

# CALENDARIO DI STAGIONALITÀ

## Criteri ambientali minimi per il servizio di ristorazione collettiva e fornitura di derrate alimentari (DM n.65 del 10 marzo 2020 - Allegato A)

### Gennaio

Frutta: arance, bergamotto, kiwi, limoni, mandarancio, mandarino, mele, pere, pinoli, pompelmi.

Verdura: broccoli, cardi, carote, cavolfiore, cavolo nero, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cime di rapa (broccoletti), finocchi, funghi, indivia, patate, radicchio, sedano, scarola, topinambur, zucca.

### Febbraio

Frutta: arance, bergamotto, kiwi, limoni, mandarancio, mandarino, mele, pere, pinoli, pompelmi.

Verdura: broccoli, cardi, carote, cavolfiore, cavolo nero, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cicoria catalogna (puntarelle), cime di rapa (broccoletti), cipolle, finocchi, indivia, olive grandi da mensa, patate, radicchio, scarola, sedano, spinaci, zucca.

### Marzo

Frutta: arance, fragole, kiwi, limoni, mele, pere, pompelmi.

Verdura: aglio orsino, asparagi, agretti, broccoli, carciofi, carote, cavolfiore, cavolo nero, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cicoria catalogna (puntarelle), cime di rapa (broccoletti), cipolle, cipollotti, crescione, fagiolini, finocchi, indivia, lattuga, patate novelle, radicchio, ravanelli, rucola, scarola, sedano, spinaci.

### Aprile

Frutta: arance, fragole, kiwi, limoni, mele, pere.

Verdura: aglio fresco, aglio orsino, asparagi, agretti, broccoli, carciofi, cavolfiore, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cicoria catalogna (puntarelle), cipolle, cipollotti, crescione, fagiolini, finocchi, indivia, insalate, lattuga, lattuga batavia, lollo, olive grandi da mensa, patate novelle, piselli, radicchio, ravanelli, rucola, scarola, sedano, spinaci, tarassaco.

### Maggio

Frutta: amarene, ciliegie, fragole, lampone, nespole.

Verdura: aglio fresco, asparagi, agretti, bieta, borraggine, broccoli, carciofi, cavolfiore, cavolo romanesco, cicorie, cicoria catalogna (puntarelle), cipolle, cipollotti, crescione, fagiolini, fave, finocchi, indivia, insalate, lattuga, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, melanzane, olive grandi da mensa, ortica, patate novelle, piselli, ravanelli, rucola, scarola, tarassaco.

### Giugno

Frutta: albicocche, amarene, anguria, ciliegie, fragole, lampone, mirtillo, mandorle, melone, nespole, nocciole, pesche, prugne, ribes, susine.

Verdura: aglio fresco, asparagi, agretti, basilico, bieta, borraggine, broccoli, carciofi, cetrioli, cavolo romanesco, cicorie, cipolle, crescione, fagioli, fagiolini, fave, finocchi, fiori di zucca, indivia, insalate, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, malva, melanzane, olive grandi da mensa, ortica, peperoni, piselli, pomodori, ravanelli, rucola, scarola, taccole, tarassaco, zucchine.

## **Luglio**

Frutta: albicocche, anguria, ciliegie, corbezzoli, fichi, fragole, lampone, mirtillo, mora, mandorle, melone, nocciole, pere, pesche, prugne, ribes, susine, uva spina.

Verdura: aglio fresco, basilico, bieta, cetrioli, cavolfiore, cavolo romanesco, cicorie, cipolle, crescione, fagioli, fagiolini, fiori di zucca, indivia, insalate, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, mais, malva, melanzane, olive grandi da mensa, ortica, peperoni, pomodori, porri, ravanelli, romanesco, rucola, scarola, taccole, tarassaco, zucca, zucchine.

## **Agosto**

Frutta: albicocche, anguria, corbezzoli, fichi, fichi d'india, lampone, mele, mirtillo, mandorle, melone, more, pere, pesche, prugne, ribes, susine, uva, uva spina.

Verdura: bieta, cavolo romanesco, cetrioli, cipolle, fagioli, fagiolini, fiori di zucca, indivia, insalate, lattuga batavia, lattuga romana, lenticchie, lollo, mais, malva, melanzane, peperoni, pomodori, porri, ravanelli, rucola, scarola, spinaci, taccole, tarassaco, zucca, zucchine.

## **Settembre**

Frutta: anguria, corbezzoli, fichi, fichi d'india, lampone, limone, mele, melograno, melone, more, pere, pesche, prugne, susine, uva, uva spina.

Verdura: bieta, broccoli, carote, cavolfiore, cavolo cappuccio, cavolo verza, cavolo romanesco, cetrioli, cicoria catalogna (puntarelle), cipolle, fagioli, fagiolini, finocchi, fiori di zucca, funghi, indivia, insalate, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, mais, malva, melanzane, olive grandi da mensa, pastinaca, peperoni, pomodori, porri, scarola, sedano, spinaci, tarassaco, topinambur, zucca, zucchine.

