



# CALENDÁRIO DE FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS

## OUTUBRO



Tangerina



Caju



Abobrinha



Tomate



Inhame



Rúcula

## NOVEMBRO



Manga



Abacaxi



Jaca



Brócolis



Espinafre



Maxixe

## DEZEMBRO



Cereja



Uva



Ameixa



Palmito



Pimentões



Vagem