Co jest w sezonie?

owoce i warzywa w Polsce, miesiąc po miesiącu

● szczyt sezonu ○ dostępne, ale nie w szczycie (np. zimowe zapasy)

Owoce

	sty	lut	mar	kwi	maj	cze	lip	sie	wrz	paź	lis	gru
Truskawki					○	●	○					
Maliny						○	●	○	○			
Czereśnie						●	●					
Wiśnie						○	●	○				
Porzeczki						○	●	○				
Agrest						○	●	○				
Borówka amerykańska							●	●	○			
Jagody leśne							●	○				
Morele							●	●				
Brzoskwinie							○	●	○			
Śliwki								●	●	○		
Gruszki	○							○	●	○	○	○
Jabłka	○	○	○	○	○			○	●	●	○	○
Winogrona								○	●	○		
Aronia								○	●	○		
Pigwa									○	●	○	

Warzywa

	sty	lut	mar	kwi	maj	cze	lip	sie	wrz	paź	lis	gru
Rabarbar				○	●	○						
Szparagi				○	●	○						
Rzodkiewka				○	●	○	○	○	○			
Szpinak				○	●	○			○	○		
Sałata					○	●	○	○	○			
Kalarepa					●	●	○	○	○			
Młode ziemniaki						●	●	○				
Bób						●	●					
Groszek zielony						●	●					
Młoda kapusta					○	●	○					
Kalafior						○	●	●	●	○		
Brokuł						○	●	●	●	○		
Ogórki gruntowe						○	●	●	○			
Cukinia						○	●	●	●	○		
Fasolka szparagowa							●	●	○			
Pomidory gruntowe							○	●	○	○		
Papryka							○	●	●	○		
Bakłażan							○	●	●	○		
Kukurydza cukrowa								●	●			
Czosnek						○	●	●	○	○	○	○
Cebula	○	○	○	○	○		○	●	●	○	○	○
Marchew	○	○	○	○		○	●	●	●	●	○	○
Buraki	○	○	○			○	○	●	●	●	○	○
Ziemniaki	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○	○
Kapusta biała	○	○	○				○	○	●	●	●	○
Seler	○	○	○					○	●	●	●	○
Pietruszka (korzeń)	○	○	○			○	○	○	●	●	●	○
Por	○	○	○					○	○	●	●	○
Dynia	○	○							●	●	●	○
Jarmuż	○	○								○	●	●
Brukselka	○									○	●	●

Co kupować w danym miesiącu

wytłuszczone: szczyt sezonu, drobnym drukiem: dostępne także

Styczeń

zimowe zapasy

Gruszki, Jabłka, Cebula, Marchew, Buraki, Ziemniaki, Kapusta biała…

Luty

zimowe zapasy

Jabłka, Cebula, Marchew, Buraki, Ziemniaki, Kapusta biała, Seler…

Marzec

zimowe zapasy

Jabłka, Cebula, Marchew, Buraki, Ziemniaki, Kapusta biała, Seler…

Kwiecień

zimowe zapasy

Jabłka, Rabarbar, Szparagi, Rzodkiewka, Szpinak, Cebula, Marchew…

Maj

Rabarbar, Szparagi, Rzodkiewka, Szpinak, Kalarepa

Truskawki, Jabłka, Sałata, Młoda kapusta, Cebula, Ziemniaki

Czerwiec

Truskawki, Czereśnie, Sałata, Kalarepa, Młode ziemniaki, Bób, Groszek zielony, Młoda kapusta

Maliny, Wiśnie, Porzeczki, Agrest, Rabarbar, Szparagi, Rzodkiewka…

Lipiec

Maliny, Czereśnie, Wiśnie, Porzeczki, Agrest, Borówka amerykańska, Jagody leśne, Morele, Młode ziemniaki, Bób, Groszek zielony, Kalafior, Brokuł, Ogórki gruntowe, Cukinia, Fasolka szparagowa, Czosnek, Marchew

Truskawki, Brzoskwinie, Rzodkiewka, Sałata, Kalarepa, Młoda kapusta, Pomidory gruntowe…

Sierpień

Borówka amerykańska, Morele, Brzoskwinie, Śliwki, Kalafior, Brokuł, Ogórki gruntowe, Cukinia, Fasolka szparagowa, Pomidory gruntowe, Papryka, Bakłażan, Kukurydza cukrowa, Czosnek, Cebula, Marchew, Buraki

Maliny, Wiśnie, Porzeczki, Agrest, Jagody leśne, Gruszki, Jabłka…

Wrzesień

Śliwki, Gruszki, Jabłka, Winogrona, Aronia, Kalafior, Brokuł, Cukinia, Papryka, Bakłażan, Kukurydza cukrowa, Cebula, Marchew, Buraki, Ziemniaki, Kapusta biała, Seler, Pietruszka (korzeń), Dynia

Maliny, Borówka amerykańska, Brzoskwinie, Pigwa, Rzodkiewka, Szpinak, Sałata…

Październik

Jabłka, Pigwa, Marchew, Buraki, Ziemniaki, Kapusta biała, Seler, Pietruszka (korzeń), Por, Dynia

Śliwki, Gruszki, Winogrona, Aronia, Szpinak, Kalafior, Brokuł…

Listopad

Kapusta biała, Seler, Pietruszka (korzeń), Por, Dynia, Jarmuż, Brukselka

Gruszki, Jabłka, Pigwa, Czosnek, Cebula, Marchew, Buraki…

Grudzień

Jarmuż, Brukselka

Gruszki, Jabłka, Czosnek, Cebula, Marchew, Buraki, Ziemniaki…

Terminy są orientacyjne i dotyczą polskich upraw gruntowych. Pogoda przesuwa sezon o dwa–trzy tygodnie. Więcej: twojrok.pl/kalendarz-sezonowy-warzyw-i-owocow/