



Seizoenskalender

WEEK	DATA	VOORSTEL FRUIT/GROENTE	AANBEVOLEN PORTIEGROOTTE
week 36	4 - 8 september	<u>Fruit:</u> <u>Inlands:</u> - Appel: Jonagold, Jonagored, Pinova, Belgica, Cox, Delbare Estival - Peer: Conference, Doyenné, Durondeau, Sweet Sensation, Beurré a. Lucas, Clapps, Migo - Zachtfruit: aardbei, kiwibes, braambes, framboos <u>Uitheems:</u> - Kiwi, druiven, banaan, mango, nectarine	<u>Fruit:</u> Appel, peer, kiwi, banaan, nectarine: 1 stuk Aardbei, bessen: 100g Druiven: 10 stuks Mango: 1/2^{de}
week 37	11 - 15 september		
week 38	18 - 22 september		<u>Groenten:</u> (Kers)tomaat: 1 stuk of 10 kerstomaatjes Wortel: 2 stuks Komkommer: 1/3^{de} – 1/5^{de} Bloemkool: 1/6^{de} Paprika: 1/2^{de} Radijs: 10 stuks
week 39	25 - 29 september		

START VERDELING OOG VOOR LEKKERS

week 40	2 - 6 oktober	Fruit: Inlands: - Appel: Jonagold, Jonagored, Cox, Kanzi, Joly Red, Rubens, Greenstar - Peer: Conference, Doyenné, Durondeau, Sweet Sensation, Beurré a. Lucas, Migo - Zachtfruit: aardbei, kiwibes, braambes, framboos Uittheems: - Kiwi, druiven, banaan, mango, mandarijn Groenten: Inlands: (Kers)tomaat, wortel, bloemkool, paprika, radijs	Fruit: Appel, peer, kiwi, banaan, mandarijn: 1 stuk Aardbei, bessen: 100g Druiven: 10 stuks Mango: 1/2 ^{de} Groenten: (Kers)tomaat: 1 stuk of 10 kerstomaatjes Wortel: 2 stuks Komkommer: 1/3 ^{de} – 1/5 ^{de} Bloemkool: 1/6 ^{de} Paprika: 1/2 ^{de} Radijs: 10 stuks
week 41	9 - 13 oktober		
week 42	16 - 20 oktober		
week 43	23 - 27 oktober		

week 44	30 oktober - 3 november	HERFSTVAKANTIE	
week 45	6 - 10 november	Fruit: Inlands: - Appel: Jonagold, Golden Delicious, Jonagored, Rubens, Joly Red, Greenstar, Cox, Kanzi - Peer: Conference, Doyenné, Durondeau, Sweet Sensation, Migo - Zachtfruit: aardbei Uittheems: - Kiwi, banaan, mango, mandarijn, sinaasappel Groenten: Inlands: (Kers)tomaat, wortel, radijs	Fruit: Appel, peer, kiwi, banaan, mandarijn, sinaasappel: 1 stuk Aardbei: 100g Mango: 1/2 ^{de} Groenten: (Kers)tomaat: 1 stuk of 10 kerstomaatjes Wortel: 2 stuks Radijs: 10 stuks
week 46	13 - 17 november		
week 47	20 - 24 november		
week 48	27 november - 1 december		
week 49	4 - 8 december		
week 50	11 - 15 december		
week 51	18 - 22 december		

week 52 & 1	23 december - 5 januari	KERSTVAKANTIE	
week 2	8 - 12 januari	<u>Fruit:</u> <u>Inlands:</u> - Appel: Jonagold, Golden Delicious, Jonagored, Joly Red, Greenstar, Cox, Kanzi - Peer: Conference, Doyenné, Sweet Sensation, Migo <u>Uittheems:</u> - Kiwi, banaan, mango, mandarijn, sinaasappel <u>Groenten:</u> <u>Inlands:</u> (Kers)tomaat, wortel, radijs	<u>Fruit:</u> Appel, peer, kiwi, banaan, mandarijn, sinaasappel: 1 stuk Mango: 1/2 ^{de} <u>Groenten:</u> (Kers)tomaat: 1 stuk of 10 kerstomaatjes Wortel: 2 stuks Radijs: 10 stuks
week 3	15 - 19 januari		
week 4	22 - 26 januari		
week 5	29 januari - 2 februari		
week 6	5 - 9 februari		