## **Ottobre:**

Frutta: bergamotto, cachi, castagne, cedro, fichi d'india, kiwi, limone, mele, melograno, noci, pere, uva.

Verdura: bieta, broccoli, carote, cavolfiore, cavolo cappuccio, cavolo verza, cavolo romanesco, cicoria catalogna (puntarelle), cipolle, fagioli, fagiolini, finocchi, funghi, indivia, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, mais, olive grandi da mensa, pastinaca, patate, peperoni, porri, radicchio, scarola, sedano, spinaci, tarassaco, topinambur, zucca.

## **Novembre:**

Frutta: arance, bergamotto, cachi, castagne, cedro, kiwi, limone, mandarini, mele, melograno, noci, pinoli.

Verdura: bieta, broccoli, cardi, carote, cavolfiore, cavolo nero, cavolo cappuccio, cavolo verza, cavolo romanesco, cicoria catalogna (puntarelle), cime di rape (broccoletti), cipolle, finocchi, funghi, indivia, lattuga batavia, lollo, olive grandi da mensa, pastinaca, patate, porri, radicchio, scarola, sedano, topinambur, zucca.

## **Dicembre:**

Frutta: arance, bergamotto, castagne, cedro, limone, mandarini, mele, noci, pinoli, pompelmi.

Verdura: broccoli, cardi, carote, cavolfiore, cavolo cappuccio, cavolo verza, cavolo romanesco, cicoria catalogna (puntarelle), cime di rape (broccoletti), cipolle, finocchi, funghi, indivia, olive grandi da mensa, patate, radicchio, scarola, sedano, topinambur, zucca.

## VERDURA

### PRIMAVERA-ESTATE (DA APRILE A SETTEMBRE)

Aglione fresco, Aaglio orsino, Agretti, Asparagi, Basilico, Bieta, Borraccine, Broccoli, Carciofi, Carote, Cavolfiore, Cavolo cappuccio, Cavolo romanesco, Cavolo verza, Cetrioli, Cicorie, Cicoria catalogna (puntarelle), Cipolle, Cipollotti, Crescione, Fagioli, Fagiolini, Fave, Finocchi, Fiori di zucca, Funghi, Indivia, Insalate, Lattuga, Lattuga batavia, Lattuga romana, Lenticchie, Lollo, Mais, Malva, Melanzane, Olive grandi da mensa, Ortica, Pastinaca, Patate novelle, Peperoni, Piselli, Pomodori, Porri, Radicchio, Ravanelli, Romanesco, Rucola, Scarola, Sedano, Spinaci, Taccole, Tarassaco, Topinambur, Zucca, Zucchine

### AUTUNNO – INVERNO (DA OTTOBRE A MARZO)

Aaglio orsino, Agretti, Asparagi, Bieta, Broccoli, Carciofi, Cardi, Carote, Cavolfiore, Cavolo cappuccio, Cavolo nero, Cavolo romanesco, Cavolo verza, Cicorie, Cicoria catalogna (puntarelle), Cime di rapa (broccoletti), Cipolle, Cipollotti, Crescione, Fagioli, Fagiolini, Finocchi, Funghi, Indivia, Lattuga, Lattuga batavia, Lattuga romana, Lollo, Mais, Malva, Olive grandi da mensa, Ortica, Pastinaca, Patate, Patate novelle, Peperoni, Porri, Radicchio, Ravanelli, Rucola, Scarola, Sedano, Spinaci, Topinambur, Zucca

## FRUTTA

### PRIMAVERA-ESTATE (DA APRILE A SETTEMBRE)

Albicocche, Amarene, Anguria, Arance, Cachi, Ciliegie, Corbezzoli, Fichi, Fichi d'india, Fragole, Kiwi, Lampone, Limone, Mandorle, Mele, Melograno, Melone, Mirtillo, More, Nespole, Nocciole, Pere, Pesche, Prugne, Ribes, Susine, Uva, Uva spina

### AUTUNNO – INVERNO (DA OTTOBRE A MARZO)

Arance, Bergamotto, Cachi, Castagne, Cedro, Fichi d'india, Fragole, Kiwi, Limone, Mandarancio, Mandarino, Mandorle, Mele, Melograno, Noci, Pere, Pinoli, Pompelmi, Uva

*Nota: alcuni prodotti possono trovarsi tutto l'anno (o quasi) perché adatti alla conservazione naturale dopo la raccolta, quali l'aglio, le cipolle, le arance, le mele e le pere, i fagioli e tutti i legumi, le patate. Sono ammessi i piselli, i fagiolini, gli spinaci e la bieta surgelati.*