



Eat a Variety of Fruits & Vegetables Every Day

Fruit & Vegetable of the Month



[Home](#)

[Fruit & Vegetable Benefits](#)

[Fruit & Vegetable of the Month](#)

[What Counts as a Cup?](#)

[Tips](#)

[Recipes](#)

[Q&A](#)





[Publications](#)







[For Health Professionals](#)


[Partner Web Sites](#)



Look below the calendar for [previous fruits and vegetables of the month!](#)

January		February		March	
					
Tubers	Dried Fruit	Exotic Vegetables	Star Fruit	Exotic Winter Fruit	Leeks & Green Onions

April		May		June	
					
Tomatillo	Asian Pear	Potatoes	Limes	Okra	Pluot® and Aprium®

July		August		September	
					
Nectarine	Garlic	Celery and Fennel	Cactus	Chili Peppers	Figs

October		November		December	
					
Rhizomes	Persimmons	Greens	Plantains	Root Vegetables	Exotic Fruits

Previous Fruits of the Month

- [Apple](#)
- [Apricot](#)
- [Avocado](#)
- [Banana](#)
- [Berries](#)
- [Cherry](#)
- [Cranberry](#)
- [Gooseberries](#)
- [Grapes](#)
- [Grapefruit](#)
- [Kiwi](#)
- [Lemon](#)
- [Mango](#)
- [Melon](#)
- [Orange](#)
- [Papaya](#)
- [Passion Fruit](#)
- [Peach](#)
- [Pear](#)
- [Pineapple](#)
- [Plum](#)
- [Pomegranate](#)
- [Quince](#)
- [Watermelon](#)

Previous Vegetables of the Month

- [Artichoke](#)
- [Asparagus](#)
- [Beans - Dried](#)
- [Beans - Fresh](#)
- [Bell Pepper](#)
- [Broccoli](#)
- [Brussels Sprouts](#)
- [Cabbage](#)
- [Carrots](#)
- [Cauliflower](#)
- [Corn](#)
- [Cucumber](#)
- [Eggplant](#)
- [Lettuce](#)
- [Mushrooms](#)
- [Onion](#)
- [Peas](#)
- [Radish](#)
- [Rhizomes](#)
- [Rhubarb](#)
- [Spinach](#)
- [Squash](#)
- [Sweet Potato](#)
- [Tomato](#)
- [Winter Squash](#)

[Back to Top](#)

[Home](#) | [Site Map](#) | [Contact Us](#) | [Q&A](#) | [Policies and Regulations](#) | [✉ Email this page](#) | [🖨 Printer-friendly version](#) | [Disclaimer](#) | [e-Government](#)

