

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Ποώδη φυτά τα οποία καλλιεργούνται για να χρησιμοποιηθούν ως ανθρώπινη τροφή σε νωπή κατάσταση ή μετά από κατάψυξη, κονσερβοποίηση ή αποξηήρανση με στόχο την παροχή βιταμινών, ανόργανων αλάτων, φυτικών ινών και υδατανθράκων, καθώς και την βελτίωση της γεύσης των μαγειρεμένων τροφών.

Τρόποι κατανάλωσης

- Σε νωπές σαλάτες
- Σε σαλάτες μετά από επεξεργασία
- Σε μορφή φρούτου
- Σε μαγειρεμένα φαγητά
 - Ως βασικά συστατικά
 - Ως αρτυματικά

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΞΙΑ

- Υδατάνθρακες
- Πρωτεΐνες
- Λίπη
- Άλατα
- Βιταμίνες
- Αντιοξειδωτικές ουσίες
- Ινώδεις (χονδροειδείς) ουσίες

ΠΙΝΑΚΑΣ 1: Σύνθεση λαχανικών (% κ.β στο βρώσιμο προϊόν)

ΛΑΧΑΝΙΚΟ	Νερό (%)	Ενέργειες Θερμίδες	Πρωτεΐνες (γρ.)	Λίπη (γρ.)	Υδατάνθρακες (γρ.)
Αγγούρι	95.1	15	0.9	0.1	3.4
Αντίδι	93.1	20	1.7	0.1	4.1
Γλ/καλάμποκο	72.7	96	3.5	1.0	22.1
Γογγύλι	90.3	29	2.0	0.1	6.6
Καρότο	88.2	42	1.1	0.2	9.7
Καρπούζι	92.6	26	0.5	0.2	6.4
Κολοκυθάκι	94.6	17	1.2	0.1	3.6
Κολοκύθα	91.6	26	1.0	0.1	6.5
Κουνουπίδι	91.0	27	2.7	0.2	5.2
Κρεμμυδάκι	89.4	36	1.5	0.2	8.2
Κρεμμύδι ξηρό	89.1	38	1.5	0.1	8.7
Λάχανο	92.4	24	1.3	0.2	5.4
Λάχανο Βρυξελ.	85.2	45	4.9	0.4	8.3
Μαϊντανός	85.1	44	3.6	0.6	8.5
Μάραθος	90.0	28	2.8	0.4	5.1
Μαρούλι	94.0	18	1.3	0.3	3.5
Μελιτζάνα	92.4	25	1.2	0.2	5.6
Μπάμια	88.9	36	2.4	0.3	7.6

**ΣΥΝΘΕΣΗ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΠΕΡΙΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΣΕ
ΝΕΡΟ, ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΛΛΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΝΑ 100
ΓΡΑΜΜΑΡΙΑ ΚΑΤΑΝΑΛΙΣΚΟΜΕΝΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ**

ΛΑΧΑΝΙΚΟ	Νερό %	Ενέργειες Θερμίδες	Πρωτεΐνες (γρ.)	Λίπη (γρ.)	Υδατάνθρακες (γρ.)
Μπιζέλι νοπό	78.0	84	6.3	0.4	14.4
Μπιζέλι ξηρό	11.7	340	24.1	1.3	60.3
Παντζάρι	87.3	43	1.6	0.1	9.9
Πατάτα	76.0	86	2.1	0	20.8
Πεπόνι	90.6	33	0.8	0.3	7.7
Πιπεριά	93.4	22	1.2	0.2	4.8
Πράσο	85.4	52	2.2	0.3	11.2
Μπρόκολο	89.1	32	3.6	0.3	5.9
Ραδίκι	95.1	15	1.0	0.1	3.2
Ρεπανάκι	94.5	17	1.0	0.1	3.6
Σέλινο	94.1	17	0.9	0.1	3.9
Σέσκουλο	91.1	25	2.4	0.3	4.6
Σκόρδο	74.0	-	4.5	-	20.0
Σπανάκι	90.7	26	3.2	0.3	4.3
Τομάτα	93.5	22	1.1	0.2	4.7
Φασολάκι	90.1	32	1.9	0.2	7.1
Φασόλια ξηρά	10.9	340	22.3	1.6	61.3

