

# MARS

## LÉGUMES

artichaut,  
betterave, brocoli,  
carotte, céleri, champignon de Paris,  
choux, chou fleur, cresson,  
endive, épinard,  
fenouil,  
navet,  
oignon,  
panais, poireau, pomme de terre,  
radis, rutabaga,  
salsifis,  
topinambour



## FRUITS



ananas, avocat,  
banane,  
citron,  
kiwi,  
mandarine, mangue,  
fruit de la passion,  
papaye, poire, pomelo, pomme