



【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。

農畜産表振興機構「ベジ探」、作成協力：全国農業協同組合連合会岩手県本部