

برنامه مستقیم تغذیه مزرعه اورگان



از کشاورزان بخريد، محصولات تازه بخوريد!

اقلام مجاز:

- میوه جات تازه
- سبزیجات تازه
- گیاهان (Herbs) تازه چیده شده

اقلام غیرمجاز:

- غذاهای فرآوری شده (از جمله مربا، عسل، میوه خشک شده، لبنیات، یا آجیل)
- گیاهان زنده در گلدانها
- گوشت، ماهی یا تخم مرغ
- اقلام غیرغذایی

تا تاریخ ۱۰/۱۰/۲۰۲۲ (November 30, 2022) از چک های خود در بازارها و غرفه های مزرعه استفاده کنید!

نحوه استفاده از چکهای خود

۱. چک ها را با خود به بازارها و غرفه های کشاورزی ببرید. برای پیدا کردن یک محل از وبسایت myoregonfarm.org زیراستفاد کنید.
۲. به دنبال علائمی بگردید که میگوید: "چکهای برنامه مستقیم تغذیه مزرعه اورگان در این محل پذیرفته می شوند" یا از یکی از کارکنان بازار کمک بخواهید.
۳. میوه های تازه، سبزیجات تازه و محلی را که می خواهید خریداری کنید، انتخاب کنید. محصولات ارگانیک مجاز است!
۴. از چکهای خود جهت پرداخت به کشاورز برای خرید محصولات تازه خود استفاده کنید.

بخاطر داشته باشید

- فقط محصولاتی را انتخاب کنید که محلی باشند (غیر از موز، پرتقال، لیمو، آناناس و غیره).
- میتوانید از چکهای خود یکجا یا یکباره استفاده کنید. با یک کشاورز یا بیشتر!
- خرید خود را برنامه ریزی کنید زیرا هیچ پول خوردی دریافت نخواهید کرد.
- قبل از تعطیلی بازارها و مزارع محلی خرید خود را انجام دهید.
- چکهای خرید مستقیم از مزرعه را در مکانی امن نگه دارید. چکهای گم شده یا به سرقت رفته جایگزین نخواهند شد.

چه محصولاتی در چه ماه در سال موجود هستند؟

| میوه جات | | | | | | |
|----------|-------|---------|-----|-------|------|-----------------|
| نوامبر | اکتبر | سپتامبر | اوت | ژوئیه | ژوئن | |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | سیب |
| | | | ✓ | ✓ | ✓ | تمشک |
| | | ✓ | ✓ | ✓ | | بلوبری |
| | | | | ✓ | ✓ | گیلاس |
| | ✓ | ✓ | ✓ | | | خریزه / هندوانه |
| | ✓ | ✓ | ✓ | | | هلو |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | گلابی |
| | | | ✓ | ✓ | ✓ | تمشک قرمز |
| | | | | | ✓ | ریواس |
| | | | | ✓ | ✓ | توت فرنگی |

| سبزیجات | | | | | | |
|---------|-------|---------|-----|-------|------|-------------------------------|
| نوامبر | اکتبر | سپتامبر | اوت | ژوئیه | ژوئن | |
| ✓ | ✓ | ✓ | | | | کلم بروکلی |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | | هویج، جعفری |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | گل کلم |
| | ✓ | ✓ | ✓ | | | ذرت |
| نوامبر | اکتبر | سپتامبر | اوت | ژوئیه | ژوئن | |
| | ✓ | ✓ | ✓ | | | خیار |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | سیر فیل |
| | | ✓ | ✓ | ✓ | | لوبیا سبز |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | قارچ |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | | پیاز |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | | سیب زمینی |
| | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | سبزی های سالاد |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | کدو، کدو تنبل |
| ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | | شلغم، روتاباگاس (نوعی کلم) |

*دسترسی به محصولات ممکن است بسته به مکان متفاوت باشد

