

Lente

maart april mei

| | | |
|--------------|---------------|---------------|
| aardappelen | aardappelen | aardappelen |
| asperges | andijvie | andijvie |
| aubergine | asperges | artisjok |
| biet | aubergine | asperges |
| boerenkool | bloemkool | aubergine |
| knolselderij | knolselderij | bloemkool |
| komkommer | komkommer | doperwtjes |
| paddenstoel | paddenstoelen | knolselderij |
| pastinaak | paprika | komkommer |
| pompoen | prei | koolrabi |
| prei | rabarber | kropsla |
| rabarber | radijs | paddenstoelen |
| radijs | rode kool | paprika |
| rodekool | spinazie | prei |
| spinazie | tomaten | rabarber |
| spruitjes | ui | radijs |
| tomaten | veldsla | rode kool |
| ui | witlof | spinazie |
| veldsla | wortel | tomaten |
| witlof | | ui |
| wortel | peren | veldsla |
| | mango | witlof |
| appelen | meloen | wortel |
| peren | sinaasappel | |
| mango | | aardbeien |
| sinaasappel | | abrikozen |
| | | peren |
| | | rode bessen |
| | | meloen |
| | | sinaasappel |

Zomer

juni juli augustus

| | | |
|---------------|---------------|---------------|
| aardappelen | aardappelen | aardappelen |
| andijvie | andijvie | andijvie |
| artisjok | artisjok | artisjok |
| asperges | aubergine | aubergine |
| aubergine | biet | biet |
| bleekselderij | bleekselderij | bleekselderij |
| bloemkool | bloemkool | bloemkool |
| broccoli | broccoli | broccoli |
| chinese kool | chinese kool | chinese kool |
| courgette | courgette | courgette |
| doperwtjes | doperwtjes | knolselderij |
| knolselderij | knolselderij | komkommer |
| komkommer | komkommer | koolrabi |
| koolrabi | koolrabi | kropsla |
| kropsla | kropsla | mais |
| paddenstoelen | paddenstoelen | paddenstoelen |
| paprika | paprika | paprika |
| prei | prei | prei |
| rabarber | radijs | radijs |
| radijs | rode kool | rode kool |
| rode kool | snijbonen | snijbonen |
| snijbonen | spinazie | spinazie |
| spinazie | spitskool | spitskool |
| tomaten | tomaten | tomaten |
| ui | ui | ui |
| veldsla | veldsla | veldsla |
| venkel | venkel | venkel |
| wortel | wortel | wortel |
| | | |
| aardbeien | aardbeien | aardbeien |
| abrikozen | abrikozen | abrikozen |
| frambozen | bramen | appelen |
| kersen | frambozen | druiven |
| nectarines | kersen | frambozen |
| perziken | rode bessen | kersen |
| rode bessen | zwarte bessen | pruimen |
| meloen | perziken | rode bessen |
| | mango | zwarte bessen |
| | nectarines | perziken |
| | meloen | mango |
| | | nectarines |
| | | meloen |

herfst

september oktober november

| | | |
|---------------|---------------|---------------|
| aardappelen | aardappelen | aardappelen |
| andijvie | andijvie | andijvie |
| artisjok | artisjok | artisjok |
| aubergine | aubergine | aubergine |
| biet | biet | biet |
| bleekselderij | bleekselderij | bleekselderij |
| bloemkool | bloemkool | bloemkool |
| boerenkool | boerenkool | boerenkool |
| broccoli | broccoli | broccoli |
| chinese kool | chinese kool | chinese kool |
| courgette | courgette | courgette |
| knolselderij | knolselderij | knolselderij |
| komkommer | koolrabi | koolrabi |
| koolrabi | kropsla | paddenstoelen |
| kropsla | paddenstoelen | pastinaak |
| mais | paprika | pompoen |
| paddenstoelen | pastinaak | prei |
| paprika | pompoen | radijs |
| pastinaak | prei | rode kool |
| pompoen | radijs | schorseneer |
| prei | rode kool | spruitjes |
| radijs | schorseneer | ui |
| rode kool | snijbonen | veldsla |
| snijbonen | spinazie | witlof |
| spinazie | spitskool | wortel |
| spitskool | spruitjes | |
| tomaten | tomaten | appelen |
| ui | ui | sinaasappelen |
| veldsla | veldsla | druiven |
| venkel | venkel | rode bessen |
| wortel | witlof | peren |
| | wortel | |
| aardbeien | | mango |
| appelen | appelen | banaan |
| bramen | bramen | mandarijnen |
| druiven | druiven | kiwi's |
| frambozen | frambozen | |
| kersen | peren | |
| pruimen | rode bessen | |
| rode bessen | | |
| zwarte bessen | meloenen | |
| mango | mango | |
| banaan | banaan | |
| nectarines | mandarijnen | |
| meloen | | |

winter

december januari februari

| | | |
|---------------|---------------|---------------|
| aardappelen | aardappelen | aardappelen |
| andijvie | Boerenkool | Boerenkool |
| Boerenkool | knolselderij | knolselderij |
| knolselderij | paddenstoelen | paddenstoelen |
| paddenstoelen | pastinaak | pastinaak |
| pastinaak | pompoen | pompoen |
| pompoen | prei | prei |
| prei | radijs | rabarber |
| radijs | rode kool | radijs |
| rode kool | schorseneer | rode kool |
| schorseneer | spruitjes | schorseneer |
| spruitjes | ui | spruitjes |
| ui | veldsla | ui |
| veldsla | witlof | veldsla |
| witlof | wortel | wortel |
| wortel | | |
| | appelen | |
| appelen | peren | appelen |
| peren | | peren |
| | sinaasappel | sinaasappel |
| sinaasappel | mango | mango |
| mango | banaan | banaan |
| banaan | mandarijnen | mandarijnen |
| mandarijnen | kiwi's | kiwi's |
| kiwi's | | |

Over deze kalender

Deze kalender laat zien wanneer een grotere kans is dat groente en fruit van Nederlandse bodem komt of dichtbij wordt geproduceerd. Daarnaast zijn groente en fruit in deze periode vaak op z'n lekkerst en voordeligst.

Fruit komt niet altijd vanuit onze regio. Bananen en mango's zijn bijvoorbeeld het hele jaar beschikbaar maar komen altijd van ver weg. Deze staan *cursief* weergegeven.

Tip: werp altijd even een blik op de verpakking naar de herkomst van groente en fruit en reduceer daarmee de Co2 uitstoot van het vervoer.

