

野菜の旬カレンダー

		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
野菜	春キャベツ			■	■	■	■						
	キャベツ						■	■	■				
	冬キャベツ	■	■									■	■
	なす						■	■	■	■			
	白菜	■	■				■				■	■	■
	とうもろこし						■	■	■	■			
	にんにく					■	■	■	■	■	■	■	■
	カボチャ						■	■	■	■	■	■	■
	里芋	■	■	■	■	■				■	■	■	■
	サツマイモ	■	■	■	■	■			■	■	■	■	■
	じゃがいも	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	菊いも	■	■	■	■							■	■
	ゴボウ	■	■	■	■					■	■	■	■
	にんじん	■			■	■	■	■	■	■		■	■
	大根	■	■	■	■						■	■	■
	カブ										■	■	
	生姜	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	ほうれん草	■	■	■	■	■	■				■	■	■
	小松菜	■	■	■	■	■	■				■	■	■
	アーティチョーク					■	■	■					
そら豆					■	■	■						
スナップエンドウ					■	■	■						
山菜	タラの芽				■	■	■						
	コシアブラ				■	■							
	ふきのとう			■	■								