

# Fruits et légumes de saison (1)

## Janvier

### Légumes

Ail	Endive
Betterave	Épinard
Carotte	Navet
Céleri	Oignon
Chou	Poireau
Courge	Pomme de terre

### Fruits

Ananas  
Citron  
Clémentine  
Kiwi  
Orange  
Poire  
Pomélo  
Pomme

## Février

### Légumes

Ail	Frisée
Betterave	Mâche
Carotte	Navet
Céleri	Oignon
Chou	Poireau
Endive	Pomme de terre

### Fruits

Citron  
Clémentine  
Kiwi  
Orange  
Poire  
Pomélo  
Pomme

## Mars

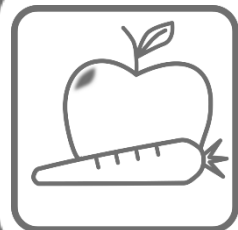
### Légumes

Asperge	Endive
Betterave	Frisée
Blette	Navet
Carotte	Oignon
Céleri	Poireau
Chou	Pomme de terre

### Fruits

Citron  
Kiwi  
Orange  
Poire  
Pomélo  
Pomme





# Fruits et légumes de saison (2)

## Auril

Légumes		Fruits
Asperge	Navet	Citron
Betterave	Oignon	Pomélo
Blette	Poireau	Pomme
Carotte	Pomme de terre	Rhubarbe
Endive	Radis	
Epinard		

## Mai

Légumes		Fruits
Ail	Courgette	Cerise
Asperge	Epinard	Fraise
Aubergine	Laitue	Framboise
Betterave	Navet	Rhubarbe
Blette	Oignon	
Carotte	Petit pois	
Céleri	Poireau	
Chou-fleur	Pomme de terre	
Concombre	Radis	

## Juin

Légumes		Fruits	
Ail	Concombre	Petit pois	Abricot
Artichaut	Courgette	Poireau	Cassis
Aubergine	Epinard	Poivron	Framboise
Betterave	Fenouil	Pomme de terre	Fraise
Blette	Laitue	Radis	Groseille
Carotte	Navet		Melon
Céleri	Oignon		Pomme
Chou			





# Fruits et légumes de saison (3)

## Juillet

### Légumes

Ail	Fenouil
Artichaut	Haricot
Aubergine	Laitue
Betterave	Maïs
Blette	Oignon
Carotte	Petit pois
Céleri	Poireau
Chou	Poivron
Concombre	Pomme de terre
Courgette	Radis
Epinard	Tomate

### Fruits

Abricot  
Cassis  
Figue  
Fraise  
Framboise  
Groseille  
Melon  
Mirabelle  
Nectarine  
Pêche  
Pomme  
Prune

## Août

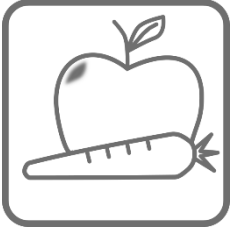
### Légumes

Ail	Fenouil
Artichaut	Haricot
Aubergine	Laitue
Betterave	Maïs
Blette	Oignon
Carotte	Poireau
Céleri	Poivron
Chou	Pomme de terre
Concombre	Radis
Courgette	Tomate
Epinard	

### Fruits

Abricot  
Cassis  
Figue  
Melon  
Mûre  
Myrtille  
Nectarine  
Pastèque  
Pêche  
Poire  
Pomme  
Prune





# Fruits et légumes de saison (4)

## Septembre

### Légumes

Ail	Epinard
Artichaut	Fenouil
Aubergine	Haricot
Betterave	Laitue
Blette	Mais
Brocoli	Oignon
Carotte	Poireau
Céleri	Poivron
Chou	Pomme de terre
Concombre	Radis
Courgette	Tomate

### Fruits

Melon
Mûre
Myrtille
Pomélo
Pastèque
Pêche
Poire
Pomme
Prune
Raisin

## Octobre

### Légumes

Ail	Epinard
Aubergine	Fenouil
Betterave	Frisée
Brocoli	Laitue
Carotte	Mâche
Chou	Mais
Concombre	Oignon
Courge	Poireau
Courgette	Pomme de terre
Endive	Radis

### Fruits

Coing
Pomélo
Poire
Pomme
Raisin





# Fruits et légumes de saison (5)

## Novembre

### Légumes

Ail	Fenouil
Betterave	Frisée
Brocoli	Laitue
Carotte	Mâche
Céleri	Navet
Chou	Oignon
Courge	Poireau
Endive	Pomme de terre
Epinard	Potiron

### Fruits

Coing
Mandarine
Kiwi
Orange
Pomélo
Poire
Pomme
Raisin

## Décembre

### Légumes

Ail	Epinard
Betterave	Mâche
Carotte	Navet
Céleri	Oignon
Chou	Poireau
Courge	Pomme de terre
Endive	Potiron

### Fruits

Kiwi
Mandarine
Orange
Pomélo
Poire
Pomme

