



légumes & fruits

MARS

du mois de



*Ail
*Asperge
*Betterave
*Blette
*Carotte
*Céleri rave
*Chou
*Chou de Bruxelles
*Chou fleur
*Crosne
*Endive
*Épinard
*Frisée
*Navet
*Oignon
*Panais
*Poireau
*Pomme de terre
*Radis
*Salsifi
*Topinambour

*Amande
*Citron
*Kiwi
*Orange
*Pamplemousse
*Poire
*Pomme