

JANVIER



Fruits & Légumes

Pomme	Épinard	Navet
Poire	Potimarron	Poireau
Kiwi	Courge	Panais
Citron	Blette	Betterave
Clémentine	Carotte	Radis noir
Noix	Céleri	Endive
	Choux	Oignon
	Échalotte	Ail

FEVRIER



Fruits & Légumes

Pomme	Épinard	Navet
Poire	Potimarron	Poireau
Kiwi	Courge	Panais
Citron	Blette	Betterave
Clémentine	Carotte	Radis noir
Pomelos	Céleri	Endive
	Choux	Oignon
	Échalotte	Ail

MARS



Fruits & Légumes

Pomme	Épinard	Navet
Poire	Potimarron	Poireau
Kiwi	Blette	Panais
Citron	Céleri	Radis rose
Clémentine	Choux	Radis noir
Pomelos	Oignon blanc	Endive
		Asperge

AVRIL



Fruits & Légumes

Pomme
Kiwi
Citron
Rhubarbe
Pomelos

Épinard
Fève
Blette
Céleri
Choux
Oignon blanc
Carotte

Navet
Poireau
Radis rose
Radis noir
Endive
Asperge
Chou-fleur

MAI



Fruits & Légumes

Fraise	Chou-fleur	Petit pois
Cerise	Ail	Fève
Pomelos	Radis rose	Fenouil
Rhubarbe	Asperge	Carotte
	Artichaut	Épinard
	Choux	Poireau
	Pomme de terre	Navet
	Oignon blanc	Laitue
	Céleri branche	Courgette

JUIN



Fruits & Légumes

Fraise
Framboise
Cerise
Abricot
Melon
Pêche
Pomelos

Broccoli
Radis rose
Choux
Concombre
Poireau
Artichaut
Betterave
Blette
Navet

Oignon blanc
Fenouil
Tomate
Haricot vert
Courgette
Aubergine
Petit pois
Poivron
Carotte

JUILLET



Fruits & Légumes

Fraise	Myrtille	Broccoli	Petit pois
Framboise	Pêche	Radis rose	Poivron
Cerise	Nectarine	Concombre	Tomate
Abricot	Pastèque	Artichaut	Courgette
Cassis	Figue	Blette	Aubergine
Melon	Prune	Haricot vert	Carotte
		Maïs doux	Navet
		Échalotte	Céleri
		Oignon sec	Poireau

AOUT



Fruits & Légumes

Abricot	Framboise	Broccoli	Petit pois
Pêche	Poire	Radis rose	Poivron
Prune	Pomme	Concombre	Potimarron
Raisin	Mirabelle	Artichaut	Courgette
Melon	Figue	Échalotte	Aubergine
Pastèque	Fraise	Oignon sec	Tomate
		Haricot vert	Carotte
		Maïs doux	Fenouil
		Navet	Ail

SEPTEMBRE



Fruits & Légumes

Coing	Concombre	Poivron
Figue	Courge	Courgette
Raisin	Haricot vert	Aubergine
Pêche	Maïs doux	Tomate
Prune	Épinard	Échalotte
Melon	Petit pois	Artichaut
Poire	Potimarron	Fenouil
Pomme	Céleri	Ail
Mûre	Oignon sec	Radis

OCTOBRE



Fruits & Légumes

Pomme	Concombre	Poivron
Poire	Courge	Courgette
Raisin	Radis	Aubergine
Châtaigne	Artichaut	Tomate
Figue	Fenouil	Échalotte
Coing	Navet	Blette
Framboise	Épinard	Choux
Myrtille	Potimarron	Panais
Mûre	Céleri	Poireau

NOVEMBRE



Fruits & Légumes

Kaki	Choux	Broccoli
Châtaigne	Échalotte	Panais
Clémentine	Radis	Artichaut
Coing	Céleri	Fenouil
Pomme	Ail	Potimarron
Poire	Blette	Carotte
Kiwi	Courge	Poireau
Raisin	Navet	Oignon sec

DECEMBRE



Fruits & Légumes

Kiwi
Mandarine
Poire
Pomme
Clémentine
Noix

Choux
Radis noir
Céleri
Ail
Blette
Potimarron
Salsifis
Fenouil

Épinard
Courge
Navet
Panais
Carotte
Poireau
Échalotte
Oignon sec