

PRINTEMPS

ÉTÉ

Mars

Avril

Mai

Juin

Juillet

Août

SEMEZ **CONSOMMEZ**

Ail
Artichaut
Asperge
Aubergine
Carotte
Chou fleur
Chou
Concombre
Courgette
Épinard
Laitue printemps
Melon
Navet
Oignon
Piment
Poireau
Pois
Poivron
Pomme de terre
Radis

Chou
Épinard
Laitue d'hiver
Poireau
Radis



SEMEZ **CONSOMMEZ**

Artichaut
Aubergine
Betterave
Carotte
Chou
Chou fleur
Courgette
Épinard
Haricot vert
Laitue printemps
Melon
Navet
Oignon
Poireau
Potiron

Asperge
Carotte
Épinard
Fève
Laitue d'hiver
Petits Pois
Radis



SEMEZ **CONSOMMEZ**

Aubergine
Betterave
Chou
Chou brocolis
Chou fleur
Carotte
Courgette
Épinard
Haricot vert
Navet
Poireau
Pomme de terre
Potiron
Radis

Artichaut
Asperge
Carotte
Fève
Laitue printemps
Navet
Oignon
Petits Pois
Pois
Radis



SEMEZ **CONSOMMEZ**

Betterave
Carotte
Chou
Chou brocolis
Haricot vert
Laitue d'été
Navet

Ail
Artichaut
Carotte
Haricot vert
Laitue printemps
Navet
Oignon
Pois
Poivron
Pomme de terre
Radis



SEMEZ **CONSOMMEZ**

Betterave
Chou
Haricot vert
Laitue d'été
Mâche
Navet
Radis

Artichaut
Aubergine
Carotte
Concombre
Courgette
Haricot vert
Melon
Navet
Oignon
Pois
Piment
Poivron
Pomme de terre
Radis



SEMEZ **CONSOMMEZ**

Laitue d'hiver
Mâche
Navet
Radis



Artichaut
Aubergine
Betterave
Carotte
Chou fleur
Concombre
Courgette
Haricot vert
Melon
Navet
Oignon
Piment
Pois
Poivron
Pomme de terre



Fraise
Framboise
Tomate

Orange



Fraise
Tomate



Rhubarbe



Rhubarbe



Cassis
Fraise
Framboise
Groseille
Cerise
Pêche



Abricot
Cassis
Figue
Fraise
Framboise
Groseille
Pêche
Poire
Tomate



Cassis
Fraise
Framboise
Groseille
Tomate
Figue
Prune/Mirabelle
Pêche
Poire



Basilic
Ciboulette
Coriandre
Menthe
Oseille
Persil
Thym

Estragon

Aneth
Basilic
Coriandre
Ciboulette
Menthe
Oseille
Persil
Thym

Estragon
Menthe



Aneth
Basilic
Coriandre
Estragon
Menthe
Oseille
Persil
Thym

Basilic
Menthe



Aneth
Estragon
Menthe
Oseille
Persil



Basilic
Coriandre
Menthe
Persil
Thym



Aneth
Basilic
Ciboulette
Coriandre
Menthe
Oseille
Persil
Thym

Aneth
Basilic
Ciboulette
Coriandre
Menthe
Oseille
Persil

AUTOMNE

HIVER

Septembre

Octobre

Novembre

Décembre

Janvier

Février

SEMEZ CONSOMMEZ

Laitue d'hiver
Radis

Artichaut
Aubergine
Betterave
Carotte
Chou brocolis
Chou fleur
Concombre
Courgette
Haricot vert
Mâche
Melon
Navet
Oignon
Piment
Poireau
Pois
Poivron
Pomme de terre
Potiron
Radis

SEMEZ CONSOMMEZ

Fève
Laitue d'hiver
Petit pois

Aubergine
Betterave
Carotte
Chou brocolis
Chou Fleur
Concombre
Courgette
Épinard
Haricot vert
Mâche
Melon
Navet
Oignon
Piment
Poireau
Poivron
Pomme de terre
Potiron
Radis

SEMEZ CONSOMMEZ

Betterave
Carotte
Chou
Chou brocolis
Chou fleur
Épinard
Mâche
Navet
Potiron
Radis

SEMEZ CONSOMMEZ

Carotte
Chou
Chou Brocolis
Épinard
Mâche
Navet
Poireau

SEMEZ CONSOMMEZ

Aubergine
Chou
Mâche
Poireau

SEMEZ CONSOMMEZ

Ail
Asperge
Aubergine
Carotte
Chou
Chou fleur
Concombre
Piment
Pois
Poivron

Chou
Mâche
Poireau

LÉGUMES

FRUITS

AROMATIQUES

Fraise
Rhubarbe

Fraise
Framboise
Noisettes
Noix
Pêche
Poire - Pomme
Prune - Raisin
Tomate

Fraise
Groseille

Châtaigne
Coing
Fraise
Kiwi
Noix
Poire
Pomme
Tomate

Cassis
Framboise

Kiwi
Pomme

Cassis
Framboise

Clémentine
Mandarine

Cassis
Framboise

Clémentine
Mandarine

Cassis
Framboise
Tomate

Orange

Basilic
Ciboulette
Coriandre
Menthe
Oseille
Persil

Basilic
Ciboulette
Coriandre
Estragon
Menthe
Oseille
Persil

Ciboulette
Coriandre
Estragon
Menthe
Oseille
Persil

Estragon

Estragon

Ciboulette
Estragon