

# Seizoenskalender groente & fruit

## Januari

### Groenten:

Aardappel, boerenkool, knolselderij, paddenstoelen, pastinaak, pompoen, prei, radijs, rode kool, schorseneer, spruitjes, ui, veldsla, witlof, wortel

### Fruit:

Appel, peer, sinaasappels\*, mango\*, bananen\*, mandarijnen\*, kiwi\*

## Februari

### Groenten:

Aardappel, boerenkool, knolselderij, paddenstoelen, pastinaak, pompoen, prei, radijs, rode kool, schorseneer, spruitjes, ui, veldsla, witlof, wortel

### Fruit:

Appel, peer, sinaasappels\*, mango\*, bananen\*, mandarijnen\*, kiwi\*

## Maart

### Groenten:

Aardappel, aubergine, boerenkool, knolselderij, komkommer, paddenstoel, pastinaak, pompoen, prei, rabarber, radijs, rode kool, snijboon, spinazie, spruitjes, tomaat, ui, veldsla, witlof, wortel

### Fruit:

Appel, peer, sinaasappels\*, mango\*

## April

### Groenten:

Aardappel, asperges, aubergine, bloemkool, knolselderij, komkommer, paddenstoelen, paprika, prei, rabarber, radijs, rode kool, snijboon, spinazie, tomaat, ui, veldsla, witlof, wortel

### Fruit:

Peer, sinaasappels\*, mango\*, meloen\*

## Mei

### Groenten:

Aardappel, artisjok, asperges, aubergine, bloemkool, doperwtjes, knolselderij, komkommer, koolrabi, kropsla, paddenstoelen, paprika, prei, rabarber, radijs, rode kool, snijboon, spinazie, tomaat, ui, veldsla, witlof, wortel

### Fruit:

Aardbeien, abrikozen, peren, rode bessen, meloen\*, sinaasappels\*

## Juni

### Groenten:

Aardappel, andijvie, artisjok, asperges, aubergine, biet, bleekselderij, bloemkool, broccoli, chinese kool, courgette, doperwtjes, knolselderij, komkommer, koolrabi, kropsla, paddenstoelen, paprika, prei, rabarber, radijs, rode kool, snijbonen, spinazie, tomaat, ui, veldsla, venkel, wortel

### Fruit:

Aardbeien, abrikozen, frambozen, kersen, nectarines, perziken, rode bessen, meloen\*

## Juli

### Groenten:

Aardappel, andijvie, artisjok, aubergine, biet, bleekselderij, bloemkool, broccoli, chinese kool, courgette, doperwtjes, knolselderij, komkommer, koolrabi, kropsla, paddenstoelen, paprika, prei radijs, rabarber, rode kool, snijbonen, sperziebonen, spinazie, spitskool, tomaat, ui, veldsla, venkel, wortel

### Fruit:

Aardbeien, abrikozen, bramen, frambozen, kersen, rode bessen, zwarte bessen, perziken\*, mango\*, nectarines\*, meloen\*

## Augustus

### Groenten:

Aardappel, andijvie, artisjok, aubergine, biet, bleekselderij, bloemkool, broccoli, chinese kool, courgette, knolselderij, komkommer, koolrabi, kropsla, maïs, paddenstoelen, paprika, prei, radijs, rode kool, snijbonen, sperziebonen, spinazie, spitskool, tomaat, ui, veldsla, venkel, wortel

### Fruit:

Aardbeien, abrikozen, appels, bramen, druiven, frambozen, kersen, pruimen, rode bessen, zwarte bessen, perziken\*, mango\*, nectarines\*, meloen\*

## September

### Groenten:

Aardappel, andijvie, artisjok, aubergine, biet, bleekselderij, bloemkool, boerenkool, broccoli, chinese kool, courgette, knolselderij, komkommer, koolrabi, kropsla, maïs, paddenstoelen, paprika, pastinaak, pompoen, prei, radijs, rode kool, snijbonen, sperziebonen, spinazie, spitskool, tomaat, ui, veldsla, venkel, wortel

### Fruit:

Aardbeien, appels, bramen, druiven, frambozen, peren, pruimen, rode bessen, zwarte bessen\*, mango\*, bananen\*, nectarines\*, meloen\*

## Oktober

### Groenten:

Aardappel, andijvie, artisjok, aubergine, biet, bleekselderij, bloemkool, boerenkool, broccoli, chinese kool, courgette, knolselderij, koolrabi, kropsla, paddenstoelen, paprika, pastinaak, pompoen, prei, radijs, rode kool, schorseneer, spinazie, spitskool, spruitjes, tomaat, ui, veldsla, venkel, witlof, wortel

### Fruit:

Appels, bramen, druiven, frambozen, peren, rode bessen, meloenen\*, mango\*, bananen\*, mandarijnen\*

## November

### Groenten:

Aardappel, andijvie, artisjok, aubergine, bleekselderij, bloemkool, boerenkool, broccoli, chinese kool, courgette, knolselderij, koolrabi, paddenstoelen, pastinaak, pompoen, prei, radijs, rode kool, schorseneer, spinazie, spruitjes, ui, veldsla, witlof, wortel

### Fruit:

Appels, druiven, rode bessen, peren, mango\*, bananen\*, mandarijnen\*, kiwi\*, sinaasappels\*

## December

### Groenten:

Aardappel, boerenkool, knolselderij, paddenstoelen, pastinaak, pompoen, prei, radijs, rode kool, schorseneer, spruitjes, ui, veldsla, witlof, wortel

### Fruit:

Appels, peren, sinaasappels\*, mango\*, bananen\*, mandarijnen\*, kiwi\*

