旬の食材カレンダー　野菜・芋　類

		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	備　考
果実や花を食する野菜	きゅうり							■	■					
	かぼちゃ												■	
	栗味かぼちゃ							■						
	トマト							■	■	■				
	ペテトマト						■	■						
	ピーマン									■				
	シシトウ							■	■	■				
	なす							■	■					
	松山長なす							■	■	■	■			まつやま農林水産物ブランド
	スイートコーン						■	■						
	オクラ							■	■	■				
	エンドウマメ					■								
	インゲンマメ						■	■						
	キヌサヤ				■									
	そらまめ					■								
	エダマメ							■						
	ラッカセイ												■	
葉や茎を食用とする野菜	キャベツ(寒玉キャベツ)	■	■									■	■	
	キャベツ（春キャベツ）			■	■	■								
	キャベツ（ｸﾞﾘｰﾝﾎﾞｰﾙ）										■			
	ブロッコリー	■		■										
	ハクサイ	■	■	■								■	■	
	パセリ				■	■								
	レタス	■	■	■	■	■							■	
	サニーレタス					■								
	大葉（しそ）						■							
	三つ葉	■	■	■	■	■	■						■	
	春菊	■	■	■								■	■	
	ほうれん草	■	■	■									■	
	アスパラガス			■	■			■	■	■				
	小松菜	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
	京菜	■	■	■									■	
	高菜	■	■	■	■							■	■	
	玉ねぎ								■	■				
	ワケギ													
	青ねぎ	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
	白ねぎ	■	■	■								■	■	
	ニラ							■		■				
	ラッキョウ						■							
	筍				■									
	ニンニク					■								
根や地下茎を食用とする野菜等	ばれいしょ													
	サトイモ													
	ショウガ													
	サツマイモ													
	ダイコン													
	ニンジン													
	ゴボウ													
	カブ													