



MARZO

Verdura e Frutta di stagione

| VERDURA | | FRUTTA | |
|--------------|---|-----------------------|---|
| Aglio | ✓ | Albicocche | |
| Agretti | ✓ | Amarene | |
| Asparagi | ✓ | Ananas | ✓ |
| Barbabetola | ✓ | Arancia | ✓ |
| Bieta | ✓ | Avocado | ✓ |
| Broccoli | ✓ | Banana | ✓ |
| Carciofi | ✓ | Cachi | |
| Cardi | ✓ | Castagne | |
| Carote | ✓ | Cedro | ✓ |
| Cavoli | ✓ | Ciliegia | |
| Cetrioli | | Clementine | |
| Cicoria | | Cocco | ✓ |
| Cime di rapa | ✓ | Cocomero | |
| Cipolla | ✓ | Datteri | ✓ |
| Crescione | | Fichi | |
| Fagiolini | | Fichi d'India | |
| Fave | ✓ | Fragole | ✓ |
| Finocchi | ✓ | Frutto della passione | ✓ |
| Indivia | ✓ | Gelsi | |
| Lattuga | | Giuggiole | |
| Melanzane | | Kiwi | ✓ |
| Patate | ✓ | Lamponi | |
| Peperoni | | Lime | ✓ |
| Piselli | ✓ | Limone | ✓ |
| Pomodori | | Litchi | |
| Porro | ✓ | Mandarini | ✓ |
| Radicchio | ✓ | Mango | ✓ |
| Rapa | ✓ | Mela | ✓ |
| Ravanelli | ✓ | Melagrana | |
| Rucola | ✓ | Melone | |
| Scalogno | ✓ | Mirtilli | |
| Scarola | ✓ | More | |
| Sedano | ✓ | Nespole | |
| Sedano rapa | | Pera | |
| Spinaci | ✓ | Pesca | |
| Taccole | ✓ | Pompelmo | ✓ |
| Topinambur | | Prugna | |
| Verza | ✓ | Ribes | |
| Zucca | ✓ | Susine | |
| Zucchine | | Uva | |