



# FRUTAS y VERDURAS de TEMPORADA

Una guía de frutas y verduras de temporada cultivadas en el condado de San Luis Obispo

## PRIMAVERA

\*\*Principios de temporada \*\*\*Finales de temporada

Chabacanos***	Frambuesas	Higos	Naranjas	Calabazitas
Alcachofas	Coles de Bruselas**	Toronjas	Duraznos	Fresas
Espárragos	Zanahorias	Col Rizadas	Chicharos (verdes)	Camotes
Ejotes	Cerezas	Kiwis	Papas	
Betabel	Pepinos	Puerros	Espinacas	



## VERANO



Manzanas***	Betabel	Pepinos	Naranjas	Papas
Chabacanos	Frambuesas	Berenjenas	Duraznos	Espinacas**
Alcachofas**	Melones	Higos***	Peras	Fresas
Espárragos**	Zanahorias	Toronjas	Chicharos (verdes)**	Calabasitas
Albahacas	Cerezas**	Uvas	Pimientos	Tomates
Ejotes	Elotes	Nectarinas	Ciruelas	

## OTOÑO

Manzanas	Frambuesas	Berenjenas	Peras	Calabazas
Alcachofas	Coles de Bruselas	Higos	Chicharos (verdes)	Camotes
Espárragos	Melones	Uvas	Pimientas	Tomates
Albahacas	Zanahorias	Nectarinas	Pérsimos	Sandía
Ejotes	Elotes	Naranjas	Ciruelas	
Betabel	Pepinos	Duraznos**	Espinacas	



## INVIERNO



Manzanas	Zanahorias	Kiwis	Chicharos (verdes)	Calabazas**
Ejotes**	Toronjas	Puerros	Pimientos**	Camotes
Betabel**	Uvas**	Naranjas	Pérsimos**	
Coles de Bruselas***	Col Rizadas	Peras**	Espinacas	

## CULTIVADO TODO EL AÑO

Aguacate • Brócoli • Repollo • Coliflor • Apio  
 Cilantro • Ajo • Limón • Lechuga • Hongos • Cebollas • Rábano

\*La area costera de California por su clima más fresco es capaz de extender la producción y cosecha..

Sources:

\*California-Grown Certified Farmers Market: [www.california-grown.com](http://www.california-grown.com) • Talley Farms: [www.talleyfarmsfreshharvet.com](http://www.talleyfarmsfreshharvet.com)