

CALENDARIO DE FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA

Verduras	En	Fe	Ma	Ab	Ma	Ju	Ju	Ag	Se	Oc	No	Di
Berenjena							x	x	x	/	/	/
Ajo tierno	x	x	x	x	/	/						
Apio	x	x	x	x								x
Acelga	x	x	x	x	/				/	x	x	x
Calabacín					/	/	x	x	/	/	/	/
Alcachofa	x	x	x	x	/					/	/	x
Cebolla tierna	x	x	x	x	/	/	/			/	/	/
Pepino			/	/	x	x	x	x	x	/	/	/
Col	x	x	x	/				/	/	x	x	x
Col de Bru.	x	x	x							/	/	x
Coliflor	x	x	x	/	/					/	/	x
Lechuga	x	x	x	x	x	x	x	x	/	/	x	x
Endivia	x	x	x	/							/	/
Escarola	x	x	/					/	/	/	x	x
Espárrago			/	x	x	/						
Espinaca	x	x	x	x	/					/	x	x
Habas	/	x	x	x	x							
Judía verde	/			/	/	/	x	x	x	/	/	/
Nabo	x	x							x	x	x	x
Zanahoria	/	/	/	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Pimiento verd						x	x	x	x	x	/	
Pimiento rojo								/	x	x	/	
Guisantes	/	/	x	x	x	/						
Puerro	x	x	x	x	x	/	/	/	/	x	x	x
Remolacha							x	x	x	x	x	
Rábano	x	x	x	x	x	x	/	/	/	/	x	x
Tomate						/	x	x	x	/		

x	Temporada alta	/	Temporada baja
---	----------------	---	----------------



CALENDARIO DE FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA

Frutas	En	Fe	Ma	Ab	Ma	Ju	Ju	Ag	Se	Oc	No	Di
Albaricoque					/	x	x	x	/			
Aguacate					/	x	x	x	/			
Pomelo	x	x	x	x								x
Caqui										x	x	x
Cereza					/	x	x	/				
Membrillo										x	x	/
Higos						/	x	x	x			
Frambuesas						x	x	x	x			
Kiwi										x	x	
Limón	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Fresón	/	x	x	x	x	x	/					
Granada									/	x	x	x
Mandarina	x	/							/	/	x	x
Mango									x	x	x	
Melón					/	x	x	x	x	/		
Nectarina					/	x	x	x	x	/		
Níspero				/	x	x						
Pera	x	x	x	/	/	/	x	x	x	x	x	x
Piña	x	x	x									
Plátano	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Manzana	x	x	x	x	/	/	/	/	x	x	x	x
Melocotón					/	x	x	x	x			
Ciruela						/	x	x	x			
Uva							/	x	x	x	x	x
Sandía						x	x	x	x			
Naranja	x	x	x	x	x					x	x	x
Chirimoya	x	x								/	x	x

x	Temporada alta	/	Temporada baja
---	----------------	---	----------------

