

# Januárban

## SZEZONÁLIS



ALMA



BIRSALMA



BURGONYA



CÉKLA



CSICSÓKA



DATOLYA-  
SZILVA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



FEHÉR  
KÁPOSZTA



FEKETE  
RETEK



FODROSKEL



FOKHAGYMA



GESZTENYE



GOMBA



GRÁNÁT-  
ALMA



JÉGCSAPRETEK



JÉGSALÁTA



KARFIOL



KELBIMBÓ



KELKÁPOSZTA



KÍNAI KEL



LILA-  
HAGYMA



MADÁRSALÁTA



MANDULA



MOGYORÓ



NASPOLYA



PASZTINÁK



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



PÓRÉHAGYMA



RUKKOLA



SÁRGARÉPA



SÜTŐTÖK



TORMA



VÖRÖS-  
HAGYMA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



ZELLERGUMÓ

● = TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Februárban

## SZEZONÁLIS



ALMA



BIRSALMA



BURGONYA



CÉKLA



CSICSÓKA



DATOLYA-SZILVA



DIÓ



ÉDES-BURGONYA



FEHÉR KÁPOSZTA



FEKETE RETEK



FODROSKEL



FOKHAGYMA



GESZTENYE



GOMBA



JÉGCSAPRETEK



JÉGSALÁTA



KARFIOL



KELBIMBÓ



KELKÁPOSZTA



KÍNAI KEL



LILA-HAGYMA



MADÁRSALÁTA



MANDULA



MOGYORÓ



NASPOLYA



PASZTINÁK



PETREZSELYEM-GYÖKÉR



PÓRÉHAGYMA



RUKKOLA



SÁRGA-RÉPA



SÜTŐTÖK



TORMA



VÖRÖS-HAGYMA



VÖRÖS KÁPOSZTA



ZELLERGUMÓ

● = TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Márciusban

## SZEZONÁLIS



ALMA



BIRSALMA



BURGONYA



CÉKLA



CSICSÓKA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



FEHÉR  
KÁPOSZTA



FEKETE  
RETEK



FODROSKEL



FOKHAGYMA



GESZTENYE



GOMBA



HÓNAPOS  
RETEK



JÉGCSAPRETEK



JÉGSALÁTA



KELBIMBÓ



KELKÁPOSZTA



LILA-  
HAGYMA



MADÁRSALÁTA



MANDULA



MEDVEHAGYMA



MOGYORÓ



PASZTINÁK



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



PETREZSELYEMZÖLD



PÓRÉHAGYMA



RUKKOLA



SÁRGA-  
RÉPA



SÓSKA



TORMA



ÚJHAGYMA



VÖRÖSHAGYMA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



ZELLERGUMÓ

● = TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Áprilisban SZEZONÁLIS



ALMA



BIRSALMA



BORDÁSKEL



BURGONYA



CÉKLA



CSICSÓKA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



FEHÉR  
KÁPOSZTA



FEHÉR RETEK



FEJES SALÁTA



FEKETE RETEK



FODROSKEL



FOK-  
HAGYMA



GOMBA



HÓNAPOS RETEK



JÉGCSAPRETEK



JÉGSALÁTA



KELKÁPOSZTA



LILA-  
HAGYMA



MADÁRSALÁTA



MANDULA



MÁNGOLD



MEDVEHAGYMA



MOGYORÓ



PASZTINÁK



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



PETREZSELYEMZÖLD



PÓRÉHAGYMA



REBARBARA



RUKKOLA



SÁRGARÉPA



SÓSKA



SPÁRGA



SPENÓT



TORMA



ÚJHAGYMA



VÖRÖSHAGYMA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



ZELLER-  
GUMÓ

● = TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Májusban SZEZONÁLIS



ÁLMA



BODZAVIRÁG



BORDÁSKEL



BROKKOLI



BURGONYA



CÉKLA



CSERESZNYE



CSICSÓKA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



EGRES



FEHÉR KÁPOSZTA



FEHÉR RETEK



FEJES SALÁTA



FEKETE RETEK



FODROSKEL



FOK-  
HAGYMA



FÖLDIEPER



FŐZŐTÖK



GOMBA



HÓNAPOS RETEK



JÉGCSAPRETEK



JÉGSALÁTA



KARALÁBÉ



KARFIOL



KELKÁPOSZTA



KÍNAI KEL



LILAHAGYMA



MANDULA



MÁNGOLD



MEDVEHAGYMA



MEGGY



MOGYORÓ



PAPRIKA



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



PETREZSELYEMZÖLD



PÓRÉHAGYMA



REBARBARA



RUKKOLA



SÁRGARÉPA



SÓSKA



SPÁRGA



SPENÓT



ÚJHAGYMA



