

JANVIER

FRUITS LÉGUMES

Citron	Ail	Oignon
Kiwi	Betterave	Poireau
Mandarine	Carotte	Pomme de terre
Orange	Céleri	
Pamplemousse	Choux de Bruxelles	
Poire	Courge	
Pomme	Endive	
	Epinards	
	Navet	



FÉVRIER

FRUITS LÉGUMES

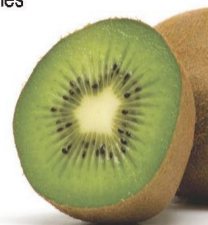
Citron	Ail	
Kiwi	Betterave	
Mandarine	Carotte	
Orange	Céleri	
Pamplemousse	Choux de Bruxelles	
Poire	Endive	
Pomme	Frisée	
	Mâche	
	Navet	
	Oignon	
	Poireau	
	Pomme de terre	



MARS

FRUITS LÉGUMES

Citron	Asperge	
Kiwi	Betterave	
Orange	Blettes	
Pamplemousse	Carotte	
Poire	Céleri	
Pomme	Choux de Bruxelles	
	Endive	
	Epinards	
	Frisée	
	Navet	
	Oignon	
	Poireau	
	Pomme de terre	



AVRIL

FRUITS LÉGUMES

Citron	Asperge	
Pamplemousse	Betterave	
Pomme	Blettes	
Rhubarbe	Carotte	
	Endive	
	Epinards	
	Navet	
	Oignon	
	Poireau	
	Pomme de terre	
	Radis	



MAI

FRUITS LÉGUMES

Cerise	Ail	Poireau
Fraise	Asperge	Pomme de terre
Framboise	Aubergine	Radis
Rhubarbe	Betterave	
	Blettes	
	Carotte	
	Céleri	
	Chou-Fleur	
	Concombre	
	Courgette	
	Epinards	
	Laitue	
	Navet	
	Oignon	
	Petit pois	



JUIN

FRUITS LÉGUMES

Abricot	Ail	Oignon
Cassis	Artichaut	Poireau
Cerise	Aubergine	Petit pois
Fraise	Betterave	Poivron
Framboise	Blettes	Pomme de terre
Melon	Carotte	Radis
Pomme	Céleri	
	Chou Blanc	
	Chou-Fleur	
	Concombre	
	Courgette	
	Epinards	
	Fenouil	
	Laitue	
	Navet	



JUILLET

FRUITS LÉGUMES

Abricot	Ail	Laitue
Cassis	Artichaut	Maïs
Cerise	Asperge	Oignon
Figue	Aubergine	Poireau
Fraise	Betterave	Petit pois
Framboise	Blettes	Poivron
Groseille	Carotte	Pomme de terre
Melon	Céleri	Radis
Mirabelle	Chou Blanc	Tomate
Nectarine	Chou-Fleur	
Pêche	Concombre	
Pomme	Courgette	
Prune	Epinards	
	Fenouil	
	Haricot	



AOÛT

FRUITS LÉGUMES

Abricot	Ail	Maïs
Cassis	Artichaut	Oignon
Figue	Aubergine	Poireau
Melon	Betterave	Poivron
Mûre	Blettes	Pomme de terre
Myrtille	Carotte	Radis
Nectarine	Céleri	Tomate
Pastèque	Chou Blanc	
Pêche	Chou-Fleur	
Poire	Concombre	
Pomme	Courgette	
Prune	Epinards	
Pruneau	Fenouil	
	Haricot	
	Laitue	



SEPTEMBRE

FRUITS LÉGUMES

Melon	Ail	Haricot
Mûre	Artichaut	Laitue
Myrtille	Aubergine	Maïs
Pamplemousse	Betterave	Oignon
Pastèque	Blettes	Poireau
Pêche	Brocoli	Poivron
Poire	Carotte	Pomme de terre
Pomme	Céleri	Radis
Prune	Chou Blanc	Tomate
Pruneau	Chou-Fleur	
Raisin	Choux de Bruxelles	
	Concombre	
	Courgette	
	Endive	
	Epinards	
	Fenouil	



OCTOBRE

FRUITS LÉGUMES

Coing	Ail	Haricot
Pamplemousse	Aubergine	Laitue
Poire	Betterave	Mâche
Pomme	Brocoli	Maïs
Raisin	Carotte Céleri	Oignon
	Chou Blanc	Poireau
	Chou-Fleur	Pomme de terre
	Choux de Bruxelles	Radis
	Concombre	
	Courge	
	Courgette	
	Endive	
	Epinards	
	Fenouil	
	Frisée	



NOVEMBRE

FRUITS LÉGUMES

Coing	Ail	Navet
Mandarine	Betterave	Oignon
Kiwi	Brocoli	Poireau
Orange	Carotte	Potiron
Pamplemousse	Céleri	Pomme de terre
Poire	Chou Blanc	
Pomme	Chou-Fleur	
Raisin	Choux de Bruxelles	
	Courge	
	Endive	
	Epinards	
	Fenouil	
	Frisée	
	Laitue	
	Mâche	



DÉCEMBRE

FRUITS LÉGUMES

Mandarine	Ail	
Kiwi	Betterave	
Orange	Carotte	
Pamplemousse	Céleri	
Poire	Choux de Bruxelles	
Pomme	Courge	
	Endive	
	Epinards	
	Mâche	
	Navet	
	Oignon	
	Poireau	
	Potiron	
	Pomme de terre	

