

MANGER DE SAISON ET LOCAL, C'EST L'IDÉAL

PRIVILÉGIEZ LES PRODUITS ISSUS D'UNE PÊCHE DURABLE ET LOCALE (PAR EXEMPLE LE BAR DE LIGNE DE LA CÔTE FRANÇAISE, LE CABILLAUD DE LA MER D'IROISE DES PÊCHERIES NORMANDES ET BRETONNES).

JANVIER

POISSONS ET FRUITS DE MER

BAR*
BIGORNEAU
BULOT
CARPE
CARRELET*
CAVIAR
CREVETTE*
DAURADE
EGLEFIN*
HARENG
HUITRE
LIMANDE*
MERLAN
MERLU*

PRAIRE
RAIE*
SAINT-JACQUES

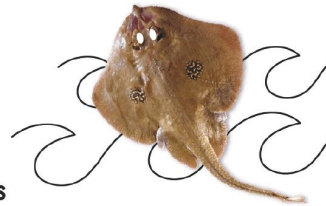


FÉVRIER

POISSONS ET FRUITS DE MER

BAR*
CARPE
CAVIAR
CREVETTE*
DAURADE
EGLEFIN*
HARENG
HUITRE
LAMPROIE
LIMANDE*
MERLAN
MERLU*
PRAIRE
RAIE*
SAINT-JACQUES

SAUMON*
SOLE*



MARS

POISSONS ET FRUITS DE MER

ALOSE
BAR*
BROCHET
BULOT
CABILLAUD*
CAVIAR
CREVETTE*
DAURADE
EGLEFIN*
HARENG
HUITRE
LAMPROIE
LANGOUSTINE
LIMANDE*
LOTTE*

MAQUEREAU
MERLAN
MERLU*
RAIE*
SAINT-JACQUES
SAUMON*
SOLE*
TURBOT



AVRIL

POISSONS ET FRUITS DE MER

ALOSE
ARAIGNÉE DE MER
BULOT
CABILLAUD*
CARPE
CAVIAR
CREVETTE*
DAURADE
EGLEFIN*
HARENG
HOMARD
HUITRE
LAMPROIE
LANGOUSTINE
LIMANDE*

LOTTE*
MAQUEREAU
MERLAN
MERLU*
RAIE*
SAINT-JACQUES
SAUMON*
SOLE*
TRUITE
TURBOT



MAI

POISSONS ET FRUITS DE MER

ALOSE
ANCHOIS
ARAIGNÉE DE MER
CABILLAUD*
CARPE
CAVIAR
CREVETTE*
EGLEFIN*
HARENG
HOMARD
LAMPROIE
LANGOUSTE
LANGOUSTINE

LIMANDE*
LOTTE*
MAQUEREAU
MERLAN
MERLU*
RAIE*
SARDINE
SAUMON*
SOLE*
THON BLANC*
TOURTEAU
TRUITE
TURBOT

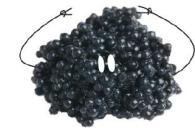


JUIN

POISSONS ET FRUITS DE MER

ALOSE
ANCHOIS
ARAIGNÉE DE MER
CAVIAR
CREVETTE*
ECREVISSE
HARENG
HOMARD
LANGOUSTE
LANGOUSTINE
MERLAN
MERLU*
RAIE*
SARDINE

SAUMON*
SOLE*
THON BLANC*
TOURTEAU
TRUITE
TURBOT



* ESPÈCES À LIMITER



POUR ALLER PLUS LOIN : APPLICATION « FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON » SUR ANDROID ET IPHONE



Yvelines
Le Département

MANGER DE SAISON ET LOCAL, C'EST L'IDÉAL

PRIVILÉGIEZ LES PRODUITS ISSUS D'UNE PÊCHE DURABLE ET LOCALE (PAR EXEMPLE LE BAR DE LIGNE DE LA CÔTE FRANÇAISE, LE CABILLAUD DE LA MER D'IROISE DES PÊCHERIES NORMANDES ET BRETONNES).

JUILLET

POISSONS ET FRUITS DE MER
 ANCHOIS
 CAVIAR
 CREVETTE*
 ECRESSISSE
 HARENG
 HOMARD
 LANGOUSTE
 LANGOUSTINE
 MERLAN
 MERLU*
 RAIE*
 SARDINE
 SAUMON
 THON BLANC*

TOURTEAU
 TRUITE
 TURBOT



AOÛT

POISSONS ET FRUITS DE MER
 CAVIAR
 CREVETTE*
 DAURADE
 ECRESSISSE
 HARENG
 HOMARD
 LANGOUSTE
 LANGOUSTINE
 MERLAN
 RAIE*
 SARDINE
 SAUMON*
 THON BLANC*
 TOURTEAU

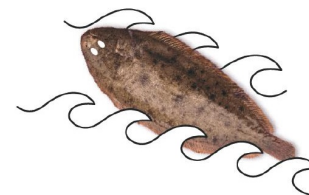
TRUITE
 TURBOT



SEPTEMBRE

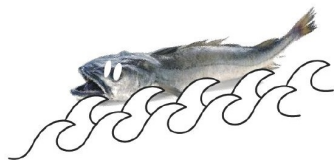
POISSONS ET FRUITS DE MER
 CARPE
 CAVIAR
 CREVETTE*
 DAURADE
 ECRESSISSE
 EGLEFIN*
 HARENG
 HOMARD
 HUITRE
 LANGOUSTE
 MERLAN
 RAIE*
 SARDINE
 SAUMON*

THON BLANC*
 TOURTEAU
 TRUITE



OCTOBRE

POISSONS ET FRUITS DE MER
 CARPE
 CAVIAR
 CREVETTE*
 DAURADE
 ECRESSISSE
 EGLEFIN*
 HARENG
 HOMARD
 LANGOUSTE
 LIMANDE*
 MERLAN
 MERLU*
 RAIE*
 SAINT-JACQUES
 SARDINE



NOVEMBRE

POISSONS ET FRUITS DE MER
 BAR*
 CARPE
 CAVIAR
 CREVETTE*
 DAURADE
 EGLEFIN*
 HARENG
 HUITRE
 LIMANDE*
 MERLAN
 MERLU*
 RAIE*
 SAINT-JACQUES



DÉCEMBRE

POISSONS ET FRUITS DE MER
 BAR*
 CARPE
 CAVIAR
 CREVETTE*
 DAURADE
 EGLEFIN*
 HARENG
 HUITRE
 LIMANDE*
 MERLAN
 PRAIRE
 RAIE*
 SAINT-JACQUES



* ESPÈCES À LIMITER



POUR ALLER PLUS LOIN : APPLICATION « FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON » SUR ANDROID ET IPHONE



Yvelines
 Le Département