CALENDARIO ESTACIONAL
DE FRUTAS Y VERDURAS

Fundación EDUCACIONAL
EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

VERANO

DEL 21 DE DICIEMBRE AL 20 DE MARZO

FRUTAS

ANANÁ

CEREZA

CIRUELA

DAMASCO

DURAZNO

MELÓN

SANDÍA

UVA

PELÓN

HIGO

VERDURAS

BERENJENA

CALABAZA

MORRÓN

PEPINO

TOMATE

ZAPALLITO

ZAPALLO

VERDURAS DE TODO EL AÑO

ACELGA

ESPINACA

LECHUGA

RABANITO

REMOLACHA

RÚCULA

ZANAHORIA

CALENDARIO ESTACIONAL
DE FRUTAS Y VERDURAS

OTOÑO

Fundación EDUCACIONAL
EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

DEL 21 DE MARZO AL 20 DE JUNIO

FRUTAS

MANDARINA

MANZANA

NARANJA

POMELO

PERA

KIWI

LIMÓN

VERDURAS

CALABAZA

CEBOLLA

REPOLLO

REPOLLO

ZAPALLO

BERENJENA

BRÓCOLI

VERDURAS DE TODO EL AÑO

ACELGA

ESPINACA

LECHUGA

RABANITO

REMOLACHA

RÚCULA

ZANAHORIA

CALENDARIO ESTACIONAL
DE FRUTAS Y VERDURAS

INVIERNO

DEL 21 DE JUNIO AL 20 DE SEPTIEMBRE

FRUTAS

LIMÓN

MANDARINA

NARANJA

POMELO

VERDURAS

BRÓCOLI

REPOLLO

REPOLLO

AJO

ARVEJAS

RADICHETA

PUERRO

VERDURAS DE TODO EL AÑO

ACELGA

ESPINACA

LECHUGA

RABANITO

REMOLACHA

RÚCULA

ZANAHORIA

CALENDARIO ESTACIONAL
DE FRUTAS Y VERDURAS

Fundación EDUCACIONAL
EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

PRIMAVERA

DEL 21 DE SEPTIEMBRE AL 20 DICIEMBRE

FRUTAS

ANANÁ

BANANA

FRUTILLA

MANZANA

VERDURAS

ALCAUCIL

COLIFLOR

RADICHETA

REPOLLO

REPOLLO

ZAPALLITOS

APIO

VERDURAS DE TODO EL AÑO

ACELGA

ESPINACA

LECHUGA

RABANITO

REMOLACHA

RÚCULA

ZANAHORIA