

## Sowing Calendar for Vegetables and Herbs in Canada Zone 4a

see [PlantWhatWhen - Canada Zone 4a Sowing Guide](#)

Plant	JAN	FEB	MAR	APR	MAY	JUN	JUL	AUG	SEP	OCT	NOV	DEC
Amaranth	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Angelica	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Artichokes globe	.	.	M	.	.	J	.	.	.	.	.	.
Arugula/Rucola	.	.	.	.	M	J	.	.	S	.	.	.
Asparagus	.	.	M	.	.	J	.	.	.	.	.	.
Asparagus pea	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Aubergine	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Basil	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Beans climbing/snake	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Beans dwarf/bush	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Beetroot	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Beets	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Belgian endive	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Bell peppers	.	.	.	A	.	J	.	.	.	.	.	.
Black eye peas	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Bok Choy	.	.	.	A	M	J	J	.	S	.	.	.
Borage	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Borecole	.	.	.	A	M	J	J	A	.	.	.	.
Borekale	.	.	.	A	M	.	J	A	.	.	.	.
Broad bean	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Broccoli	.	.	.	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Brussels sprouts	.	.	.	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Burdock	.	.	.	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Cabbage loose-headed	.	.	.	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Cabbage tight-headed	.	.	.	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Cantaloupe	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Cape Gooseberry	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Capsicum	.	.	.	A	.	J	.	.	.	.	.	.
Cardoon	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Carrot	.	.	.	.	M	J	J	A	.	.	.	.
Cauliflower	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Celeriac	.	.	M	.	.	J	.	.	.	.	.	.
Celery	.	.	M	.	.	J	.	.	.	.	.	.
Ceylon Spinach	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Chayote squash	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Chicory	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Chilli peppers	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.

Chinese cabbage	.	.	.	.	.	J	J	.	S	.	.	.
Chinese parsley	.	.	.	.	.	.	.	A	.	.	.	.
Chinese Peas	.	.	.	.	M	J	J	A	.	.	.	.
Chives	.	.	.	A	M	J	J	A	.	.	.	.
Choko	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Cilantro	.	.	.	.	.	.	.	A	.	.	.	.
Cocoyam	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Collards	.	.	.	A	M	.	J	A	.	.	.	.
Coriander	.	.	.	.	.	.	.	A	.	.	.	.
Corn Salad	.	.	.	.	M	J	J	A	.	.	.	.
Courgette	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Cowpeas	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Cucumber	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Daikon	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Dasheen	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Dill	.	.	.	.	M	J	J	A	.	.	.	.
Eggplant	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Endive	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Eschalots	.	.	.	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Fava bean	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Fennel	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Finocchio	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Florence Fennel	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
French tarragon	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Gai choy	.	.	.	A	M	J	J	A	.	.	.	.
Garlic	.	.	.	A	M	.	.	A	S	.	.	.
Ginger	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Gobo	.	.	.	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Gumbo	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Horseradish	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Hot peppers	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Huauzontle	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Japanese Greens	.	.	.	A	M	J	J	.	.	.	.	.
Japanese radish	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Jerusalem Artichokes	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Kale	.	.	.	A	M	J	J	A	.	.	.	.
Kohlrabi	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Ladyfinger	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Lamb's lettuce	.	.	.	.	M	J	J	A	.	.	.	.
Leeks	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Lemon Balm	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Lettuce	.	.	.	A	M	J	J	A	.	.	.	.

Lo Bok	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Long Yam	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Luffa/Loofah	.	.	.	A	.	.	.	.	.	.	.	.
Mache	.	.	.	.	M	J	J	A	.	.	.	.
Maize	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Malabar greens	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Mangetout	.	.	.	.	M	J	J	A	.	.	.	.
Mangle Wurzel	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Mangold	.	.	.	.	M	J	.	A	.	.	.	.
Marrow	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Mibuna	.	.	.	A	M	J	J	.	.	.	.	.
Mint	.	.	.	A	M	J	J	.	.	.	.	.
Mitzuna	.	.	.	A	M	J	J	.	.	.	.	.
Mizuna	.	.	.	A	M	J	J	.	.	.	.	.
Mustard greens	.	.	.	A	M	J	J	A	.	.	.	.
Napa cabbage	.	.	.	.	.	J	J	.	.	.	.	.
New Zealand Spinach	.	.	.	.	.	J	.	.	.	.	.	.
Okra	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Onion	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Oregano/Pot Marjoram	.	.	.	A	M	J	J	.	.	.	.	.
Pak Choy/Choi	.	.	.	A	M	J	J	.	S	.	.	.
Parsley	.	.	.	A	M	J	J	.	.	.	.	.
Parsnip	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Peanut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Peas	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Potato	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Pumpkin	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Quinoa	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Radicchio	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Radish	.	.	.	.	M	J	.	A	.	.	.	.
Rhubarb	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Rocket	.	.	.	.	M	J	.	.	S	.	.	.
Rockmelon	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Rosella	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Rosemary	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Rutabaga	.	.	M	A	M	J	.	A	.	.	.	.
Sage	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Salsify	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Savory/Bean Herb	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Scallions	.	.	.	A	M	J	J	A	.	.	.	.
Shallots	.	.	.	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Silverbeet	.	.	.	.	M	J	.	A	.	.	.	.

Snow-Peas	.	.	.	.	M	J	J	A	.	.	.	.
Southern peas	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Spinach	.	.	.	A	M	J	J	A	.	.	.	.
Spring onions	.	.	.	A	M	J	J	A	.	.	.	.
Squash	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Strawberry plants	.	.	.	.	M	.	.	.	.	.	.	.
Strawberry seeds	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Sugar/Snap Peas	.	.	.	.	M	J	J	A	.	.	.	.
Summer squash	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Sunchoke	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Sunflower	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Swedes	.	.	M	A	M	J	J	A	.	.	.	.
Sweet corn	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Sweet Marjoram	.	.	.	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Sweet peppers	.	.	.	A	.	J	.	.	.	.	.	.
Sweet Potato/ Kumara	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Swiss-Chard	.	.	.	.	M	J	.	A	.	.	.	.
Taro	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Thyme	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Tomatillo	.	.	M	A	M	.	.	.	.	.	.	.
Tomato	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Tumeric	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Turnip	.	.	M	A	M	J	.	.	.	.	.	.
Vegetable oyster	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Vietnamese Mint	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Warrigal greens	.	.	.	.	.	J	.	.	.	.	.	.
Water Chestnut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Watermelon	.	.	.	.	M	J	.	.	.	.	.	.
Winged bean	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Witloof	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.
Wong bok	.	.	.	.	.	J	J	.	.	.	.	.
Yacon/Sunroot	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Yam/Oka/Oca	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
Zucchini	.	.	.	.	M	J	J	.	.	.	.	.