



Calendrier manger de saison

Hiver

Décembre/Janvier/Février

Légumes

- Carotte
- Courge
- Poireau
- Pomme de terre

Fruits

- Ananas
- Banane
- Clémentine
- Kiwi
- Litchi
- Mangue
- Orange
- Pamplemousse
- Pomme

Printemps

Mars/Avril/Mai

Légumes

- Carotte
- Poireau
- Concombre
- Pomme de terre

Fruits

- Ananas
- Banane
- Clémentine
- Kiwi
- Litchi
- Tomato
- Mangue
- Melon
- Nectarine
- Orange
- Pamplemousse
- Pomme

Été

Juin/Juillet/Août

Légumes

- Carotte
- Concombre
- Courge
- Courgette
- Navet
- Pomme de terre

Fruits

- Abricot
- Banane
- Cerise
- Fraise
- Figue fraîche
- Fraise
- Kiwi
- Litchi
- Mangue
- Melon
- Nectarine
- Orange
- Pastèque
- Tomato

Automne

Septembre/Octobre/Novembre

Légumes

- Carotte
- Concombre
- Courge
- Courgette
- Navet
- Poireau
- Pomme de terre

Fruits

- Ananas
- Banane
- Clémentine
- Figue fraîche
- Fraise
- Kiwi
- Litchi
- Mangue
- Orange
- Melon
- Nectarine
- Pamplemousse
- Pastèque
- Pomme
- Raisin
- Tomato