ΠΙΝΑΚΑΣ 2: ΠΕΡΙΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΣΕ ΚΥΡΙΟΤΕΡΑ ΑΛΑΤΑ (mg ANA 100 g ΒΡΩΣΙΜΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ)

ΛΑΧΑΝΙΚΟ	Ca	P	Fe	Na	K
Αγγούρι	25	27	1.1	6	160
Αντίδι	81	54	1.7	14	294
Γκυκοκαλάμποκο	41	51	0.5	8	372
Γογγύλι	3	111	0.7		280
Καρότο	37	36	0.7	47	341
Καρπούζι	7	10	0.5	1	100
Κολοκυθάκι	28	29	0.4	1	202
Κολοκύθα	21	44	0.8	1	340
Κουνουπίδι	25	56	1.1	13	295
Κρεμμυδάκι	51	39	1.0	5	231
Κρεμμυδάκι ξηρό	27	36	0.5	10	157
Λάχανο	49	29	0.4	20	233
Λάχανο Βρυξελ.	36	80	1.5	14	390
Μαϊντανός	203	63	6.2	45	727
Μάραθος	100	51	2.7	-	397
Μαρούλι	68	25	1.4	9	264
Μελιτζάνα	12	26	0.7	2	214

**ΠΙΝΑΚΑΣ 2: ΠΕΡΙΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΣΕ ΚΥΡΙΟΤΕΡΑ
ΑΛΑΤΑ (mg ANA 100 g ΒΡΩΣΙΜΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ)**

ΛΑΧΑΝΙΚΟ	Ca	P	Fe	Na	K
Μπιζέλι	26	116	1.9	2	316
Μπιζέλι ξηρό	64	340	5.1	35	1005
Παντζάρι	16	33	0.7	60	335
Πατάτα	8	-	0.5	-	-
Πεπόνι	14	16	0.4	12	251
Πιπεριά	10	25	0.7	-	-
Μπάμια	92	51	0.6	3	219
Πράσο	52	50	1.1	5	347
Μπρόκολο	103	78	1.1	15	382
Ραδίκι	18	21	0.5	7	182
Ρεπανάκι	30	31	1.0	18	322
Σέλινο	39	28	0.3	126	341
Σέσκουλο	88	39	3.2	147	550
Σπανάκι	93	51	3.1	71	470
Τομάτα	13	27	0.5	3	244
Φασολάκι	56	44	0.8	7	132
Φασόλια ξηρά	144	425	7.8	19	1,196

**ΠΙΝΑΚΑΣ 3: ΠΕΡΙΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΣΕ
ΚΥΡΙΟΤΕΡΕΣ ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ΑΝΑ 100 g ΒΡΩΣΙΜΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ**

ΛΑΧΑΝΙΚΟ	Βιταμ. Α (I.U.)	Θειαμίνη (mg)	Ριβοφαλβίνη (mg)	Νιασίνη (mg)	Βιτ. C (mg)
Αγγούρι	250	0.03	0.04	0.2	11
Αντίδι	3.300	0.07	0.14	0.5	10
Γογγύλια	20	0.06	0.04	0.3	66
Γλυκοκαλάμπ.	400	0.15	0.12	1.7	12
Καρότο	11.000	0.06	0.05	0.6	0.8
Καρπούζι	590	0.03	0.03	0.2	7
Κολοκυθάκι	320	0.05	0.09	1.0	19
Κολοκύθες	1.600	0.05	0.11	0.6	9
Κουνουπίδι	60	0.11	0.10	0.7	78
Κρεμμυδάκι	2.000	0.05	0.05	0.4	32
Κρεμμύδι ξηρό	40	0.03	0.04	0.2	10
Λάχανο	130	0.05	0.05	0.3	47
Λάχανο Βρυξ.	550	0.10	0.16	0.9	102
Μαϊντανός	8.500	0.12	0.26	1.2	172
Μάραθος	3.500	-	-	-	31
Μαρούλι	1.900	0.05	0.08	0.4	18
Μελιτζάνα	10	0.05	0.05	0.6	5
Μπάμια	520	0.17	0.21	1.0	31

