品目	おいしい野菜の見分け方（参考）
秋冬ニンジン	・人参の表面がデコボコしておらず、滑らかなもの。
	・葉の切り口（芯の部分）が小さめのもの。
春夏ニンジン	・人参の表面がデコボコしておらず、滑らかなもの。
	・葉の切り口（芯の部分）が小さめのもの。
	・ニンジン自体がしっかりしていて固いもの。（春夏ニンジンは萎れやすいので）
小松菜	・茎（葉柄）が太いもの。
	・葉に厚みがあるもの。
ホウレンソウ	・葉の厚みがあるもの。
ネギ	・白い部分が長いもの。
	・筋が目立たないもの。
	・緑色の部分が黄色に変色していないもの。
ワケネギ	・葉の色が濃く黄色に変色していないもの。（黄化しやすい）
ラッキョウ	・色が白くふっくらと丸い形をしているもの
ジャガイモ	・小さすぎたり、大きすぎたりしないもの。握りこぶし大は大きすぎ。
	・芽が出ていないもの。
トウモロコシ	・葉が萎れていないもの。
	・ひげが萎れていないもの。
	・粒の一つ一つが凹んでおらず、つややかなもの。
ダイコン	・大きすぎないもの
	・表面が滑らかなもの
キャベツ	・ズッシリと重さを感じるもの。
	・表面が筋張っていないもの。
ブロッコリー	・つぼみのひとつひとつが小さく、全体が硬く締まっているもの。
	・色が濃いもの。
	・茎の切り口に割れ目が無いもの。
レタス	・軽すぎたり重すぎたりしないもの。
	・筋張っていないもの
	・見た目に透明感があり、みずみずしいもの。
ラッカセイ	（生らっかせいの場合）
	・殻の表面が白く、粒の形がはっきりしており、表面の筋がしっかり浮き出ているもの。
	・カビが生えていないもの。
サトイモ	・形が丸く、コロコロしているもの。
スイカ	・形が丸いもの。
	・ずっしりしているもの。
	・色が全体についているもの（黄色い場所が無いもの）
イチゴ	・形が丸っぽく、表面はつやがあり、香りが強いもの。
	・へたが大きすぎないもの。
	・種の間隔が広いもの
ナシ	・大きめで、できるだけ丸く、芯が太すぎないもの。
	・色むらが少ないもの。
ブルーベリー	・表面が白っぽいもの（ブルームがあるもの）
トマト	・中程度の大きさで丸いもの。
	・下から見て網目が透けて見えるもの。
キュウリ	・いぼ（トゲ）がたくさんあるもの。
	・太さが一定のもの