



Calendrier des saisons au Maroc

Fruits - planning indicatif d’approvisionnement local et distribution

Légende

disponible

pleine saison / local

FRUITS

PRODUIT	CONSERVATION	CONSEILS LOGISTIQUES	J Jan	F Fév	M Mar	A Avr	M Mai	J Juin	J Juil	A Août	S Sep	O Oct	N Nov	D Déc
Abricot	5 à 7 j	Fruits mûrs à température ambiante; au frais quelques jours.							LOCAL	LOCAL				
Avocat	3 à 5 j	Mûrir à température ambiante; placer au frais une fois mûr.	LOCAL	LOCAL									LOCAL	LOCAL
Banane	4 à 5 j	Très sensible au froid et aux chocs; éviter le réfrigérateur.												
Cerise	2 à 5 j	Produit fragile; rotation rapide après réception.							LOCAL	LOCAL				
Clémentine	7 à 10 j	Conserver dans un endroit frais, non chauffé.											LOCAL	LOCAL
Citron	10 à 15 j	Garder au frais ou à température ambiante selon rotation.	LOCAL	LOCAL	LOCAL								LOCAL	LOCAL
Datte	2 à 4 sem.	Garder au sec; au frais après ouverture.								LOCAL	LOCAL			
Figue	1 à 3 j	Très fragile; servir rapidement après réception.							LOCAL	LOCAL				
Fraise	2 à 4 j	Laver juste avant consommation; garder en barquette au frais.	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL								
Grenade	2 à 4 sem.	Bonne tenue au frais; protéger des chocs.										LOCAL	LOCAL	
Kaki	3 à 6 j	Manipuler avec soin; mûrir hors froid si nécessaire.											LOCAL	
Kiwi	3 à 7 j	Accélérer le mûrissement près des pommes ou bananes.	LOCAL	LOCAL										
Mandarine	7 à 10 j	Stockage au frais, aéré, sans humidité excessive.											LOCAL	LOCAL
Melon	2 à 6 j	Conserver entier au frais; filmer une fois coupé.							LOCAL	LOCAL				
Nèfle	2 à 3 j	Fruit délicat; distribution rapide recommandée.						LOCAL						
Orange	10 à 15 j	Éviter les pièces trop chauffées pour limiter le dessèchement.	LOCAL	LOCAL	LOCAL								LOCAL	LOCAL
Pastèque	5 à 7 j	Conserver au frais après découpe, bien filmée.							LOCAL	LOCAL				
Pêche / nectarine	3 à 5 j	Sortir du réfrigérateur avant dégustation pour retrouver les arômes.							LOCAL	LOCAL				
Poire	3 à 7 j	Très sensible aux chocs; séparer les fruits mûrs.									LOCAL	LOCAL		
Pomme	4 à 8 sem.	Stockage au frais, à l'écart des produits sensibles à l'éthylène.									LOCAL	LOCAL	LOCAL	
Prune	3 à 7 j	Conserver au frais et sortir avant consommation.								LOCAL				
Raisin	5 à 7 j	Garder au frais; laver juste avant vente ou consommation.									LOCAL	LOCAL		

Calendrier indicatif pour le Maroc : les périodes varient selon région, altitude, météo, variétés et cahier des charges client. Importations possibles hors saison.



