

Les légumes de saison



Hiver



Printemps



Eté



Automne

| Janvier | Février | Mars | Avril | Mai | Juin | Juillet | Août | Sept. | Octobre | Novemb. | Décemb. |
|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|----------------|------------------|
| Artichaut | Artichaut | Aubergine | Aubergine | Artichaut | Artichaut | Artichaut | Artichaut | Artichaut | Artichaut | Aubergine | Aubergine |
| Aubergine | Aubergine | Betterave | Betterave | Aubergine | Aubergine | Aubergine | Aubergine | Aubergine | Aubergine | Betterave | Betterave |
| Betterave | Betterave | Brocoli | Brocoli | Brocoli | Brocoli | Betterave | Betterave | Betterave | Betterave | Blette | Blette |
| Blette | Blette | Carotte | Carotte | Carotte | Carotte | Blette | Blette | Blette | Blette | Brocoli | Brocoli |
| Brocoli | Brocoli | Celeri branch | Celeri branch | Celeri branch | Celeri branch | Brocoli | Brocoli | Brocoli | Brocoli | Carotte | Carotte |
| Carotte | Carotte | Celeri rave | Champignon | Champignon | Champignon | Carotte | Carotte | Carotte | Carotte | Celeri branch | Celeri branche |
| Celeri branch | Celeri branch | Champignon | Chou chinois | Chou fleur | Choux rave | Celeri branch | Celeri branch | Celeri branch | Celeri branch | Celeri rave | Celeri rave |
| Celeri rave | Celeri rave | Chou chinois | Chou fleur | Choux rave | Concombre | Champignon | Celeri rave | Celeri rave | Celeri rave | Champignon | Champignon |
| Champignon | Champignon | Chou fleur | Chou rouge | Concombre | Courgette | Choux rave | Champignon | Champignon | Champignon | Chou chinois | Chou chinois |
| Chou chinois | Chou chinois | Chou rouge | Chou frisé | Courgette | Fenouil | Chou rouge | Choux rave | Chou chinois | Chou chinois | Chou fleur | Chou fleur |
| Chou fleur | Chou fleur | Chou frisé | Chou vert liss | Fenouil | Navet | Chou frisé | Chou rouge | Chou fleur | Chou fleur | Chou Romanes | Chou Romanesco |
| Chou rouge | Chou rouge | Chou vert liss | Concombre | Navet | Oignon | Chou vert liss | Chou frisé | Choux rave | Chou rave | Chou rouge | Chou rouge |
| Chou frisé | Chou frisé | Concombre | Courgette | Oignon | Pomme de te | Concombre | Chou vert liss | Chou Romanes | Chou Romanes | Chou frisé | Chou frisé |
| Chou vert liss | Chou vert liss | Courge Butte | Fenouil | Pomme de te | Persil | Courgette | Concombre | Chou rouge | Chou rouge | Chou vert liss | Chou vert lisse |
| Concombre | Concombre | Courgette | Navet | Persil | Poivron | Echalote | Courgette | Chou frisé | Chou frisé | Concombre | Concombre |
| Courge Butte | Courge Butte | Echalote | Oignon | Poireau | Radis | Fenouil | Echalote | Chou vert liss | Concombre | Courge Butte | Courge Butternut |
| Courge | Courgette | Fenouil | Pomme de te | Poivron | Salade | Navet | Fenouil | Concombre | Courge | Courge | Courge |
| Courgette | Echalote | Navet | Persil | Salade | Tomate ancie | Oignon | Navet | Courge Butte | Courge | Courgette | Courgette |
| Echalote | Endive | Oignon | Poireau | Tomate grapp | Tomate grapp | Pomme de te | Oignon | Courge | Courgette | Echalote | Echalote |
| Endive | Fenouil | Pomme de te | Poivron | Tomate longu | Tomate longu | Persil | Pomme de te | Courgette | Echalote | Fenouil | Endive |
| Fenouil | Navet | Persil | Salade | Tomate ronde | Tomate ronde | Poivron | Persil | Echalote | Fenouil | Navet | Fenouil |
| Navet | Oignon | Poireau | Tomate ancie | | | Radis | Poivron | Fenouil | Navet | Oignon | Navet |
| Oignon | Pomme de te | Poivron | Tomate grapp | | | Salade | Radis | Navet | Oignon | Pomme de te | Oignon |
| Pomme de te | Persil | Salade | Tomate longu | | | Tomate ancie | Salade | Oignon | Pomme de te | Panais | Pomme de terre |
| Panais | Poireau | Tomate grapp | Tomate rond | | | Tomate grapp | Tomate ancie | Pomme de te | Panais | Persil | Panais |
| Persil | Poivron | Tomate longu | Topinambour | | | Tomate longu | Tomate grapp | Persil | Persil | Poireau | Persil |
| Poireau | Potimarron | Tomate rond | | | | Tomate rond | Tomate grapp | Poireau | Poireau | Poivron | Poireau |
| Poivron | Salade | Topinambour | | | | | Tomate longu | Poireau | Poireau | Potimarron | Potimarron |
| Potimarron | Tomate grapp | | | | | | Tomate ronde | Potimarron | Potimarron | Radis | Potimarron |
| Radis | Tomate longu | | | | | | | Radis | Potimarron | Rutabaga | Rutabaga |
| Salade | Tomate rond | | | | | | | Salade | Salade | Salade | Rutabaga |
| Tomate grapp | Topinambour | | | | | | | Tomate ancie | Tomate ancie | Tomate ancie | Tomate ancienne |
| Tomate longu | | | | | | | | Tomate grapp | Tomate grapp | Tomate grapp | Tomate grappe |
| Tomate rond | | | | | | | | Tomate longu | Tomate longu | Tomate longu | Tomate longue |
| Topinambour | | | | | | | | Tomate rond | Tomate rond | Tomate rond | Tomate ronde |
| | | | | | | | | Topinambour | Topinambour | Topinambour | Topinambour |

Les fruits de saison



Hiver



Printemps



Eté



Automne

| Janvier | Février | Mars | Avril | Mai | Juin | Juillet | Août | Sept. | Octobre | Novemb. | Décemb. |
|------------|------------|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|---------|------------|------------|
| Ananas | Ananas | Ananas | Ananas | Abricot | Abricot | Abricot | Ananas | Ananas | Ananas | Ananas | Ananas |
| Banane | Banane | Banane | Banane | Ananas | Ananas | Ananas | Banane | Banane | Banane | Banane | Banane |
| Clémentine | Clémentine | Kiwi | Fraise | Banane | Banane | Banane | Fraise | Melon | Orange | Clémentine | Banane |
| Kiwi | Kiwi | Orange | Framboise | Fraise | Cerise | Cerise | Framboise | Pastèque | Poire | Orange | Clémentine |
| Orange | Orange | Poire | Kiwi | Framboise | Fraise | Fraise | Melon | Poire | Pomme | Poire | Kiwi |
| Poire | Poire | Pomme | Orange | Kiwi | Melon | Melon | Nectarine | Pomme | Raisin | Pomme | Orange |
| Pomme | Pomme | | Poire | Orange | Nectarine | Nectarine | Pêche | Raisin | | | Poire |
| | | | Pomme | | Orange | Pastèque | Poire | | | | Pomme |
| | | | | | Pêche | Pêche | | | | | |
| | | | | | | Raisin | | | | | |