

Greens سبزی ها

arugula	آرگولا
bok choy	کلم بوک چوی
swiss chard	چغندر سوئیسی
lettuce	کاهو
mizuna	میزونا
vegetable mustard	سبزی خردلی
spinach	اسفناج

Squashes کدو

pumpkin	کدو تنبل
zucchini	کدو سبز

Other Vegetables سبزیجات دیگر

artichoke	کنگر فرنگی
asparagus	مارچوبه
celery	کرفس
corn	ذرت
fennel	رازیانه
cucumber	خیار
peas	نخود فرنگی
tomato	گوجه فرنگی
mushroom	قارچ
bell pepper	لفل شیرین
eggplant	بادمجان
beans	لوبیا
green beans	لوبیا اسنپ



Please submit corrections or request additional words and languages to: nutrition@bcfarmersmarket.org

We thank MOSAIC, one of our Farmers Market Nutrition Coupon partners, for engaging the assistance of their staff and clients to help improve our translations.



FRUIT میوه ها**Tree Fruit** میوه درخت

quince	به
apple	سیب
apricot	زردآلو
cherry	گیلاس
kiwi	کیوی
nectarine	هلو
peach	هلو
pear	گلابی
plum/prune	آلو / هرس کنید

Berries انواع توت

blackberry	توت سیاه
blueberry	زغال اخته
cranberry	زغال اخته
currant	کشمش خشک شده
gooseberry	انگور فرنگی
grape	انگور
huckleberry	هاکلبری
raspberry	تمشک
saskatoon berry	توت ساسکاتون
strawberry	توت فرنگی

Other Fruit میوه دیگر

melon	خربزه
rhubarb	ریواس

VEGETABLES (سبزی ها)**Root Vegetables** ریشه سبزیجات

beet	چغندر
burdock root	ریشه بیدمشک
carrot	هویج
garlic	سیر
leek	تره فرنگی
parsnip	هویج وحشی
potato	سیب زمینی
radish	ترچه
onion	پیاز
shallot	موسیر
jerusalem artichoke	کنگر اورشلیم
rutabaga	روتاباگا
turnip	شلغم

Cabbages کلم

broccoli	کلم بروکلی
cauliflower	گل کلم
green cabbage	کلم سبز
kohlrabi	کرم قمری
red cabbage	کلم قرمز
brussel sprout	جوانه بروکسل
collard greens	سبزی کولارد
kale	کلم کالی