

	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Aout	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Cassis												
Cerise												
Coing												
Fraise												
Framboises												
Groseilles												
Kiwi *												
Poire *												
Pomme *												
Rhubarbe												

	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Aout	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Asperge												
Bette												
Betterave												
Carotte *												
Céleri Branche												faible quantité
Céleri rave												
Chou fleur												
Chou rouge												
Chou vert												
Chou blanc												
Concombre												faible quantité
Courgette												
Endive												faible quantité
Fenouil												faible quantité
Navet												
Oignon *												
Panais												
Poireaux												
Pomme de terre *												
Radis												
Potiron, Potimarron, citrouille et courge												
Salade Laitue, feuille de chêne ...												
Salade Scarole												
Tomate												faible quantité
Lentille												Legume sec, pas légume frais

* = avec le stockage