

www.elgranerointegral.com

# FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA

## - Noviembre -



alcachofa



acelga



apio



berenjena



boniato



calabaza



cebolla



coles bruselas



coliflor



endibia



escarolas



espinacas



lechuga



lombarda



nabo



patatas



pimiento verde



pimiento rojo



puerro



remolacha



rapollo



tomate



zanahoria



aguacate



membrillo



limón



chirimoya



caqui



kiwi



mandarinas



manzana



naranja



pera amarilla



piña



plátano



pomelo



uvas

Más información en  
[www.elgranerointegral.com](http://www.elgranerointegral.com)