VÖRÖSHAGYMA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



ZELLER-  
GUMÓ

● = TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Júniusban SZEZONÁLIS



ALMA



BODZAVIRÁG



BORDÁSKEL



BROKKOLI



BURGONYA



CÉKLA



CUKKINI



CSERESZNYE



CSICSÓKA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



ÉDESKÖMÉNY



EGRES



FAEPER



FEHÉR  
KÁPOSZTA



FEHÉR RETEK



FEJES SALÁTA



FEKETE RETEK



FODROSKEL



FOKHAGYMA



FÖLDIEPER



FŐZŐTÖK



GOMBA



GÖRÖGDINNYE



HÓNAPOS  
RETEK



JÉGCSAPRETEK



KARALÁBÉ



KARFIOL



KELKÁPOSZTA



KÍNAI KEL



LILAHAGYMA



MÁLNA



MANDULA



MÁNGOLD



MEGGY



MOGYORÓ



PAPRIKA



PARADICSOM



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



PETREZSELYEM-  
ZÖLD



PÓRÉHAGYMA



REBARBARA



RIBIZLI



RUKKOLA



SÁRGABARACK



SÁRGADINNYE



SÁRGARÉPA



SÓSKA



SPÁRGA



SZÁRZELLER



UBORKA



ÚJHAGYMA



VÖRÖS CIKÓRIA



VÖRÖSHAGYMA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



ZELLERGUMÓ



ZÖLDBAB



ZÖLDBORSÓ



= TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Júliusban SZEZONÁLIS



ÁFONYA



ALMA



BORDÁSKEL



BROKKOLI



BURGONYA



CÉKLA



CUKKINI



CSERESZNYE



CSERESZNYE-  
SZILVA



CSICSÓKA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



ÉDESKÖMÉNY



EGRES



FAEPER



FEHÉR  
KÁPOSZTA



FEHÉR RETEK



FEJES SALÁTA



FEKETE RETEK



FODROSKEL



FOKHAGYMA



FÖLDIEPER



FŐZŐTÖK



FÜGE



GOMBA



GÖRÖGDINNYE



JÉGCSAPRETEK



KARALÁBÉ



KARFIOL



KELKÁPOSZTA



KÍNAI KEL



KÖRTE



KUKORICA



LILAHAGYMA



MÁLNA



MANDULA



MÁNGOLD



MEGGY



MOGYORÓ



ŐSZIBARACK



PAPRIKA



PARADICSOM



PATISSZON



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



PETREZSELYEM-  
ZÖLD



PÓRÉHAGYMA



RIBIZLI



RUKKOLA



SÁRGABARACK



SÁRGADINNYE



SÁRGARÉPA



SÓSKA



SZÁRZELLER



SZILVA



SZŐLŐ



UBORKA



ÚJHAGYMA



VÖRÖS  
CIKÓRIA



VÖRÖSHAGYMA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



ZELLERGUMÓ



ZÖLDBAB



ZÖLDBORSÓ



= TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Augusztusban SZEZONÁLIS



ÁFONYA



CUKKINI



FEHÉR  
KÁPOSZTA



FŐZŐTÖK



KARFIOL



MÁLNA



PADLIZSÁN



PETREZSELYEM-  
ZÖLD



SÁRGARÉPA



UBORKA



ZÖLDBAB



ALMA



CSERESZ-  
NYE



FEHÉR RETEK



FÜGE



KELKÁPOSZTA



MANDULA



PAPRIKA



PÓRÉHAGYMA



SÓSKA



ÚJHAGYMA



BORDÁSKEL



CSERESZNYE-  
SZILVA



FEKETE  
BERKENYE



GOMBA



KÍNAI KEL



MÁNGOLD



PARADICSOM



RUKKOLA



SZÁRZELLER



VÖRÖS  
CIKÓRIA



BROKKOLI



DIÓ



FEKETE RETEK



GÖRÖGDINNYE



KÖRTE



MEGGY



PASZTINÁK



SALOTTA-  
HAGYMA



SZEDER



VÖRÖSHAGYMA



BURGONYA



ÉDES-  
BURGONYA



FODROSKEL



JÉGCSAPRETEK



KUKORICA



MOGYORÓ



PATISSZON



SÁRGABARACK



SZILVA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



CÉKLA



ÉDESKÖMÉNY



FOK-  
HAGYMA



KARALÁBÉ



LILAHAGYMA



ŐSZIBARACK



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



SÁRGADINNYE



SZŐLŐ



ZELLERGUMÓ

 = TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Szeptemberben

## SZEZONÁLIS



ÁFONYA



ALMA



BIRSALMA



BORDÁSKEL



BROKKOLI



BURGONYA



CÉKLA



CUKKINI



CSERESZ-  
NYE



CSICSÓKA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



ÉDESKÖMÉNY



FEHÉR  
