



HEERKENS

Seizoenskalender

FRUIT VAN HET SEIZOEN

Elke maand heeft zijn eigen groenten en fruit. Dan zijn ze niet alleen het lekkerst van smaak, maar ook extra gezond omdat daar de bouwstoffen in zitten die je die maand goed kunt gebruiken. Wij stimuleren het gebruik van seizoensproducten. Een seizoensproduct is vers, lekker van smaak én het beperkt de voedselkilometers wat dus minder belastend is voor het milieu.

	JANUARI	FEBRUARI	MAART	APRIL	MEI	JUNI	JULI	AUGUSTUS	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DECEMBER
AARDBEIEN												
ABRIKOOS												
ANANAS AARDBEI												
ANANAS												
APPEL - ELSTAR												
APPEL - GOLDEN DELICIOUS												
APPEL - GOUDREINET												
APPEL - GRANNY SMITH												
APPEL - JAZZ												
APPEL - JONAGOLD												
APPEL - KANZI												
APPEL - PINK LADY												
AVOCADO												
BANANEN												
BOSBESSEN												
BRAMEN												
CANTALOUPE MELOEN												
CARAMBOLA												
CITROEN												
CRANBERRIES												
DADELS												
DRIUVEN												
FRAMBOOS AARDBEI												
FRAMBOZEN												
GALIA MELOEN												
GRANAATAPPEL												
GRAPEFRUIT												
HONING MELOEN												
KERSEN												
KIWANO												
KIWI												
KIWI GOLD												
KOKOSNOOT												
JONGE KOKOSNOOT												
KUMQUAT												
KWEEPEER												
LIMOEN												
LYCHEE												
MANDARIJN												
MANGO												
MELOEN PIEL DE SAPO												
MINEOLA												
NECTARINE												
PAPAYA												
PASSIEVRUCHT												
PEREN CONFERENCE												
PERZIK												
PHYSALIS												
PITAHAYA												
POMELO												
PRUIM												
RAMBUTAN												
RODE BESSEN												
SEREH												
SHARONFRUIT												
SINAASAPPEL												
BLOEDSINAASAPPEL												
STOOFPEREN												
VIJGEN												
WATERMELOEN												

VOORNAMELIJK VAN NEDERLANDSE BODEM
 GEÏMPORTEERD VANUIT HET BUITENLAND
 NIET VERKRIJGBAAR



HEERKENS

Seizoenskalender

GROENTEN VAN HET SEIZOEN

Elke maand heeft zijn eigen groenten en fruit. Dan zijn ze niet alleen het lekkerst van smaak, maar ook extra gezond omdat daar de bouwstoffen in zitten die je die maand goed kunt gebruiken. Wij stimuleren het gebruik van seizoensproducten. Een seizoensproduct is vers, lekker van smaak én het beperkt de voedselkilometers wat dus minder belastend is voor het milieu.

	JANUARI	FEBRUARI	MAART	APRIL	MEI	JUNI	JULI	AUGUSTUS	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DECEMBER
ANDIJVIE												
ARTISJOK												
ASPERGE												
ASPERGE GROEN												
AUBERGINE												
BLADSPINAZIE												
BIETEN GEEL												
BIETEN												
BIMI GROENTE												
BLEEKSELDERIJ												
BLOEMKOOL												
BOERENKOOL												
BOSPEEN												
BOSUI												
BROCCOLI												
WITLOF												
CASSAVE												
CHAMPIGNONS												
CHINESE KOOL												
CHIOGGIA BIET												
COURGETTE												
DOPERWTEN												
GREEN MEAT RADISH												
RED MEAT RADISH												
HARICOTS VERTS												
KNOFLOOK												
KNOLSELDERIJ												
KOMKOMMER												
KOOLRAAP												
KOOLRABI												
LOTUS WORTEL												
MAÏS												
MADAM JEANETTE												
MARLOESKES												
MEIKNOL												
MINI MAÏS												
OERWORTEL												
PAKSOI												
PAPRIKA												
PASTINAKEN												
PEPER RAWIT												
PEPER GROEN												
PEPER ROOD												
PEULEN												
POMPOEN FLES												
POMPOEN												
PREI												
PUNTPAPRIKA												
RABARBER												
RADIJS												
RETTICH												
RODE KOOL												
RODE UI												
ROMANESCO												
SAVOIEKOOL												
SCHORSENEREN												
SJALOTTEN												
SNIJBIET												
SNIJBONEN												
SPERZIEBONEN												
SPINAZIE												
SPITSKOOL												
SPRUITEN												
TATSOI												
TOPINAMBOER												
TUINBONEN												
UIEN												
VENKEL												
WASPEEN												
WINTERPEEN												
WITLOF												
ZEEKRAAL												
ZUURKOOL												

■ VOORNAMELIJK VAN NEDERLANDSE BODEM
■ GEÏMPORTEERD VANUIT HET BUITENLAND
 NIET VERKRIJGBAAR