

LES FRUITS ET LÉGUMES de saison

LES RESTAURATEURS SONT AU CŒUR DES PROBLÉMATIQUES ENVIRONNEMENTALES

Outre les consommations d'eau, d'énergie et les déchets, les denrées alimentaires utilisées pour la réalisation des plats sont la principale source d'émission de gaz à effet de serre. Pour diminuer l'impact environnemental de votre restaurant, l'UMIH vous propose ce calendrier des fruits et légumes de saison. **Privilégier la proximité, respecter les saisons, c'est approfondir votre action de préservation de l'environnement tout en satisfaisant les papilles des plus gourmands.**

L'UMIH est également partenaire du programme Mr.Goodfish qui édite chaque saison la liste des produits de la mer conseillés afin de préserver les ressources marines contre la surexploitation. Vous pouvez la télécharger sur www.umih.fr et www.mrgoodfish.com « Bien choisir son poisson, c'est bon pour la mer, c'est pour bon pour vous ».

L'UMIH EST N° 1 CHEZ LES CAFETIERS, HÔTELIERS, RESTAURATEURS, EXPLOITANTS D'ÉTABLISSEMENTS DE NUIT

L'UMIH représente 32 000 entreprises. Très engagée en faveur du développement durable, l'UMIH accompagne les professionnels dans leur démarche en leur proposant des outils et en mettant en valeur leur savoir-faire : guides de bonnes pratiques (restaurants et hôtels), livre de recettes anti-gaspi, formation contre le gaspillage alimentaire.



UNION DES MÉTIERS ET DES INDUSTRIES DE L'HÔTELLERIE

janvier

LÉGUMES
BETTERAVE
CAROTTE
CÉLERI
CHAMPIGNON DE PARIS
CHOU
CHOU DE BRUXELLES
CHOU-FLEUR
COURGE
CRESSON
ENDIVE
ÉPINARD
MÂCHE
NAVET
OIGNON
PANAI
POIREAU
POTIRON
SALSIFIS
TOPINAMBOUR



CITRON
CLÉMENTINE
KIWI
MANDARINE
ORANGE
POIRE
POMME

FRUITS

février

LÉGUMES
BETTERAVE
CAROTTE
CÉLERI
CHAMPIGNON DE PARIS
CHOU
CHOU DE BRUXELLES
CHOU-FLEUR
CRESSON
ENDIVE
ÉPINARD
MÂCHE
NAVET
OIGNON
PANAI
POIREAU
SALSIFIS
TOPINAMBOUR



CITRON
CLÉMENTINE
KIWI
MANDARINE
ORANGE
PAMPLEMOUSSE
POIRE
POMME

FRUITS

mars

LÉGUMES
BETTERAVE
CAROTTE
CÉLERI
CHAMPIGNON DE PARIS
CHOU
CHOU DE BRUXELLES
CHOU-FLEUR
CRESSON
ENDIVE
ÉPINARD
NAVET
OIGNON
PANAI
POIREAU
RADIS

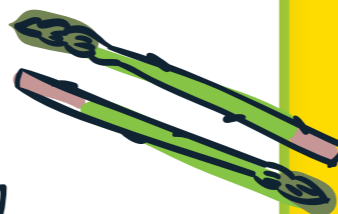


KIWI
ORANGE
PAMPLEMOUSSE
POIRE
POMME

FRUITS

avril

LÉGUMES
ASPERGE
CHAMPIGNON DE PARIS
CRESSON
ENDIVE
ÉPINARD
FENOUIL
NAVET
OIGNON
POIREAU
RADIS



PAMPLEMOUSSE
POMME
RHUBARBE

FRUITS

mai

LÉGUMES
ARTICHAUT
ASPERGE
CHAMPIGNON DE PARIS
CONCOMBRE
COURGETTE
CRESSON
ÉPINARD
FENOUIL
LAIQUE
NAVET
PETIT POIS
RADIS



FRAISE
PAMPLEMOUSSE
RHUBARBE

FRUITS

juin

LÉGUMES
ARTICHAUT
ASPERGE
AUBERGINE
BLETTE
CHAMPIGNON DE PARIS
CONCOMBRE
COURGETTE
FENOUIL
HARICOT VERT
LAIQUE
PETIT POIS
POIVRON
RADIS



ABRICOT
CASSIS
CERISE
FRAISE
FRAMBOISE
GROSEILLE
MELON
PAMPLEMOUSSE
RHUBARBE
TOMATE

FRUITS

LES FRUITS ET LÉGUMES de saison

LES RESTAURATEURS SONT AU CŒUR DES PROBLÉMATIQUES ENVIRONNEMENTALES

Outre les consommations d'eau, d'énergie et les déchets, les denrées alimentaires utilisées pour la réalisation des plats sont la principale source d'émission de gaz à effet de serre. Pour diminuer l'impact environnemental de votre restaurant, l'UMIH vous propose ce calendrier des fruits et légumes de saison. **Privilégier la proximité, respecter les saisons, c'est approfondir votre action de préservation de l'environnement tout en satisfaisant les papilles des plus gourmands.**

L'UMIH est également partenaire du programme Mr.Goodfish qui édite chaque saison la liste des produits de la mer conseillés afin de préserver les ressources marines contre la surexploitation. Vous pouvez la télécharger sur www.umih.fr et www.mrgoodfish.com « Bien choisir son poisson, c'est bon pour la mer, c'est pour bon pour vous ».