**ΠΙΝΑΚΑΣ 3: ΠΕΡΙΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΣΕ ΚΥΡΙΟΤΕΡΕΣ
ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ΑΝΑ 100 g ΒΡΩΣΙΜΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ**

ΛΑΧΑΝΙΚΟ	Βιταμ. Α (I.U.)	Θειαμίνη (mg)	Ριβοφαλβίνη (mg)	Νιασίνη (mg)	Βιτ. C (mg)
Μπιζέλι	640	0.35	0.14	2.9	27
Μπιζέλι ξηρό	120	0.74	0.29	3.0	-
Παντζάρι	20	0.03	0.05	0.4	10
Πατάτα	-	0.11	0.04	-	8-30
Πεπόνι	40	0.04	0.03	0.6	23
Πιπεριά	770	0.09	0.06	1.7	235
Πράσο	40	0.11	0.06	0.5	17
Πρόκολο	2.500	0.10	0.23	0.9	113
Ραδίκι	Υγνη	-	-	-	-
Ρεπανάκι	10	0.03	0.03	0.3	26
Σέλινο	240	0.03	0.03	0.3	9
Σέσκουλο	6.500	0.06	0.17	0.5	32
Σπανάκι	8.100	0.10	0.20	0.6	51
Τομάτα	900	0.06	0.04	0.7	23
Φασολάκι	600	0.08	0.11	0.5	19
Φασόλι ξηρό	-	0.65	0.22	2.4	-

ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

- **Σύνολο γεωργικής γης: 40.000.000 στρ.**
- **Καλλιέργεια λαχανικών: 1.671.000 στρ.**
- **Καλλιέργεια λαχανικών: 3% γεωργ. Γης**
- **Παραγωγή λαχανικών: 5.080.803 τόνοι**
- **Έκταση ανά καλλιέργεια (2014):**
 - **Πατάτα: 246.300 στρ.**
 - **Τομάτα: 119.700 στρ.**
 - **Καρπούζι: 125.200 στρ.**
 - **Κρεμμύδι: 71.000 στρ.**



Σχετική αξία κηπευτικών στο σύνολο της αγροτικής παραγωγής

- Από την συνολική αξία των γεωργικών προϊόντων που παράχθηκαν στην Ελλάδα το 2014, η οποία ανήλθε σε 9,7 δις €, στα φρούτα και τα κηπευτικά μαζί αντιστοιχεί ένα μερίδιο ίσο με 39%.
- Σχεδόν το μισό από αυτό το μερίδιο αντιστοιχεί σε κηπευτικά.
- Το μεγαλύτερο μερίδιο στην συνολική αξία της γεωργικής παραγωγής κατά τα έτη 2009-2013 αντιστοιχεί στα κηπευτικά με 18%, ενώ ακολουθούν τα φρούτα με 16,6%.

Καλλιεργούμενη έκταση και παραγωγή κηπευτικών

Κηπευτικό	Υπαίθριες καλλιέργειες		Καλλιέργειες υπό κάλυψη		Σύνολο	
	Έκταση (στρ.)	Παραγωγή (τόνοι)	Έκταση (στρ.)	Παραγωγή (τόνοι)	Έκταση (στρ.)	Παραγωγή (τόνοι)
Αγγούρι	9.190	16.430	15.880	165.782	25.070	182.212
Αγκινάρα	18.770	11.337	0	0	18.770	11.337
Αμπελοφάσουλο	510	321	0	0	510	321
Άνηθος	5.880	4.220	0	0	5.880	4.220
Αντίδι	5.950	4.174	0	0	5.950	4.174
Αρακάς	31.580	15.681	0	0	31.580	15.681
Καρότο	13.550	43.780	0	0	13.550	43.780
Καρπούζι	97.050	447.377	28.150	90.942	125.200	538.319
Κολοκύθι	27.370	36.820	5.670	20.120	33.040	56.940
Κουν. - μπρόκολο	40.810	58.004	0	0	40.810	58.004
Κρεμμύδι	71.010	197.785	0	0	71.010	197.785
Λάχανο	56.440	117.374	0	0	56.440	117.374
Μαϊντανός	5.490	5.757	0	0	5.490	5.757
Μαρούλι	42.020	42.066	5.740	7.820	47.760	49.886
Μελιτζάνα	19.330	30.024	3.570	22.310	22.900	52.334
Μπάμια	14.370	7.547	0	0	14.370	7.547
Παντζάρι	6.380	8.671	0	0	6.380	8.671
Πατάτα	246.310	585.975	0	0	246.310	585.975
Πεπόνι	40.870	66.234	6.860	12.679	47.730	78.913
Πιπεριά	31.350	55.284	10.890	92.624	42.240	147.908
Πράσο	14.750	23.031	0	0	14.750	23.031
Ραδίκι	13.340	10.436	0	0	13.340	10.436
Ραπάνι	1.620	1.220	0	0	1.620	1.220
Ριζοσέλινο	370	438	0	0	370	438
Σέλινο φυλλώδες	6.660	7.060	0	0	6.660	7.060
Σέσκουλο	1.290	813	0	0	1.290	813
Σκόρδο	14.190	8.175	0	0	14.190	8.175
Σπανάκι	38.610	33.582	0	0	38.610	33.582
Σπαράγγι	20.390	7.246	0	0	20.390	7.246
Τομάτα	89.070	205.018	30.640	345.027	119.720	550.045
Φασόλι για λοβό	58.850	46.264	4.060	9.876	62.910	56.139
Σύνολο	1.043.380	2.098.144	111.460	767.180	1.154.840	2.865.323

