





CALENDRIER DE SAISONNALITÉ des fruits et légumes frais

Fruits

Janvier	Février	Mars
Clémentine	Orange	Orange
Orange	Poire conférence	Poire conférence
Poire conférence	Kiwi	Kiwi
Kiwi	Pomme	Pomme
Pomme		



Avril	Mai	Juin
Fraise	Fraise	Abricot
Orange	Kiwi	Cerise
Poire conférence	Pomme	Fraise
Kiwi		Melon
Pomme		Pêche
		Nectarine



Juillet	Août	Septembre
Abricot	Abricot	Melon
Melon	Melon	Poire conférence
Pêche	Pêche	Pomme
Nectarine	Nectarine	Prune
Poire d'été	Poire conférence	Raisin
Prune	Poire d'été	
Raisin	Prune	
	Raisin	


Octobre	Novembre	Décembre
Poire conférence	Clémentine	Clémentine
Pomme	Poire conférence	Poire conférence
Prune	Kiwi	Kiwi
Raisin	Pomme	Pomme

Légumes

Janvier	Février	Mars
Avocat	Avocat	Avocat
Céleri branche	Chou	Chou
Chou	Cresson	Cresson
Cresson	Endive	Endive
Endive	Navet	Navet
Navet	Panais	Panais
Panais	Potiron	Radis botte
Potiron	Radis noir	Radis noir
Radis noir	Rutabaga	Rutabaga
Rutabaga		

Avril	Mai	Juin
Avocat	Concombre	Aubergine
Chou	Courgette	Concombre
Concombre	Fenouil	Courgette
Endive	Navet	Fenouil
Navet	Radis botte	Poivron
Radis botte	Tomate	Radis botte
Rutabaga		Tomate

Juillet	Août	Septembre
Aubergine	Aubergine	Aubergine
Céleri branche	Céleri branche	Céleri branche
Concombre	Concombre	Concombre
Courgette	Courgette	Courgette
Fenouil	Fenouil	Fenouil
Poivron	Poivron	Panais
Tomate	Tomate	Poivron
		Radis noir
		Tomate

Octobre	Novembre	Décembre
Avocat	Avocat	Avocat
Céleri branche	Céleri branche	Céleri branche
Chou	Chou	Chou
Concombre	Endive	Cresson
Endive	Fenouil	Endive
Fenouil	Navet	Fenouil
Navet	Panais	Navet
Panais	Potiron	Panais
Potiron	Radis noir	Potiron
Radis noir	Rutabaga	Radis noir
Rutabaga		Rutabaga

Fruits et légumes frais (1^{ère} et 4^{ème} gamme)

Version décembre 2020 - Source Interfel



Fruits et légumes de saison 100% origine France à l'exception des oranges et clémentines.



RESTORIA
Vraiment cuisiner, sincèrement s'engager