

CALENDRIER DES FRUITS

Savoir ce qui est de saison.

HIVER



Pomme
Août - mai



Poire
Août - mars



Kiwi
Novembre - mars



Rhubarbe
Avril - juin



Framboise
Juin - septembre



Abricot
Juin - août



Cerise
Juin - août



La fraise
Juin - septembre



Myrtille
Juin - septembre

PRINTEMPS



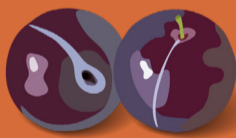
Pruneaux
Août - septembre



Coing
Septembre - novembre



Raisin
Septembre - octobre



Pruneau
Août - septembre



Mûre
Juillet - septembre



Groseille
Juillet - août



Figue
Juillet - septembre



Melon
Juin - septembre



Mirabelle
Août - septembre

ÉTÉ

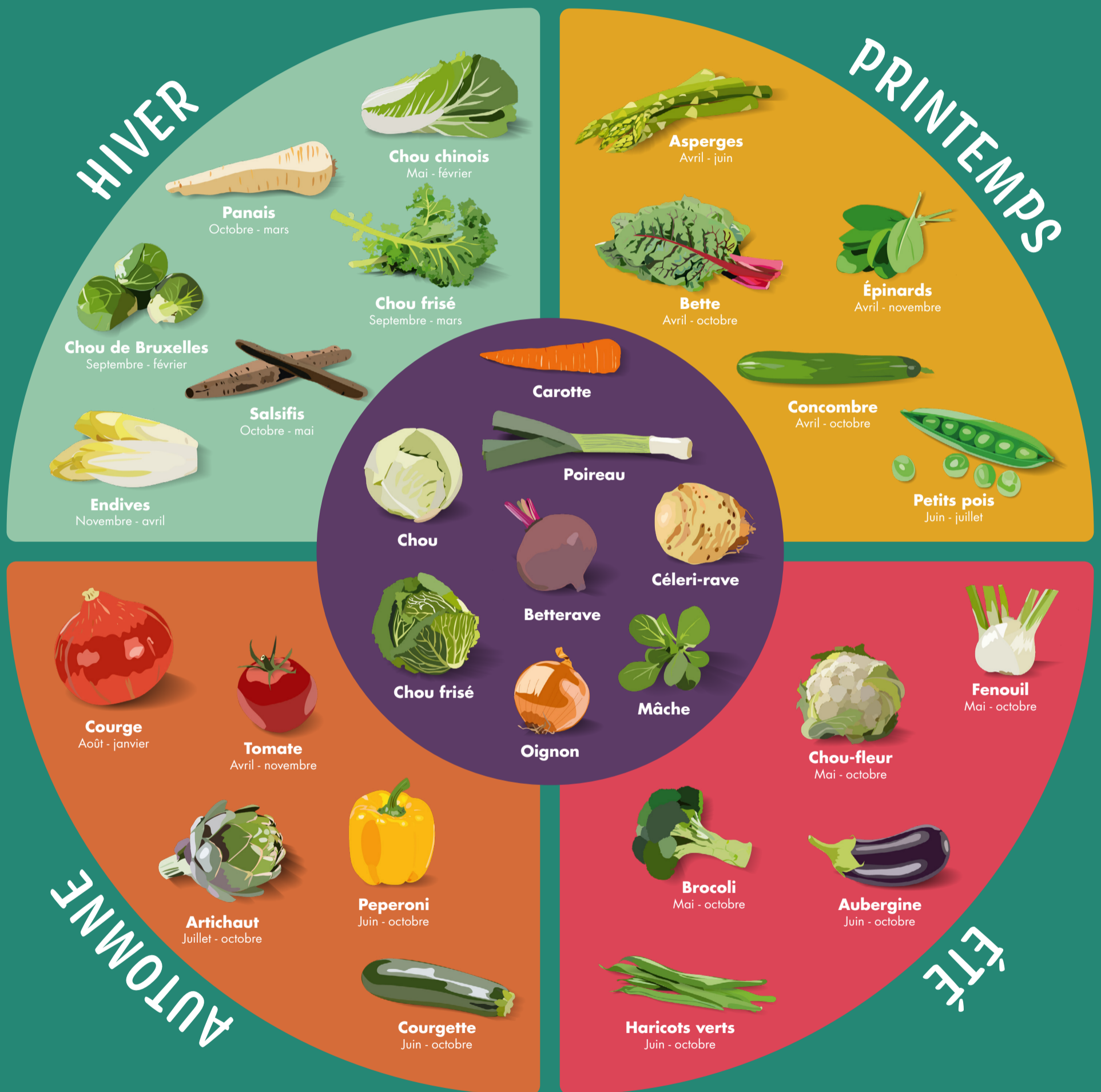
AUTOMNE

Acheter malin

- Veille à bien diversifier. Chaque fruit renferme différents éléments bénéfiques pour l'organisme.
- Privilégie les produits de saison.
- Retrouve de délicieuses recettes sur www.5amtag.ch.

CALENDRIER DES LÉGUMES

Savoir ce qui est de saison.



Acheter malin

- Veille à bien diversifier. Chaque légume renferme différents éléments bénéfiques pour l'organisme.
- Privilégie les produits de saison.
- Retrouve de délicieuses recettes sur www.5amtag.ch.