

Janvier		Février		Mars		Avril	
Fruits	Légumes	Fruits	Légumes	Fruits	Légumes	Fruits	Légumes
Ananas	Carotte	Fruits	Carotte	Ananas	Carotte	Avocat	Ail
Avocat	Céleri	Ananas	Céleri	Avocat	Céleri	Banane	Asperge blanche
Banane	Céleri branche	Avocat	Céleri branche	Banane	Chou blanc	Citron	Bette
Citron	Céleri rave	Banane	Céleri rave	Citron	Chou frisé	Fruit de la passion	Carotte
Clémentine	Chou blanc	Citron	Chou blanc	Datte	Chou rouge	Kiwi	Chou blanc
Datte	Chou de Bruxelles	Clémentine	Chou frisé	Fruit de la passion	Chou-rave	Litchi	Chou rouge
Fruit de la passion	Chou frisé	Datte	Chou rouge	Kiwi	Cima di Rapa	Mangue	Chou-rave
Grenade	Chou rouge	Fruit de la passion	Chou-chinois	Mandarine	Endive	Papaye	Epinard
Kaki	Chou-chinois	Grenade	Kiwi	Mangue	Oignon		Laitue romaine
Kiwi	Cima di Rapa	Litchi	Citrouille	Orange sanguine	Petit oignon blanc		Oignon
Litchi	Citrouille	Mandarine	Endive	Pamplemousse	Poireau		Petit oignon blanc
Mandarine	Cresson	Mangue	Mâche	Papaye	Salsifis		Radis
Mangue	Endive	Orange	Oignon	Pomme			
Orange	Mâche	Orange sanguine	Poireau				
Orange sanguine	Oignon	Pamplemousse	Pomme de terre				
Pamplemousse	Poireau	Papaye	Salsifis				
Papaye	Pomme de terre	Pomme	Topinambour				
Poire	Salsifis						
Pomme	Topinambour						

Mai		Juin	
Fruits	Légumes	Fruits	Légumes
Avocat	Ail	Banane	Ail
Banane	Asperge blanche	Cerise	Artichaut
Citron	Asperge verte	Citron	Asperge blanche
Fraise	Aubergine	Fraise	Asperge verte
Fraise des bois	Bette	Fraise des bois	Aubergine
Fruit de la passion	Betterave rouge	Framboise	Bette
Kiwi	Chou frisé	Fruit de la passion	Betterave rouge
Mangue	Chou-chinois	Groseille	Brocoli
Papaye	Chou-fleur	Groseille à maquereau	Chou blanc
	Chou-rave	Litchi	Chou frisé
	Concombre	Mangue	Chou Romanesco
	Epinard	Melon	Chou rouge
	Fenouil	Nectarine	Chou-chinois
	Laitue romaine	Papaye	Chou-fleur
	Petit oignon blanc	Pastèque	Chou-rave
	Pomme de terre	Pêche	Concombre
	Radis	Tomate	Courgette
	Radis long	Tomate charnue	Epinard
	Rhubarbe	Tomate Peretti	Fenouil
			Haricot
			Laitue romaine
			Navet
			Petit oignon blanc
			Petit pois
			Pois mange-tout
			Poivron
			Pomme de terre
			Radis
			Radis long
			Rhubarbe