

# “Frutas y verduras de temporada, es su mejor momento”

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
ACELGA												
ALCACHOFA												
APIO												
BERENJENA												
COLES*												
CALABACÍN												
CALABAZA												
CARDO												
ENDIBIA Y ESCAROLA												
ESPINACA												
ESPÁRRAGO VERDE												
GUISANTE												
HABA												
JUDÍA VERDE												
LECHUGA												
NABO, RÁBANO, REMOLACHA												
PEPINO												
PIMIENTO												
PUERRO												
TOMATE												
ZANAHORIA												

Fuente: elaboración propia a partir de alimentación.es

\*COLES: coliflor, brócoli, col lombarda, repollo.