Lente

Groenten

maart	april	mei
aardappelen	aardappelen	andijvie
bloemkool	andijvie	asperges
groene selder	bloemkool	bloemkool
hopscheuten	groene selder	doperwtjes
kervel	hopscheuten	groene selder
knolselder	kervel	hopscheuten
paddenstoelen	paddenstoelen	kervel
pastinaak	prei	koolrabi
pompoen	raap	kropsla
prei	raapstelen	paddenstoelen
raap	radijs	paksoi
radijs	rode biet	prei
rammenas	spinazie	raap
rode biet	tuinkers	raapstelen
rodekool	uien	radijs
savooikool	waterkers	spinazie
schorseneren	witlof	spitskool
spinazie		tuinkers
spruiten		uien
tuinkers		warmoes
uien		waterkers
veldsla		wortelen
waterkers		
witloof		
wittekool		
wortelen		

Fruit

maart	april	mei
ananas	ananas	aardbeien
appelen	avocado	avocado
avocado	granaatappel	granaatappel
granaatappel	mango	papaja
mango	papaja	pompelmoes
papaja	pompelmoes	rabarber
pompelmoes	rabarber	sinaasappelen
rabarber	sinaasappelen	
sinaasappelen		

Zomer

Groenten

juni	juli	augustus
artisjok	artisjok	artisjok
asperges	aubergine	aubergine
bloemkool	bleekselder	bleekselder
broccoli	bloemkool	bloemkool
doperwtjes	broccoli	broccoli
groene selder	chinese kool	chinese kool
hopscheuten	courgette	courgette
kervel	doperwtjes	groene selder
koolrabi	groene selder	hopscheuten
kropsla	hopscheuten	kervel
champignon	kervel	knolselder
prei	komkommer	komkommer
prinsessen-bonen	koolrabi	koolrabi
raap	kropsla	kropsla
radijs	champignon	maïs
savooikool	paprika	champignon
spinazie	prei	paprika
tomaten	prinsessen-bonen	pompoen
tuinkers	radijs	prei
uien	rode biet	prinsessen-bonen
venkel	rodekool	radijs
warmoes	savooikool	rode biet
waterkers	snijbonen	rodekool
wortelen	spinazie	savooikool
	tomaten	snijbonen
	tuinkers	spinazie
	uien	tomaten
	venkel	tuinkers
	warmoes	uien
	waterkers	warmoes
	wittekool	waterkers
	wortelen	wittekool
		wortelen

Fruit

juni	juli	augustus
aardbeien	aardbeien	aardbeien
abrikozen	abrikozen	abrikozen
avocado	appelen	appelen
blauwe bes	avocado	avocado
frambozen	blauwe bes	blauwe bes
granaatappel	bramen	bramen
kersen	frambozen	druiven
nectarines	granaatappel	frambozen
papaja	kersen	granaatappel
perziken	mango	kersen
rabarber	nectarines	mango
rode bessen	papaja	meloenen
sinaasappelen	perziken	nectarines
zwarte bessen	rabarber	papaja
	rode bessen	peren
	zwarte bessen	perziken
		pruimen
		zwarte bessen

Herfst

Groenten

september	oktober	november
artisjok	artisjok	bleekselder
aubergine	aubergine	bloemkool
bleekselder	bleekselder	broccoli
bloemkool	bloemkool	chinese kool
broccoli	broccoli	courgette
chinese kool	chinese kool	groene selder
courgette	courgette	hopscheuten
groene selder	groene selder	kervel
hopscheuten	hopscheuten	knolselder
kervel	kervel	champignon
knolselder	knolselder	pastinaak
komkommer	koolrabi	pompoen
koolrabi	kropsla	prei
kropsla	champignon	raap
maïs	paprika	rammenas
champignon	pastinaak	rode biet
paksoi	pompoen	rodekool
paprika	prei	savooikool
pompoen	prinsessen-bonen	schorseneren
prei	raap	spruiten
prinsessen-bonen	radijs	tuinkers
raap	rammenas	uien
radijs	rode biet	veldsla
rammenas	rodekool	venkel
rode biet	savooikool	waterkers
rodekool	schorseneren	witloof
savooikool	snijbonen	wittekool
snijbonen	spinazie	wortelen
spinazie	spruiten	
tomaten	tomaten	
tuinkers	tuinkers	
uien	uien	
venkel	veldsla	
warmoes	venkel	
waterkers	witlof	
wittekool	warmoes	
wortelen	waterkers	
	wittekool	
	wortelen	

Fruit

september	oktober	november
appelen	appelen	appelen
avocado	avocado	avocado
bananen	bananen	bananen
blauwe bes	blauwe bes	blauwe bes
bramen	bramen	druiven
druiven	druiven	granaatappel
frambozen	frambozen	kiwi's
granaatappel	granaatappel	mandarijnen
kiwi's	kiwi's	mango
mango	mandarijnen	papaja
meloenen	mango	peren
nectarines	meloenen	pompelmoes
papaja	papaja	sinaasappelen
peren	pompelmoes	
perziken	peren	
pompelmoes	sinaasappelen	
pruimen		

Winter

Groenten

december	januari	februari
groene selder	hopscheuten	groene selder
hopscheuten	kervel	hopscheuten
kervel	knolselder	kervel
knolselder	champignon	knolselder
champignon	pastinaak	champignon
pastinaak	pompoen	pastinaak
pompoen	prei	pompoen
prei	raap	prei
raap	rammenas	raap
rammenas	rode biet	rammenas
rode biet	rodekool	rode biet
rodekool	savooikool	rodekool
savooikool	schorseneren	savooikool
schorseneren	spruiten	schorseneren
spruiten	tuinkers	spruiten
tuinkers	uien	tuinkers
uien	veldsla	uien
veldsla	waterkers	veldsla
waterkers	witloof	waterkers
witloof	wittekool	witloof
wittekool	wortelen	wittekool
wortelen		wortelen

Fruit

december	januari	februari
ananas	ananas	ananas
appelen	appelen	appelen
avocado	avocado	avocado
bananen	bananen	bananen
blauwe bes	blauwe bes	blauwe bes
granaatappel	granaatappel	granaatappel
kiwi's	mandarijnen	mandarijnen
mandarijnen	mango	mango
mango	papaja	papaja
papaja	peren	peren
peren	pompelmoes	pompelmoes
pompelmoes	sinaasappelen	sinaasappelen
sinaasappelen		