

# Calendrier de saison

## JANVIER

### FRUITS LÉGUMES

Clémentine  
Kaki  
Kiwi  
Mandarine  
Orange  
Poire  
Pomelo  
Pomme

Betterave  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Choux de Bruxelles  
Courge  
Endive  
Epinard  
Navet  
Mâche

Oignon  
Panais  
Poireau  
Pomme de terre  
Salade frisée  
Topinambour



## FÉVRIER

### FRUITS LÉGUMES

Citron  
Kiwi  
Orange  
Poire  
Pomelo  
Pomme

Betterave  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Choux de Bruxelles  
Endive  
Epinard  
Navet  
Mâche

Oignon  
Panais  
Poireau  
Pomme de terre  
Salade frisée  
Topinambour



## MARS

### FRUITS LÉGUMES

Citron  
Kiwi  
Orange  
Poire  
Pomelo  
Pomme

Artichaut  
Betterave  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Choux de Bruxelles  
Endive  
Epinard  
Navet

Oignon  
Poireau  
Pomme de terre  
Radis  
Topinambour



## AVRIL

### FRUITS LÉGUMES

Citron  
Fraise  
Kiwi  
Orange  
Poire  
Pomelo  
Pomme  
Rhubarbe

Artichaut  
Asperge  
Brocoli  
Chou-fleur  
Concombre  
Endive  
Epinard  
Navet

Oignon  
Poireau  
Radis  
Topinambour



## MAI

### FRUITS LÉGUMES

Citron  
Fraise  
Kiwi  
Pomelo  
Pomme  
Rhubarbe

Artichaut  
Asperge  
Concombre  
Courgette  
Epinard  
Fenouil  
Laitue  
Navet  
Petit pois  
Radis  
Tomate



## JUIN

### FRUITS LÉGUMES

Abricot  
Cerise  
Citron  
Fraise  
Groseille  
Melon  
Myrtille  
Nectarine  
Pastèque  
Pêche  
Rhubarbe

Artichaut  
Asperge  
Aubergine  
Blette  
Concombre  
Courgette  
Epinard  
Fenouil  
Laitue  
Petit pois  
Poivron  
Radis  
Tomate



## JUILLET

### FRUITS LÉGUMES

Abricot  
Citron  
Figue  
Framboise  
Groseille  
Melon  
Mûre  
Myrtille  
Nectarine  
Pastèque  
Pêche

Poire  
Prune  
Rhubarbe

Artichaut  
Aubergine  
Blette  
Céleri  
Concombre  
Courgette  
Fenouil  
Haricot  
Laitue  
Poivron  
Tomate



## AOÛT

### FRUITS LÉGUMES

Abricot  
Cassis  
Citron  
Figue  
Framboise  
Groseille  
Melon  
Mirabelle  
Mûre  
Myrtille  
Nectarine

Pastèque  
Pêche  
Poire  
Prune  
Raisin

Ail  
Artichaut  
Aubergine  
Blette  
Carotte  
Céleri  
Concombre  
Courgette  
Fenouil  
Haricot  
Laitue  
Poivron  
Tomate



## SEPTEMBRE

### FRUITS LÉGUMES

Cassis  
Citron  
Framboise  
Figue  
Groseille  
Jujube  
Melon  
Mirabelle  
Mûre  
Myrtille  
Poire  
Pomme  
Prune  
Raisin

Ail  
Artichaut  
Aubergine  
Blette  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Choux de Bruxelles  
Concombre  
Courgette  
Epinard  
Fenouil

Haricot  
Laitue  
Oignon  
Poireau  
Poivron  
Pomme de terre  
Tomate



## OCTOBRE

### FRUITS LÉGUMES

Coing  
Figue  
Jujube  
Kaki  
Mûre  
Poire  
Pomme  
Prune  
Raisin

Ail  
Betterave  
Blette  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Choux de Bruxelles  
Concombre  
Courge  
Endive  
Epinard  
Fenouil  
Navet

Mâche  
Oignon  
Panais  
Poireau  
Pomme de terre  
Salade frisée



## NOVEMBRE

### FRUITS LÉGUMES

Citron  
Clémentine  
Kaki  
Kiwi  
Mandarine  
Poire  
Pomme

Ail  
Betterave  
Blette  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Choux de Bruxelles  
Courge  
Endive  
Epinard  
Fenouil  
Navet

Mâche  
Oignon  
Panais  
Poireau  
Pomme de terre  
Salade frisée  
Topinambour



## DÉCEMBRE

### FRUITS LÉGUMES

Citron  
Clémentine  
Kaki  
Kiwi  
Mandarine  
Orange  
Poire  
Pomme

Ail  
Betterave  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Choux de Bruxelles  
Courge  
Endive  
Epinard  
Navet  
Mâche

Oignon  
Panais  
Poireau  
Pomme de terre  
Salade frisée  
Topinambour



Printemps Été

Alléchant.fr

Automne Hiver