

CALENDARIO DE FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA

por una vida sana

CONSUMO RESPONSABLE

	En	Fb	Mz	Ab	My	Jn	Jl	Ag	Sp	Oc	Nv	Dc
acelga	*	*	*	*	*	*			*	*	*	*
aguacate	*	*	*	*	*	*				*	*	*
ajo	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
albaricoque					*	*	*	*				
alcachofa	*	*	*	*	*					*	*	*
apio	*	*	*	*	*	*						*
berenjena						*	*	*	*	*	*	*
boniato	*								*	*	*	*
breva						*	*					
brócoli	*	*	*	*						*	*	*
calabacín						*	*	*	*	*	*	*
calabaza	*	*					*	*	*	*	*	*
caqui										*	*	*
cardos	*	*								*	*	*
castaña										*	*	*
cebolla	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
cereza					*	*	*					
chirimoya	*									*	*	*
ciruela					*	*	*	*	*	*	*	*
col	*	*	*	*	*					*	*	*
coliflor	*	*	*	*	*					*	*	*
escarola	*	*	*	*	*					*	*	*
espárrago	*	*	*	*	*					*	*	*
espinacas	*	*	*	*	*					*	*	*
fresón			*	*	*							
granada	*								*	*	*	*
guisante	*	*	*	*	*						*	*
haba			*	*	*							
higos							*	*	*	*		
judía				*	*	*	*	*	*	*	*	*
kiwi	*	*	*	*	*						*	*
lechuga	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
limón	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
lombarda	*	*	*	*	*					*	*	*
mandarina	*	*	*							*	*	*
mango	*	*							*	*	*	*
manzana	*	*	*	*	*	*		*	*	*	*	*
melocotón					*	*	*	*	*	*	*	*
melón						*	*	*	*	*	*	*
nabo	*	*	*	*	*						*	*
naranja	*	*	*	*	*	*				*	*	*
nectarina					*	*	*	*	*			
níspero			*	*	*	*						
patata	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
pepino					*	*	*	*	*	*	*	*
pera	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
pimiento	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
piña	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
plátano	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
pomelo	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
puerro	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
rabanito	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
remolacha	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
sandía					*	*	*	*	*	*	*	*
tomate					*	*	*	*	*	*	*	*
uva					*	*	*	*	*	*	*	*
zanahoria	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*