L'UMIH EST N° 1 CHEZ LES CAFETIERS, HÔTELIERS, RESTAURATEURS, EXPLOITANTS D'ÉTABLISSEMENTS DE NUIT

L'UMIH représente 32 000 entreprises. Très engagée en faveur du développement durable, l'UMIH accompagne les professionnels dans leur démarche en leur proposant des outils et en mettant en valeur leur savoir-faire : guides de bonnes pratiques (restaurants et hôtels), livre de recettes anti-gaspi, formation contre le gaspillage alimentaire.

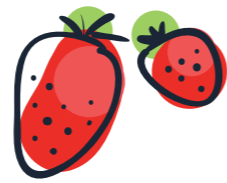


UNION DES MÉTIERS ET DES INDUSTRIES DE L'HÔTELLERIE

juillet

LÉGUMES

AIL
ARTICHAUT
AUBERGINE
BLETTE
CHAMPIGNON DE PARIS
CONCOMBRE
COURGETTE
FENOUIL
HARICOT VERT
LAITUE
MAÏS
PETIT POIS
POIVRON



ABRICOT
CASSIS
CERISE
FIGUE
FRAISE
FRAMBOISE
GROSEILLE
MELON
MYRTILLE
NECTARINE
PRUNE
TOMATE

FRUITS

août

LÉGUMES

AIL
ARTICHAUT
AUBERGINE
BLETTE
CHAMPIGNON DE PARIS
CONCOMBRE
COURGETTE
FENOUIL
HARICOT VERT
LAITUE
MAÏS
POIVRON



ABRICOT
CASSIS
FIGUE
FRAMBOISE
GROSEILLE
MELON
MIRABELLE
MÛRE
MYRTILLE
NECTARINE
POIRE
POMME
PRUNE
QUETSCHÉ
TOMATE

FRUITS

septembre

LÉGUMES

AIL
ARTICHAUT
AUBERGINE
BLETTE
BROCOLI
CAROTTE
CHOU-FLEUR
CHAMPIGNON DE PARIS
CONCOMBRE
COURGE
COURGETTE
CRESSON
ÉPINARD
FENOUIL
HARICOT VERT
LAITUE
MAÏS
OIGNON
POIREAU
POIVRON
POTIRON



FIGUE
MELON
MIRABELLE
MÛRE
MYRTILLE
NOISETTE
NOIX
POIRE
POMME
PRUNE
QUETSCHÉ
RAISIN
REINE-CLAUDE
TOMATE

FRUITS

octobre

LÉGUMES

AIL
BETTERAVE
BLETTE
BROCOLI
CAROTTE
CÉLERI
CHAMPIGNON DE PARIS
CHOU
CHOU DE BRUXELLES
CHOU-FLEUR
CONCOMBRE
COURGE
COURGETTE
CRESSON
ÉCHALOTE
ENDIVE
ÉPINARD
FENOUIL
HARICOT VERT
MÂCHE
NAVET
OIGNON
PANAIS
POIREAU
POTIRON



CHÂTAIGNE
COING
FIGUE
NOISETTE
NOIX
POIRE
POMME
QUETSCHÉ
RAISIN

FRUITS

novembre

LÉGUMES

AIL
BETTERAVE
BROCOLI
CAROTTE
CÉLERI
CHAMPIGNON DE PARIS
CHOU
CHOU DE BRUXELLES
CHOU-FLEUR
COURGE
CRESSON
ÉCHALOTE
ENDIVE
ÉPINARD
FENOUIL
MÂCHE
NAVET
OIGNON
PANAIS
POIREAU
POTIRON
SALSIFIS
TOPINAMBOUR



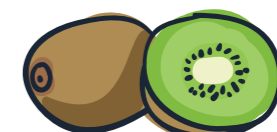
CHÂTAIGNE
CITRON
CLÉMENTINE
KIWI
MANDARINE
NOISETTE
POIRE
POMME

FRUITS

décembre

LÉGUMES

AIL
BETTERAVE
CAROTTE
CÉLERI
CHAMPIGNON DE PARIS
CHOU
CHOU DE BRUXELLES
CHOU-FLEUR
COURGE
CRESSON
ÉCHALOTE
ENDIVE
ÉPINARD
MÂCHE
NAVET
OIGNON
PANAIS
POIREAU
POTIRON
SALSIFIS
TOPINAMBOUR



CITRON
CLÉMENTINE
KIWI
MANDARINE
ORANGE
POIRE
POMME

FRUITS