

MON CALENDRIER DE FRUITS ET DE LEGUMES DE SAISON

A colorier !



Janvier

- Betterave
- Carotte
- Céleri
- Champignon de Paris
- Chou
- Chou de Bruxelles
- Chou-fleur
- Courge
- Cresson
- Endive
- Épinard
- Mâche
- Navet
- Oignon
- Panais
- Poireau
- Potiron
- Salsifis
- Topinambour

- Citron
- Clémentine
- Kiwi
- Mandarine
- Orange
- Poire
- Pomme

Février

- Betterave
- Carotte
- Céleri
- Champignon de Paris
- Chou
- Chou de Bruxelles
- Chou-fleur
- Cresson
- Endive
- Épinard
- Mâche
- Navet
- Oignon
- Panais
- Poireau
- Salsifis
- Topinambour

- Citron
- Clémentine
- Kiwi
- Mandarine
- Orange
- Pamplemousse
- Poire
- Pomme

Mars

- Betterave
- Carotte
- Céleri
- Champignon de Paris
- Chou
- Chou de Bruxelles
- Chou-fleur
- Cresson
- Endive
- Épinard
- Navet
- Oignon
- Panais
- Poireau
- Radis

- Kiwi
- Orange
- Pamplemousse
- Poire
- Pomme

Avril

- Asperge
- Champignon de Paris
- Cresson
- Endive
- Épinard
- Fenouil
- Navet
- Oignon
- Poireau
- Radis

- Pamplemousse
- Pomme
- Rhubarbe

Mai

- Artichaut
- Asperge
- Champignon de Paris
- Concombre
- Courgette
- Cresson
- Épinard
- Laitue
- Navet
- Petit pois
- Radis

- Fraise
- Pamplemousse
- Rhubarbe

Juin

- Artichaut
- Asperge
- Aubergine
- Blette
- Champignon de Paris
- Concombre
- Courgette
- Fenouil
- Haricot Vert
- Laitue
- Petit pois
- Poivron
- Radis
- tomate

- Abricot
- Cassis
- Cerise
- Fraise
- Framboise
- Groseille
- Melon
- Pamplemousse
- Rhubarbe

Consommer des fruits et des légumes de saison, c'est respecter le rythme de la nature : c'est un super geste pour la planète !

J'aime mon Beaujolais,
je fais attention à mes
déchets



Juillet

- Ail
 - Artichaut
 - Aubergine
 - Blette
 - Champignon de Paris
 - Concombre
 - Courgette
 - Fenouil
 - Haricot vert
 - Laitue
 - Maïs
 - Petit pois
 - Poivron
 - tomate
- Abricot
 - Cassis
 - Cerise
 - Figue
 - Fraise
 - Framboise
 - Groseille
 - Melon
 - Mirabelle
 - Mûre
 - Myrtille
 - Nectarine
 - Prune

Août

- Ail
 - Artichaut
 - Aubergine
 - Blette
 - Champignon de Paris
 - Concombre
 - Courgette
 - Fenouil
 - Haricot vert
 - Laitue
 - Maïs
 - Poivron
 - tomate
- Abricot
 - Cassis
 - Figue
 - Framboise
 - Groseille
 - Melon
 - Mirabelle
 - Mûre
 - Myrtille
 - Nectarine
 - Poire
 - Pomme
 - Prune
 - Quetsche

Septembre

- Ail
 - Artichaut
 - Aubergine
 - Blette
 - Brocoli
 - Carotte
 - Chou-fleur
 - Champignon de Paris
 - Concombre
 - Courge
 - Courgette
 - Cresson
 - Épinard et fenouil
 - Haricot vert
 - Laitue
 - Maïs
 - Oignon
 - Poireau
 - Poivron
 - tomate
- Figue
 - Melon
 - Mirabelle
 - Mûre
 - Myrtille
 - Noisette et noix
 - Pomme / Poire
 - Prune
 - Quetsche
 - Raisin

Octobre

- Ail et échalote
 - Betterave
 - Blette
 - Brocoli
 - Carotte
 - Celeri
 - Champignon de Paris
 - Chou et chou-fleur
 - Chou de Bruxelles
 - Concombre
 - Courge
 - Courgette
 - Cresson
 - Endive
 - Épinard
 - Fenouil
 - Haricot vert
 - Mâche
 - Navet
 - Oignon
 - Panais
 - Poireau
 - Potiron
- Châtaigne
 - Coing
 - Figue
 - Noisette et noix
 - Pomme / Poire
 - Quetsche
 - Raisin

Novembre

- Ail
 - Betterave
 - Brocoli
 - Carotte
 - Celeri
 - Champignon de Paris
 - Chou
 - Chou de Bruxelles
 - Chou-fleur
 - Courge
 - Cresson
 - Échalote
 - Endive
 - Épinard
 - Fenouil
 - Mâche
 - Navet
 - Oignon
 - Panais
 - Poireau
 - Potiron
 - Salsifis
 - Topinambour
- Châtaigne / Noisette
 - Citron
 - Clémentine / Mandarine
 - Kiwi
 - Pomme / Poire

Décembre

- Ail
 - Betterave
 - Carotte
 - Céleri
 - Champignon de Paris
 - Chou
 - Chou de Bruxelles
 - Chou-fleur
 - Courge
 - Cresson
 - Échalote
 - Endive
 - Épinard
 - Mâche
 - Navet
 - Oignon
 - Panais
 - Poireau
 - Potiron
 - Salsifis
 - Topinambour
- Citron
 - Clémentine
 - Kiwi
 - Mandarine
 - Orange
 - Poire
 - Pomme

J'aime mon Beaujolais, je fais attention à mes déchets