week 7	12 - 16 februari	KROKUSVAKANTIE	
week 8	19 - 23 februari	<u>Fruit:</u> <u>Inlands:</u> - Appel: Jonagold, Jonagored, Kanzi, Joly Red, Greenstar - Peer: Conference, Migo <u>Uitlands:</u> - Kiwi, banaan, mango, mandarijn, sinaasappel <u>Groenten:</u> <u>Inlands:</u> (Kers)tomaat, radijs, wortel	<u>Fruit:</u> Appel, peer, kiwi, banaan, mandarijn, sinaasappel: 1 stuk Mango: 1/2 ^{de} <u>Groenten:</u> (Kers)tomaat: 1 stuk of 10 kerstomaatjes Radijs: 10 stuks Wortel: 2 stuks
week 9	26 februari - 2 maart		
week 10	5 - 9 maart		
week 11	12 - 16 maart		
week 12	19 - 23 maart		
week 13	26 - 30 maart		

week 14 & 15	2 - 13 april	PAASVAKANTIE	
week 16	16 - 20 april	<u>Fruit:</u> <u>Inlands:</u> - Appel: Jonagold, Jonagored, Kanzi, Greenstar - Peer: Conference, Migo - Zachtfruit: aardbei, blauwe bes, braambes, framboos, kers <u>Uitlands:</u> - Kiwi, banaan, mango, sinaasappel, nectarine <u>Groente:</u> <u>Inlands:</u> (Kers)tomaat, wortel, komkommer, radijs, paprika, bloemkool	<u>Fruit:</u> Appel, peer, kiwi, banaan, sinaasappel, nectarine: 1 stuk Aardbei, bessen: 100g Kersen: 10 stuks Mango: 1/2^{de} <u>Groente:</u> (Kers)tomaat: 1 stuk of 10 kerstomaatjes Wortel: 2 stuks Komkommer: 1/3^{de} – 1/5^{de} Bloemkool: 1/6^{de} Paprika: 1/2^{de} Radijs: 10 stuks
week 17	23 - 27 april		
week 18	30 april - 4 mei		
week 19	7 - 11 mei		
week 20	14 - 18 mei		
week 21	21 - 25 mei		
week 22	28 mei - 1 juni		
week 23	4 - 8 juni		
week 24	11 - 15 juni		
week 25	18 - 22 juni		
week 26	25 - 29 juni		

Aanbevolen richtlijnen:

- Min. 3 x inlandse groenten per 10 weken.
- Min. 3 x inlands fruit per 10 weken.
- Max. 2 x hetzelfde product per 10 weken.

De voorgestelde fruit- en groentesoort is een indicatie en is afhankelijk van verschillende factoren zoals de weersomstandigheden.



Voorbeeldkalender

WEEK	DATA	FRUIT / GROENTE	PORTIE
Week 40	2 - 6 oktober	Aardbei	100 gr
Week 41	9 - 13 oktober	Paprika	½ de
Week 42	16 - 20 oktober	Druiven	10 stuks
Week 43	23 - 27 oktober	Peer	1 stuk
Week 44	30 oktober - 3 november	HERFSTVAKANTIE	
Week 45	6 - 10 november	Wortel	2 stuks
Week 46	13 - 17 november	Appel	1 stuk
Week 47	20 - 24 november	Kerstomaat	10 kerstomaatjes
Week 48	27 november - 1 december	Mandarijn	1 stuk
Week 49	4 - 8 december	Banaan	1 stuk
Week 50	11 - 15 december	Peer	1 stuk

Richtlijnen:

- Min. 3 x inlandse groenten per 10 weken.
- Min. 3 x inlands fruit per 10 weken.
- Max. 2 x hetzelfde product per 10 weken.