Σύγχρονες τάσεις στην εμπορία των κηπευτικών

- Σημαντική αύξηση του ποσοστού των κηπευτικών που διακινούνται στην λιανική αγορά μέσω των super markets
- Αυξημένες απαιτήσεις του καταναλωτή σε ποιότητα και ασφάλεια τροφίμων
- Πιστοποίηση προϊόντων

Πιστοποίηση διαδικασίας παραγωγής

- GLOBALG.A.P. (www.globalgap.org)
(πρώην EUREPGAP)
- Βασίζεται σε ένα πρότυπο ορθών γεωργικών πρακτικών (Good Agricultural Practices, GAP) και πιστοποιείται η συμμόρφωση ως προς το πρότυπο αυτό.
 - GLOBALG.A.P. Fruit and Vegetables Standard

AGROCERT (www.agrocert.gr) (Ο.Π.Ε.ΓΕ.Π.)

AGRO 2-1

AGRO 2-2

Πρόκειται για εθνικά πρότυπα πιστοποίησης, τα οποία έχουν προβλήματα αναγνώρισης στις διεθνείς αγορές και επομένως η χρησιμότητά τους για τα εξαγώγιμα κηπευτικά είναι αμφίβολη.

Ολοκληρωμένη διαχείριση της παραγωγής

- Βασίζεται στον συνδυασμό όλων των μέσων και τεχνικών καλλιέργειας που είναι διαθέσιμα και επιτρεπτά, με στόχο την ελαχιστοποίηση των εισροών ενέργειας και αγροχημικών:
 - Κατάλληλη υλικοτεχνική υποδομή αγροτικής εκμετάλλευσης
 - Υποκατάσταση χημικών επεμβάσεων με φυσικές μεθόδους και μέσα
 - Όπου η χρήση φυτοπροστατευτικών προϊόντων είναι αναγκαία, επιλέγονται ουσίες χαμηλής τοξικότητας και υπολειμματικότητας.

Ολοκληρωμένη διαχείριση της παραγωγής

- Έμφαση στην πρόληψη των φυτοασθενειών και των άλλων διαταρακών ανάπτυξης και καρποφορίας
- Ορθολογική άρδευση – λίπανση με στόχους:
 - ελαχιστοποίηση απορροών,
 - αποφυγή ρύπανσης υδάτινων πόρων,
 - λαχανικά με χαμηλή περιεκτικότητα σε νιτρικά
- Στόχος δεν είναι μόνο η μέγιστη παραγωγή αλλά ταυτόχρονα και η άριστη ποιότητα του προϊόντος

ΕΙΣΑΓΩΓΕΣ - ΕΞΑΓΩΓΕΣ ΝΩΠΩΝ ΚΗΠΕΥΤΙΚΩΝ (ΣΕ ΑΞΙΑ ΚΑΙ ΤΟΝΝΟΥΣ) ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΤΑ ΤΑ ΕΤΗ 2009- 2012

