

Eat Seasonally! Virginia

Produce	Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sep	Oct	Nov	Dec
Apples	•	•						•	•	•	•	•
Arugula				•	•	•				•	•	
Asparagus				•	•	•						
Basil					•	•	•	•	•	•	•	
Beets	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Blueberries					•	•	•					
Broccoli				•						•	•	
Broccoli raab										•	•	•
Brussels sprouts										•	•	•
Butter beans							•	•				
Cabbage					•	•	•	•	•	•	•	•
Cantaloupes							•	•				
Carrots	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Cauliflower										•	•	•
Celeriac	•									•	•	•
Celery									•	•	•	
Cilantro	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Chard			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Cherries							•	•	•			
Chicories										•	•	•
Chiles									•	•		
Collard greens			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Corn							•	•	•			
Cucumbers							•	•	•	•	•	•
Ediplant							•	•	•			
Escarole										•	•	•
Fennel	•	•	•							•	•	•
Garlic							•	•				
Garlic scapes				•	•							
Grapes								•	•	•		
Green beans							•	•	•	•		
Greens			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Green onions			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Herbs												
Kale			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Kohlrabi		•	•	•						•	•	•
Leeks		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Lettuce	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Melons							•	•	•			
Mint	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Morrels				•	•	•						
Mushrooms (wild)				•	•	•	•	•	•	•	•	•
Nectarines							•	•	•	•		
Nettles		•	•									
New potatoes			•	•								
Okra									•			
Onions	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Oregano	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Parsley	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Parsnips										•	•	•
Peaches							•	•	•	•		
Pea greens			•	•								
Peas and pea pods							•	•	•			
Peppers (sweet)							•	•	•			
Potatoes									•			
Potatoes (new)			•	•								
Pumpkins										•	•	
Radicchio										•	•	•
Radishes			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Sage	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Scallions			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Shallots							•	•	•	•	•	•
Shelling beans									•	•		
Snap/ Snow peas							•	•				
Sorrel	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Spinach	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Squash (summer)						•	•	•	•			
Squash (winter)	•									•	•	•
Strawberries				•	•	•						
Sweet potatoes	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Thyme	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Tomatoes							•	•	•	•	•	•
Turnips	•	•	•							•	•	•
Watermelons							•	•	•			
Winter squash	•									•	•	•
Zucchini						•	•	•	•			
Zucchini blossoms				•	•	•						