

Thực phẩm Nông trại Washington Theo mùa

Những gì bạn sẽ thấy trong thị trường Từ Nông trại đến Bàn ăn (Farm to Table)

MÙA XUÂN Tháng 3-Tháng 5	MÙA HÈ Tháng 6-Tháng 8		MÙA THU Tháng 9-Tháng 11	MÙA ĐÔNG Tháng 12-Tháng 2
	Đầu mùa-Giữa mùa	Giữa mùa-Cuối mùa mùa		
TRÁI CÂY Táo Đại hoàng (Rhubarb) Dâu tây RAU CỦ Măng tây Rau xanh châu Á Cây gia vị (Herbs) Rau diếp/Xà lách Khoai tây Củ cải đỏ (Radish) Cải Raab/Rapini Rau bina/Rau chân vịt Củ cải tía (Turnip)	TRÁI CÂY Mơ (Apricots) Mâm xôi (Blackberries) Việt quất (Blueberries) Anh đào (Cherries) Raspberries Dâu tây RAU CỦ Cải cầu vòng (Chard) Cải Collards Hành lá Cây gia vị (Herbs) Cải xoăn Rau diếp/Xà lách Củ cải đỏ (Radish) Đậu thận (Snap Peas) Củ cải tía (Turnip)	TRÁI CÂY Mâm xôi (Blackberries) Việt quất (Blueberries) Đào Mận mơ (Plums) Dưa Raspberries RAU CỦ Đậu Bông cải xanh Bắp Cải Cà Rốt Súp Lơ Cải Collards Bắp Dưa leo Tỏi Cải xoăn Hành Tây Ớt Bí Mùa Hè (Summer Squash) Cà Chua Bí ngò (Zucchini)	TRÁI CÂY Táo Lê Kiwi loại nhỏ (Kiwi Berries) Dưa RAU CỦ Rau xanh châu Á Bông cải xanh Cải Mầm Brussels Bắp Cải Cà Rốt Súp Lơ Cần Tây Cải Collards Tỏi Cải xoăn Hành Tây Ớt Khoai tây Củ cải đỏ (Radish) Cà Chua Bí Đào Mùa Đông (Winter Squash)	TRÁI CÂY Táo Lê RAU CỦ Cải Mầm Brussels Bắp Cải Cà Rốt Tỏi Hành Tây Khoai tây Bí rợ/Bí đỏ Củ cải tía (Turnip) Bí Đào Mùa Đông (Winter Squash)

QUANH NĂM:

Sữa · Trứng · Thịt bò · Thịt Gà · Trái cây sấy khô và đông lạnh
Nước ép trái cây · Bột và ngũ cốc



**farm to
TABLE**