

Het hele jaar door volop verkrijgbaar

Groente

Bleekselderij, bloemkool, broccoli, ijsbergsla, koolrabi, prei, raapjes, radijs, rode biet, rode kool, spitskool, spruiten, tomaat, ui, wortelen, witlof, witte kool.

Fruit

Ananas, appel, banaan, druiven, grapefruit, mandarijn, meloen, nectarine, peer, pruim, sinaasappel.

Wat groeit in de moestuin?

Wortels, uien, doperwtjes, radijsjes, sla, raapjes, maïs, courgette, tomaat, komkommer, aardbeien, rabarber.

Groente- en fruitkalender

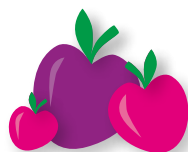


www.rotterdamlekkerfit.nl

Lente

April

andijvie
bloemkool
bleekselderij
paddenstoelen
prei
raapjes
radijs
rode biet
rode kool
spinazie
uien
witlof



Mei

andijvie
asperges
bloemkool
doperwtjes
bleekselderij
koolrabi
kropsla
paddenstoelen
prei
raapjes
radijs
spinazie
spitskool
uien
wortelen

Fruit

appels
mango
rabarber
sinaasappels
grapefruit

Fruit

appels
aardbeien
rabarber
sinaasappelen
grapefruit

Zomer

Juni

andijvie
asperges
bloemkool
broccoli
doperwtjes
bleekselderij
koolrabi
kropsla
paddenstoelen
paprika
prei
raapjes
radijs
rode biet
savooiekool
snijbonen
spinazie
spitskool
tomaten
uien
witte kool
wortelen

Juni

andijvie
asperges
bloemkool
broccoli
doperwtjes
bleekselderij
koolrabi
kropsla
komkommer
paddenstoelen
prei
raapjes
radijs
savooiekool
spinazie
spitskool
tomaten
uien
wortelen

Fruit

aardbeien
abrikozen
frambozen
kersen
nectarines
perziken
rabarber
aalbessen
sinaasappelen
blauwe bessen
grapefruit

Fruit

aardbeien
abrikozen
appelen
bramen
frambozen
kersen
mango
nectarines
perziken
rabarber
aalbessen
blauwe bessen
grapefruit

Augustus

andijvie
aubergine
bleekselderij
bloemkool
broccoli
Chinese kool
courgette
komkommer
koolrabi
kropsla
maïs
paddenstoelen
paprika
pompoen
prei
raapjes
radijs
rode biet
savooiekool
snijbonen
spinazie
spitskool
tomaten
uien
witte kool
wortelen

Fruit

aardbeien
abrikozen
appelen
bramen
druiven
frambozen
kersen
mango
meloen
nectarines
peren
perziken
pruimen
blauwe bessen
grapefruit

Herfst

September

andijvie
aubergine
bleekselderij
bloemkool
broccoli
Chinese kool
courgette
komkommer
koolrabi
kropsla
maïs
paddenstoelen
paprika
pompoen
prei
raapjes
radijs
rode biet
rode kool
savooiekool
snijbonen
spinazie
spitskool
tomaten
uien
witte kool
wortelen

Fruit

appels
bananen
bramen
druiven
frambozen
kiwi's
mango
meloen
nectarines
peren
perziken
grapefruit
pruimen

Oktober

andijvie
aubergine
bleekselderij
bloemkool
broccoli
Chinese kool
courgette
koolrabi
kropsla
paddenstoelen
paprika
pastinaak
pompoen
prei
raapjes
radijs
rode biet
rode kool
savooiekool
snijbonen
spinazie
spitskool
spruiten
tomaten
uien
veldsla
witlof
witte kool
wortelen

Fruit

appels
bananen
bramen
druiven
frambozen
kiwi's
mandarijnen
mango
meloen
peren
sinaasappelen
grapefruit

November

andijvie
aubergine
bleekselderij
bloemkool
broccoli
Chinese kool
courgette
koolrabi
kropsla
paddenstoelen
paprika
pastinaak
pompoen
prei
raapjes
radijs
rode biet
rode kool
savooiekool
snijbonen
spinazie
spitskool
spruiten
tomaten
uien
veldsla
witlof
witte kool
wortelen

Fruit

appels
bananen
bramen
druiven
frambozen
kiwi's
mandarijnen
mango
meloen
peren
sinaasappelen
grapefruit

Winter

December

andijvie
bleekselderij
paddenstoelen
pastinaak
pompoen
prei
raapjes
rode biet
rode kool
savooiekool
schorseneren
spruiten
uien
veldsla
witlof
witte kool
wortelen

Fruit

appels
bananen
kiwi's
mandarijnen
mango
peren
sinaasappelen
grapefruit

Januari

bleekselderij
paddenstoelen
pastinaak
pompoen
prei
raapjes
rode biet
rode kool
savooiekool
spruiten
uien
veldsla
witlof
witte kool
wortelen

Fruit

appels
bananen
mandarijnen
mango
peren
sinaasappelen
grapefruit



Februari

bleekselderij
paddenstoelen
pastinaak
pompoen
prei
raapjes
rode biet
rode kool
savooiekool
spruiten
uien
veldsla
witlof
witte kool
wortelen

Fruit

appels
bananen
mandarijnen
mango
peren
sinaasappelen
grapefruit

