





# Les fruits et légumes de saison

## LE PRINTEMPS

Les fruits et légumes **frais** ont des périodes de production, qui peuvent varier selon les régions. Certaines variétés d'un même fruit ou d'un même légume peuvent, en effet, être plus précoces ou plus tardives que les autres.

Consommer des fruits et légumes de **saison**, c'est mieux, car cela permet :

-  De respecter les rythmes naturels et de diminuer les cultures sous serre;
-  De garantir une qualité des produits puisqu'ils sont proposés en pleine saison;
-  Mieux maîtriser leur prix, car ils sont achetés au cœur de la saison;
-  D'éviter les productions lointaines ou délocalisées ; de répondre à nos engagements du Better Tomorrow Plan (BTP).

### Mars Avril Mai Juin



Concombre



Betterave



Poivron



Fraise



Radis



Champignon



Courgette



Salade



Cerise



Poireau



Épinard