

Otoño

Septiembre, Octubre, Noviembre

Maíz
Melón
Manzana
Col rizada
Calabaza de invierno
Pavo

Invierno

Diciembre, Enero, Febrero

Queso y Yogur
Miel
Frijoles secos
Remolacha
Patata
Cerezas
(congeladas/deshidratadas)

Res
Setas/Hongos
Espinaca
Rábanos
Fresas
Ruibarbo

Marzo, Abril, Mayo

Primavera

Albaricoques/Chabacanos
Duraznos
Tomates
Guisantes
Judías verdes
Calabaza de verano

Junio, Julio, Agosto

Verano