Calendrier des saisons au Maroc

Légumes - planning indicatif d’approvisionnement local et distribution

Légende

disponible

pleine saison / local

LÉGUMES

PRODUIT	CONSERVATION	CONSEILS LOGISTIQUES	J Jan	F Fév	M Mar	A Avr	M Mai	J Juin	J Juil	A Août	S Sep	O Oct	N Nov	D Déc
Ail	6 mois+	Stocker au sec, sombre et ventilé; ail frais au frais quelques jours.					LOCAL	LOCAL	LOCAL					
Artichaut	4 à 5 j	Conserver avec la tige; sensible à l'oxydation après cuisson.	LOCAL	LOCAL	LOCAL									
Asperge	2 à 3 j	Conserver en botte dans un linge humide, pointes vers le haut.			LOCAL	LOCAL								
Aubergine	3 à 6 j	Conserver au bac à légumes; craint les basses températures.					LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL			
Betterave	7 à 15 j	Conserver non lavée, au frais, en sachet perforé.											LOCAL	LOCAL
Brocoli	4 à 5 j	Emballer entier ou garder en boîte hermétique.	LOCAL	LOCAL										
Carotte	10 à 15 j	Conserver en sachet perforé ou boîte hermétique au frais.	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL							LOCAL	LOCAL
Céleri	4 à 6 j	Céleri branche dans un linge humide; rave entière non pelée.	LOCAL	LOCAL	LOCAL									
Champignons	2 à 4 j	Conserver en contenant ventilé; éviter l'humidité excessive.												
Chou-fleur	4 à 5 j	Garder entier en sachet fermé; craint les coups.	LOCAL	LOCAL	LOCAL									
Choux	7 j	Une fois entamé, emballer ou placer en boîte hermétique.	LOCAL	LOCAL	LOCAL									
Concombre	3 à 5 j	Conserver au bac à légumes; craint le froid intense.				LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL			
Courges	2 sem.+	Entières dans un endroit sec et frais; tranches au frais 4 à 5 j.										LOCAL	LOCAL	
Courgette	4 à 6 j	Conserver entière avec pédoncule pour préserver la fraîcheur.				LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL			
Échalote	1 à 2 mois	Stocker au sec, sombre et frais; épluchée au frais 2 à 3 j.				LOCAL	LOCAL							
Endive	4 à 6 j	Protéger de la lumière pour éviter amertume et verdissement.	LOCAL	LOCAL										
Fenouil	5 à 7 j	Garder les plumets au frais pour aromatiser bouillons et salades.	LOCAL	LOCAL	LOCAL								LOCAL	LOCAL
Fève	2 à 4 j	Garder au frais; rotation rapide recommandée.		LOCAL	LOCAL									
Haricots verts	3 à 4 j	Protéger de l'humidité; placer dans une boîte hermétique.				LOCAL	LOCAL					LOCAL		
Navet	5 à 7 j	Conserver les jeunes navets au frais, dans le bac à légumes.											LOCAL	LOCAL
Oignon	1 à 2 mois	Stocker au sec et ventilé; oignon émincé au frais 2 à 3 j.					LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL			
Petits pois	2 à 3 j	À conserver non écosés; rotation rapide recommandée.		LOCAL	LOCAL									
Poireau	4 à 5 j	Conserver au réfrigérateur, entier ou émincé en boîte hermétique.	LOCAL	LOCAL	LOCAL								LOCAL	LOCAL
Poivron	5 à 8 j	Conserver au frais; un poivron entamé se garde 1 à 2 j filmé.						LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL			
Pomme de terre	2 à 8 sem.	Stocker au frais, sec et sombre; éviter la lumière.			LOCAL	LOCAL	LOCAL							
Tomate	3 à 4 j	Conserver à température ambiante, pédoncule vers le haut.				LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL			



Calendrier des saisons au Maroc

Salades, feuilles & aromatiques - planning indicatif d’approvisionnement local et distribution

Légende

disponible

pleine saison / local

SALADES & VÉGÉTAUX

PRODUIT	CONSERVATION	CONSEILS LOGISTIQUES	J Jan	F Fév	M Mar	A Avr	M Mai	J Juin	J Juil	A Août	S Sep	O Oct	N Nov	D Déc
Batavia	3 à 5 j	Conserver lavée et essorée au frais, en boîte hermétique.	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible				disponible	LOCAL	LOCAL
Laitue romaine	3 à 5 j	Garder entière au frais; laver au dernier moment.	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible				disponible	LOCAL	LOCAL
Laitue iceberg	5 à 7 j	Bonne tenue au froid; limiter l'écrasement logistique.	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible				disponible	LOCAL	LOCAL
Frisée / scarole	3 à 5 j	Conserver au frais, filmée ou en boîte fermée.	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL						disponible	LOCAL	LOCAL
Mesclun / jeunes pousses	2 à 4 j	Chaîne du froid stricte; produit sensible à la déshydratation.	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible					disponible	LOCAL	LOCAL
Mâche	2 à 3 j	Bien emballée au frais; fragile après lavage.									disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL
Roquette	2 à 4 j	Protéger de l'air sec; rotation rapide recommandée.	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible				disponible	LOCAL	LOCAL	
Cresson	1 à 3 j	Très périssable; maintenir humidité et froid.	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible				disponible	LOCAL	LOCAL	
Épinard	2 à 4 j	Produit fragile; distribuer rapidement après réception.									disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL
Blette	2 à 4 j	Conserver dans un linge humide au réfrigérateur.	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL					disponible	LOCAL	LOCAL	
Persil	4 à 6 j	Tiges dans un peu d'eau ou papier humide au frais.	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible	disponible	disponible	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL
Coriandre	3 à 5 j	Garder en botte humide; éviter le dessèchement.	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible			disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL
Menthe	3 à 5 j	Conserver debout, légèrement humidifiée et réfrigérée.			disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible	
Basilic	2 à 4 j	Éviter les températures trop basses; sensible au froid.					disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible			
Aneth	3 à 5 j	Conserver au frais, légèrement humide, sans écrasement.				disponible	disponible	LOCAL	LOCAL	LOCAL	disponible		disponible	LOCAL