Έτος	Εισαγωγές		Εξαγωγές	
	Τόνοι	Εκατομμύρια €	Τόνοι	Εκατομμύρια €
2009	206.724	95,40	236.848	106,52
2010	167.657	90,13	317.777	140,09
2011	183.637	105,49	250.605	102,91
2012	150.832	71,42	275.578	126,47

Στη σημερινή παγκοσμιοποιημένη αγορά, η υψηλή ποιότητα των νωπών λαχανοκομικών προϊόντων είναι το κλειδί για την διατήρηση της ανταγωνιστικότητας των λαχανοκομικών εκμεταλλεύσεων όχι μόνο στη Βόρεια Ευρώπη αλλά και στις χώρες της μεσογειακής λεκάνης.

Η επίτευξη υψηλών αποδόσεων σε συνδυασμό με υψηλή ποιότητα απαιτεί γνώση και σύγχρονη τεχνολογία και εξοπλισμό με στόχο την μείωση του κόστους παραγωγής και την μεγιστοποίηση της ποιότητας των προϊόντων με όσο το δυνατόν χαμηλότερες εισροές μη ανανεώσιμων μορφών ενέργειας και αγροχημικών.

Μετά την συγκομιδή

- Ποιοτικός έλεγχος
- Κατάλληλη συσκευασία
- Πιστοποίηση
- Σταθερή και αξιόπιστη προσφορά του προϊόντος στην αγορά – οργάνωση σε ομάδες παραγωγών



ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ

- Βοτανική συγγένεια
- Βρώσιμο τμήμα
- Απαιτήσεις σε θερμοκρασία
- Απαιτήσεις σε καλλιεργητικές φροντίδες
- Τρόπος γονιμοποίησης
- Αντίδραση στη φωτοπερίοδο

Βοτανική κατάταξη

- Στην βοτανική ονοματολογία η βασική μονάδα διάκρισης είναι το είδος του φυτού.
- Σύμφωνα με τον Διεθνή Κώδικα Βοτανικής Ονοματολογίας κάθε είδος φυτού φέρει ένα διώνυμο όνομα στη λατινική γλώσσα.
- Π.χ.:
 - Πιπεριά: *Capsicum annuum*
 - Σπανάκι: *Spinacia oleracea*

Ταξινομικές υποκατηγορίες

+ Βοτανικές ποικιλίες

+ π.χ. *Brassica oleracea*,

+ var. *botrytis*: κουνουπίδι

+ var. *italica*: μπρόκολο

+ Var. *capitata*: κεφαλωτό λάχανο

+ Καλλιεργητικές ποικιλίες:

(cv. = cultivated variety)

+ π.χ, τομάτα:

+ *Lycopersicon esculentum*, cv.

Belladona)

ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΟ ΒΡΩΣΙΜΟ ΤΜΗΜΑ

Το βρώσιμο τμήμα είναι:

1. Υπόγεια όργανα

1. Κόνδυλοι: πατάτα

2. Ριζοκόνδυλοι: παντζάρι καρότο

3. Βολβοί: κρεμμύδι, σκόρδο

2. Στελέχη: Σπαράγγι, γογγύλι

3. Φύλλα: μαρούλι, αντίδι

4. Ανώριμα άνθη: κουνουπίδι, αγκινάρα

5. Καρποί:

1. Ανώριμοι: αγγούρι, μελιτζάνα

2. Ωριμοι: τομάτα, καρπούζι

ΠΙΝΑΚΑΣ 10: ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΙΣ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΣΕ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ

Λαχανικά ψυχρής εποχής		Λαχανικά θερμής εποχής	
Ανθεκτικά σε παγετό Άριστη θερμ. 15 – 18 °C , όχι >24 °C	Ολιγότερο ανθεκτικών στον παγετό	Ευπαθή στον παγετό	Πολύ ευπαθή στον παγετό
Γογγύλι	Αγκινάρα	Γλυκοκαλάμποκο	Αγγούρι
Κρεμμύδι *	Αντίδι	Μαυρομ. Φασόλι	Γλυκοπατάτα
Λάχανο	Καρότο	Τομάτα	Καρπούζι
Λάχανο Βρυξ.	Κουνουπίδι	Φασολάκι	Κολοκυθάκι
Μαϊντανός	Λάχανο Κίνας		Κολοκυθές
Μαρούλι - φυλλώδες	Μαρούλι (κεφαλωτό)		Μελιτζάνα
Μπιζέλι	Παντζάρι		Μπάμια
Πράσο *	Πατάτα		Πεπόνι
Πρόκολο	Σέλινο		
Ραδίκι	Σέσκουλο		
Ρεπάνι			
Σκόρδο *			
Σπανάκι			
Σπαράγγι *			

