

Obst

	Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Apfel	■	■	■	■	■	□	□	■	■	■	■	■
Aprikose	□	□	□	□	□	□	■	■	□	□	□	□
Birne	□	□	□	□	□	□	□	■	■	■	■	■
Blau-/ Heidelbeeren	□	□	□	□	□	■	■	■	■	□	□	□
Brombeeren	□	□	□	□	□	□	■	■	■	□	□	□
Erdbeeren	□	□	□	□	□	■	■	□	□	□	□	□
Himbeeren	□	□	□	□	□	■	■	■	□	□	□	□
Holunderbeeren / Flieder	□	□	□	□	□	□	□	□	■	■	□	□
Johannisbeeren	□	□	□	□	□	■	■	■	□	□	□	□
Kirschen	□	□	□	□	□	■	■	■	□	□	□	□
Mirabellen	□	□	□	□	□	□	■	■	■	□	□	□
Pflaumen	□	□	□	□	□	□	■	■	■	□	□	□
Quitten	□	□	□	□	□	□	□	□	■	■	■	□
Rhabarber	□	□	□	■	■	■	□	□	□	□	□	□
Stachelbeeren	□	□	□	□	□	■	■	■	□	□	□	□
Wassermelonen	□	□	□	□	□	□	□	■	■	□	□	□
Weintrauben	□	□	□	□	□	□	□	□	■	■	□	□
Zwetschgen	□	□	□	□	□	□	■	■	■	■	□	□

■ Aus heimischen Anbau erhältlich
 ■ als Lagerware aus heimischen Anbau erhältlich
 □ nicht regional-saisonal erhältlich

Gemüse

	Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Aubergine							■	■	■	■		
Blumenkohl					■	■	■	■	■	■		
Bohnen, grüne							■	■	■	■		
Bohnen, dicke						■	■	■				
Brokkoli						■	■	■	■	■		
Butterrüben	■	■	■	■				■	■	■	■	■
Champignons	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Erbsen						■	■	■				
Fenchel						■	■	■	■	■	■	
Grünkohl	■	■									■	■
Gurke / Salatgurke						■	■	■	■	■		
Kartoffeln	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Kohlrabi					■	■	■	■	■	■		
Kürbis	■	■						■	■	■	■	■
Lauch / Porree	■	■	■	■			■	■	■	■	■	■
Lauch- / Frühlingszwiebeln					■	■	■	■	■	■		
Mais								■	■	■		
Mangold					■	■	■	■	■	■		
Möhren / Karotten	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Paprika							■	■	■	■		
Pastinaken	■	■	■	■					■	■	■	■
Radieschen					■	■	■	■	■	■		
Rosenkohl	■	■	■							■	■	■
Rote Beete	■	■	■	■			■	■	■	■	■	■
Rotkohl	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Schwarzwurzeln	■	■								■	■	■
Spargel				■	■	■						
Spinat			■	■	■				■	■	■	
Spitzkohl					■	■						
Staudensellerie							■	■	■	■		
Steckrüben	■	■	■						■	■	■	■
Tomaten							■	■	■	■		
Topinambur	■	■	■							■	■	■
Weißkohl	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Wirsingkohl	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■
Zucchini						■	■	■	■	■		
Zuckerschoten						■	■	■				
Zwiebeln	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

■ Aus heimischen Anbau erhältlich ■ als Lagerware aus heimischen Anbau erhältlich □ nicht regional-saisonal erhältlich

Salat

	Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Batavia	□	□	□	□	■	■	■	■	■	□	□	□
Chicorée	■	■	■	■	□	□	□	□	□	■	■	■
Eichblattsalat	□	□	□	□	■	■	■	■	■	■	□	□
Eisbergsalat	□	□	□	□	□	■	■	■	■	■	□	□
Endiviensalat	□	□	□	□	■	■	■	■	■	■	■	■
Feldsalat	■	■	■	■	□	□	□	□	□	■	■	■
Kopfsalat	□	□	□	□	■	■	■	■	■	■	□	□
Lollo Rosso	□	□	□	□	■	■	■	■	■	■	□	□
Portulak	■	■	■	■	□	□	■	■	■	■	■	■
Radicchio	■	■	□	□	□	□	□	■	■	■	■	■
Rucola	□	□	□	□	■	■	■	■	■	■	□	□

■ Aus heimischen Anbau erhältlich

■ als Lagerware aus heimischen Anbau erhältlich

□ nicht regional-saisonal erhältlich