KAPOSZTA



FEHÉR RETEK



FEKETE  
BERKENYE



FEKETE RETEK



FODROSKEL



FOK-  
HAGYMA



FŐZŐTÖK



FÜGE



GOMBA



GÖRÖG-  
DINNYE



GRÁNÁT-  
ALMA



HOMOK-  
TÖVIS



JÉGCsap-  
RETEK



JÉGSALÁTA



KARALÁBÉ



KARFIOL



KELBIMBÓ



KELKÁPOSZTA



KÍNAI KEL



KÖRTE



KUKORICA



LILAHAGYMA



MADÁRSALÁTA



MÁLNA



MANDULA



MÁNGOLD



MEGGY



MOGYORÓ



ŐSZIBARACK



PADLIZSÁN



PAPRIKA



PARADICSOM



PASZTINÁK



PATISSZON



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



PETREZSELYEM-  
ZÖLD



PÓRÉHAGYMA



RUKKOLA



SALOTTA-  
HAGYMA



SÁRGA-  
BARACK



SÁRGA-  
DINNYE



SÁRGARÉPA



SÓSKA



SÜTŐTÖK



SZÁRZELLER



SZEDER



SZILVA



SZŐLŐ



UBORKA



ÚJHAGYMA



VÖRÖS  
CIKÓRIA



VÖRÖS-  
HAGYMA



VÖRÖS  
KAPOSZTA



ZELLERGUMÓ



ZÖLDBORSÓ



TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Októberben SZEZONÁLIS



ALMA



BIRSALMA



BORDÁSKEL



BROKKOLI



BURGONYA



CÉKLA



CUKKINI



CSICSÓKA



DATOLYA-  
SZILVA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



FEHÉR  
KÁPOSZTA



FEKETE RETEK



FODROSKEL



FOK-  
HAGYMA



FÜGE



GESZTENYE



GOMBA



GRÁNÁT-  
ALMA



HOMOK-  
TÖVIS



JÉGCSAP-  
RETEK



JÉGSALÁTA



KARALÁBÉ



KARFIOL



KELBIMBÓ



KELKÁPOSZTA



KÍNAI KEL



KÖRTE



KUKORICA



LILAHAGYMA



MADÁRSALÁTA



MANDULA



MÁNGOLD



MOGYORÓ



NASPOLYA



ŐSZIBARACK



PADLIZSÁN



PAPRIKA



PARADICSOM



PASZTINÁK



PATISSZON



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



PETREZSELYEM-  
ZÖLD



PÓRÉHAGYMA



RUKKOLA



SALOTTA-  
HAGYMA



SÁRGARÉPA



SÓSKA



SÜTŐTÖK



SZÁRZELLER



SZEDER



SZILVA



SZŐLŐ



TORMA



ÚJHAGYMA



VÖRÖS  
CIKÓRIA



VÖRÖS-  
HAGYMA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



ZELLERGUMÓ

○ = TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Novemberben SZEZONÁLIS



ALMA



BIRSALMA



BURGONYA



CÉKLA



CSICSÓKA



DATOLYA-  
SZILVA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



FEHÉR  
KÁPOSZTA



FEKETE RETEK



FODROSKEL



FOK-  
HAGYMA



GESZTE-  
NYE



GOMBA



GRÁNÁTALMA



JÉGCSAP-  
RETEK



JÉGSALÁTA



KARA-  
LÁBÉ



KARFIOL



KELBIMBÓ



KELKÁPOSZTA



KÍNAI KEL



KÖRTE



LILA-  
HAGYMA



MADÁRSALÁTA



MANDULA



MÁNGOLD



MOGYORÓ



NASPOLYA



PASZTINÁK



PATISSZON



PETREZSELYEM-  
GYÖKÉR



PETREZSELYEM-  
ZÖLD



PÓRÉHAGYMA



RUKKOLA



SALOTTA-  
HAGYMA



SÁRGA-  
RÉPA



SÜTŐTÖK



SZILVA



TORMA



ÚJHAGYMA



VÖRÖS-  
HAGYMA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



ZELLERGUMÓ

○ = TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu

# Decemberben

## SZEZONÁLIS



ALMA



BIRS-  
ALMA



BURGONYA



CÉKLA



CSICSÓKA



DATOLYA-  
SZILVA



DIÓ



ÉDES-  
BURGONYA



FEHÉR  
KÁPOSZTA



FEKETE  
RETEK



FODROSKEL



FOK-  
HAGYMA



GESZTE-  
NYE



GOMBA



GRÁNÁTALMA



JÉGCSAP-  
RETEK



JÉGSALÁTA



KARA-  
LÁBÉ



KARFIOL



KELBIMBÓ



KELKÁPOSZTA



KÍNAI  
KEL



KÖRTE



LILA-  
HAGYMA



MADÁRSALÁTA



MANDULA



MOGYORÓ



NASPOLYA



PASZTINÁK



PETRE-  
ZSELYEM-  
GYÖKÉR



PÓRÉHAGYMA



RUKKOLA



SALOTTA-  
HAGYMA



SÁRGA-  
RÉPA



SÜTŐTÖK



SZILVA



TORMA



ÚJHAGYMA



VÖRÖS-  
HAGYMA



VÖRÖS  
KÁPOSZTA



ZELLERGUMÓ

● = TÁROLÁSBÓL



Maradék nélkül  
maradeknelkul.hu