ΠΙΝΑΚΑΣ 11: ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΠΟΥ ΑΠΑΙΤΟΥΝ ΧΑΜΗΛΕΣ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΑΝΘΙΚΩΝ ΣΤΕΛΕΧΩΝ

Γογγύλι	Μάραθος
Καρότο	Παντζάρι
Κρεμμύδι	Πράσο
Λάχανο	Ρεπανάκι
Λάχανο Βρυξελλών	Σέλινο
Μαϊντανός	Σέσκουλο

ΠΙΝΑΚΑΣ 12: ΚΑΤΑΤΑΞΗ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΓΟΝΙΜΟΠΟΙΗΣΗΣ

ΕΝΤΟΜΟΦΙΛΑ	ΑΝΕΜΟΦΙΛΑ	ΑΥΤΟΓΟΝΙΜΟ-ΠΟΙΟΥΜΕΝΑ
Αγκινάρα	Γλυκοκαλάμποκο	Αντίδι
Αγγούρι	Παντζάρι	Κουκιά
Άνιθος	Σέσκουλο	Μαρούλι
Γλυκοπατάτα	Σπανάκι	Μελιτζάνα *
Γογγύλι		Καρότο
Μπιζέλι		Πατάτα
Καρπούζι		Πιπέρι *
Κολοκυθάκι		Ραδίκι
Κρεμμύδι		Τομάτα *
Κουνουπίδι		Φασολάκι
Λάχανο		
Λάχανο Βρυξελλών		
Λάχανο Κίνας		

* Στην τομάτα , πιπέρι και περισσότερο στην μελιτζάνα γίνεται και γονιμοποίηση με τα έντομα.

ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ

ΚΑΤΑΤΑΞΗ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΓΟΝΙΜΟΠΟΙΗΣΗΣ

ΕΝΤΟΜΟΦΙΛΑ	
Μαϊντανός	Πράσο
Μάραθος	Πρόκολο
Μελιτζάνα	Ρεπανάκι
Μπάμια	Σέλινο
Πεπόνι	Σπαράγγι

**ΠΙΝΑΚΑΣ 13 ΚΑΤΑΤΑΞΗ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΗΝ
ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ ΣΤΗΝ ΦΩΤΟΠΕΡΙΟΔΟ**

ΟΥΔΕΤΕΡΑ	ΜΙΚΡΗΣ ΗΜΕΡΑΣ	ΜΕΓΑΛΗΣ ΗΜΕΡΑΣ
Αγγούρι	Γλυκοπατάτα	Άνιθος
Αγκινάρα	Κολοκυθάκι*	Αντίδι ⁽¹⁾
Γλυκοκαλάμ- οκο	Κρεμμύδι*	Μάραθος
Γογγύλι	Μαρούλι*	Μαρούλι
Καρότο	Πατάτα*	Παντζάρι ⁽¹⁾
Καρπούζι	Φράουλα*	Πατάτα
Κουκιά		Ραδίκι
Κουνουπίδι		Ρεπανάκι
Κρεμμύδι		Σπανάκι
Λάχανο		
Λάχανο Βρυξελ.		
Μαϊντανός		
Μελιτζάνα		
Μπάμια		
Μπιζέλι ⁽¹⁾		
Πεπόνι		

(1) : Μπορεί να επηρεαστεί από την θερμοκρασία

*** : Μπορεί να έχει είδη και ποικιλίες στις άλλες κατηγορίες**

Ταξινόμηση λαχανικών με βάση την διάρκεια του καλλιεργητικού κύκλου

- **Πολυετή**
 - Αγκινάρα
 - Σπαράγγι

- **Ετήσια**
 - Όλα τα υπόλοιπα