

# 野菜の旬表

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
						里いも					
新玉ねぎ		とうもろこし				たまねぎ					新玉ねぎ
キャベツ		かぼちゃ				生しいたけ					キャベツ
ふき			枝豆			ごぼう					ふき
レタス			高原レタス			さつまいも					レタス
新じゃが			トマト				じゃがいも				新じゃが
たけのこ			ナス				はくさい				
さやえんどう			唐辛子				小松菜				
			みょうが				ネギ				
			きゅうり				れんこん				
							はくさい				
							人参				
							しゅんぎく				
								だいこん			
								ほうれん草			
					栗						
	かぶ						かぶ				
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月