

Alimentos agrícolas de Washington por temporada

LO QUE VERÁ EN EL MERCADO **FARM TO TABLE**

| PRIMAVERA De marzo a mayo | VERANO De junio a agosto | | OTOÑO De septiembre a noviembre | INVIERNO De diciembre a febrero |
|--|---|--|--|---|
| | De principio a mediados | De mediados a finales | | |
| <p><u>FRUTA</u></p> <p>Manzanas Ruibarbo Fresas</p> <p><u>VEGETALES</u></p> <p>Espárragos Vegetales asiáticos Especias Lechugas Patatas/papas Rábanos Raab/Rapini Espinaca Nabos</p> | <p><u>FRUTAS</u></p> <p>Albaricoques Moras Arándanos Cerezas Frambuesas Fresas</p> <p><u>VEGETALES</u></p> <p>Acelga Coles Cebolletas/ cebollitas de cambray Especias Col rizada Lechugas Rábanos Guisantes Nabos</p> | <p><u>FRUTAS</u></p> <p>Moras Arándanos Duraznos Ciruelas Melones Frambuesas</p> <p><u>VEGETALES</u></p> <p>Frijoles/alubias Brócoli Col Zanahorias Coliflor Coles Maíz Pepinos Ajo Col rizada Cebollas Pimientos Calabacín amarillo Tomates Calabacín</p> | <p><u>FRUTA</u></p> <p>Manzanas Peras Bayas de kiwi Melones</p> <p><u>VEGETALES</u></p> <p>Vegetales asiáticos Brócoli Coles de Bruselas Col Zanahorias Coliflor Apio Coles Ajo Col rizada Cebollas Pimientos Patatas/papas Rábanos Tomates Calabaza de invierno</p> | <p><u>FRUTA</u></p> <p>Manzanas Peras</p> <p><u>VEGETALES</u></p> <p>Coles de Bruselas Col Zanahorias Ajo Cebollas Patatas/papas Calabazas Nabos Calabaza de invierno</p> |

**TODO
EL AÑO**

Lácteos • Huevos • Carne de res • Pollo • Fruta seca y congelada • Jugos • Harinas y granos



**farm to
TABLE**