



What's In Season



Crop	June	July	Aug.	Sept.	Oct.
Apples					
Artichokes					
Asparagus					
Beans					
Bell Peppers					
Berries					
Cabbage					
Carrots					
Cauliflower					
Cherries					
Corn					
Cucumber					
Eggplant					
Garlic					
Grapes					
Herbs					
Horseradish					
Leeks					

Buying fruits and vegetables in season gives more flavor and saves money.



Crop	June	July	Aug.	Sept.	Oct.
Lettuce					
Melons					
Nectarines					
Okra					
Onions					
Peaches					
Peas					
Plums					
Potatoes					
Potatoes (Sweet)					
Pumpkin					
Radishes					
Rhubarb					
Spinach					
Squash					
Strawberries					
Turnips					
Tomatoes					

*Availability of fruits and vegetables may vary by location.

This institution is an equal opportunity provider.





Temporada de:



Cosechas de	jun	jul	agos	sept	oct
Manzanas					
Alcachofas					
Espárragos					
Frijoles o Habichuelas					
Pimientos					
Fresas					
Repollo					
Zanahorias					
Coliflor					
Cerezas					
Maíz					
Pepino					
Berenjena					
Ajos					
Uvas					
Hierbas					
Rábano Picante					
Puerros					

Comprando las frutas y verduras y vegetales en temporada les da más sabor y ahorra dinero.



Cosechas de	jun	jul	agos	sept	oct
Lechugas					
Melones					
Nectarinas					
Quingombó					
Cebollas					
Duraznos / Melocotones					
Chícharos					
Ciruelas					
Papas					
Camotes o Batata					
Dulce					
Calabaza					
Ruibarbo					
Espinaca					
Calabacín					
Fresas					
Nabos					
Tomates					

*La disponibilidad de verduras o vegetales y frutas puede variar dependiendo de la ubicación.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

