



# 【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ccoli						→			→				
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