



# FRUITS & LÉGUMES DE SAISON

FRANCE MÉTROPOLITAINE

**X** SERRE CHAUFFÉE – **X** HORS SAISON – **✓** CYCLE NATUREL

## JANVIER

Poireau Betterave  
Carottes Courges  
Navet Pomme de terre  
Topinambour Pomme  
Céleri-rave Poire  
Choux Kiwi

## FÉVRIER

Poireau Céleri-rave  
Carotte Topinambour  
Navet Betterave  
Panais Pomme  
Choux Poire  
Kiwi

## MARS

Poireau Mâche  
Carotte Radis (début)  
Nave Oignon  
Choux Pomme  
Epinard Poire  
Kiwi

## AVRIL

Asperge Ail frais  
Epinard Carotte  
Laitue Oignon nouveau  
Radis Rhubarbe

## MAI

Asperge Petit pois  
Epinard Fève  
Laitue Oignon nouveau  
Radis Ail frais  
Navet nouveau Rhubarbe  
Blette Fraise (début)  
Carotte Cerise

## JUIN

Courgette Pomme de terre  
Concombre nouvelle  
Haricot vert Fraise  
Petit pois Cerise  
Fève Framboise  
Carotte Groseille  
Betterave Cassis  
Laitue Melon

## JUILLET

Courgette Salade  
Aubergine Carotte  
Concombre Betterave  
Tomate Abricot  
Poivron Pêche  
Haricot vert Nectarine  
Pastèque Melon

## AOÛT

Tomate Figue  
Courgette Pêche  
Aubergine Nectarine  
Poivron Melon  
Concombre Pastèque  
Haricot vert Prune  
Maïs Raisin  
Salade

## SEPTEMBRE

Tomate (fin) Courges (début)  
Courgette Raisin  
Aubergine Prune  
Poivron Figue  
Haricot vert Pomme  
Pomme de terre Poire

## OCTOBRE

Courges Céleri  
Potiron Pomme  
Carotte Poire  
Poireau (début) Raisin (fin)  
Choux Kiwi (début)  
Betterave

## NOVEMBRE

Poireau Céleri-rave  
Carotte Topinambour  
Navet Pomme  
Chou Poire  
Courges Kiwi

## DÉCEMBRE

Poireau Topinambour  
Carotte Courge  
Navet Pomme  
Panais Poire  
Chou Kiwi



# FRUITS & LÉGUMES DE SAISON

PETITES ANTILLES ET GUYANE

**X** SERRE CHAUFFÉE – **X** HORS SAISON – **✓** CYCLE NATUREL

## JANVIER

Orange Christophine  
Banane Cocombre  
Papaye Aubergine  
Goyave Giraumon  
Passion

## FÉVRIER

Ananas Gombo  
Papaye Haricots pays  
Banane Patate douce  
Corossol

## MARS

Mangue Aubergine  
Banane Concombre  
Pastèque Chayotte  
Tomate

## AVRIL

Mangue Gombo  
Melon Igname  
Pastèque Patate douce

## MAI

Mangue Maïs  
Passion Haricots  
Ananas Christophine

## JUIN

Mangue Giraumon  
Abricot pays Aubergine  
Goyave Concombre

## JUILLET

Mangue Igname  
Prune de Patate douce  
cythère Gombo  
Corossol

## AOÛT

Banane Concombre  
Pastèque Tomate  
Papaye Aubergine  
Fruit à pain

## SEPTEMBRE

Goyave Christophine  
Fruit à pain Igname  
Banane Gombo  
Coco

## OCTOBRE

Papaye Patate douce  
Ananas Giraumon  
Passion Haricots pays

## NOVEMBRE

Banane Aubergine  
Goyave Concombre  
Chayotte Orange

## DÉCEMBRE

Orange Christophine  
Mandarine Igname  
Ananas Patate douce  
Banane



# FRUITS & LÉGUMES DE SAISON

## RÉUNION

**X** SERRE CHAUFFÉE – **X** HORS SAISON – **✓** CYCLE NATUREL

### JANVIER

Ananas Bringelle  
Mangue Brèdes  
Banane Concombre  
Passion

### FÉVRIER

Mangue Chouchou  
Passion Gombo  
Ananas Brèdes  
Pastèque

### MARS

Mangue Maïs  
Banane Concombre  
Ananas Aubergine  
Passion

### AVRIL

Mangue Pastèque  
Passion Brèdes  
Ananas Haricots vert  
Melon

### MAI

Mangue Bringelle  
Passion Patate douce  
Ananas Chouchou  
Banane

### JUIN

Mangue Patate douce  
Passion Manioc  
Ananas  
Banane

### JUILLET

Banane Brèdes  
Passion Orange  
Ananas Citron

### AOÛT

Passion Banane  
Ananas Orange  
Citron Chouchou  
Brèdes Bringelle  
Manioc Patate douce

### SEPTEMBRE

Chouchou Ananas  
Manioc Banane  
Patate douce Passion  
Bringelle Maïs  
Brèdes

### OCTOBRE

Mangue Maïs  
Ananas Aubergine  
Banane Papaye  
Passion Pastèque  
Tomate Melon  
Chouchou Patate douce

### NOVEMBRE

Mangue Brèdes  
Passion Litchi  
Ananas Goyave  
Haricots Pastèque  
Patate douce Concombre  
Manioc Tomate

### DÉCEMBRE

Mangue Melon  
Passion Pastèque  
Ananas Concombre  
Banane Tomate  
Papaye Chouchou  
Litchi Patate douce