








































Les fruits et légumes de saison

AVRIL	
FRUITS	LEGUMES
CITRON 	ASPERGE 
PAMPLEMOUSSE 	BETTERAVE 
POMME 	BLETTES 
RHUBARBE 	CAROTTE  RADIS 
	ENDIVE  NAVET 
	EPINARDS  OIGNON 
	POIREAU  POMMES DE TERRE 






























Les fruits et légumes de saison

MAI		
<u>FRUITS</u>	<u>LEGUMES</u>	
RHUBARBE 	ASPERGE 	AUBERGINE 
FRAMBOISE 	CHOU FLEUR 	CONCOMBRE 
FRAISE 	BETTERAVE 	CELERI 
CERISE 	BLETTES 	LAITUE 
POMME 	CAROTTE 	RADIS 
	ENDIVE 	PETIT POIS 
	EPINARDS 	NAVET 
		OIGNON 
	POIREAU 	POMMES DE TERRE 
































Les fruits et légumes de saison

Juin			
FRUITS		LEGUMES	
RHUBARBE 		ASPERGE 	ARTICHAUD 
FRAMBOISE 		AUBERGINE 	CONCOMBRE 
FRAISE 		BETTERAVE 	CHOU FLEUR 
CERISE 		BLETTES 	LAITUE 
POMME 		CAROTTE 	RADIS 
ABRICOT 	MELON 	ENDIVE 	NAVET 
CASSIS 	GROSEILLE 	EPINARDS 	OIGNON 
		POIREAU 	POMMES DE TERRE 
		POIVRONS 	CHOU BLANC 



Les fruits et légumes de saison

Juillet			
FRUITS		LEGUMES	
RHUBARBE 		ASPERGE 	ARTICHAUD 
FRAMBOISE 		AUBERGINE 	CONCOMBRE 
FRAISE 		BETTERAVE 	CHOU FLEUR 
CERISE 	MIRABELLE 	BLETTES 	LAITUE 
POMME 	PRUNES 	CAROTTE 	RADIS 
ABRICOT 	MELON 	ENDIVE 	NAVET 
CASSIS 	GROSEILLE 	EPINARDS 	OIGNON 
PECHE ET NECTARINE 	FIGUE 	POIREAU 	POMMES DE TERRE 
		POIVRONS 	CHOU BLANC 