



# 【岩手県】 主な野菜の旬のカレンダー



品目/月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
キャベツ						→						
きゅうり					→							
さといも										→		
だいこん						→						
トマト						→						
ミニトマト						→						
なす						→						
にんじん							→				→	
ねぎ						→	→					
はくさい									→			
ピーマン						→						
ほうれんそう			→									
レタス					→							
アスパラガス	→				→							
えだまめ								→				
さやえんどう						→						
しゅんぎく							→					
スイートコーン								→				
生しいたけ	→											
にんにく							→					
ブロッコリー						→			→			
やまのいも	→			→								→

注) 矢印 → は、主な出荷期間を表す。

農畜産業振興機構「ベジ探」、作成協力: 全国農業協同組合連合会岩手県本部