

## CATALOGUE DU MOIS : NOVEMBRE 2025

| PRODUITS                                                                                  | VRAC     | PRIX<br>PRODUCTEUR | PRIX<br>COUP DE<br>POUCE | PRIX<br>QUARTIER | PRIX HORS<br>QUARTIER | POUR               | Quantité<br>commandée |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------|--------------------------|------------------|-----------------------|--------------------|-----------------------|
| Poire Harrow Sweat (Les Vergers de Barbieux) <b>BIO</b><br>(Rhône)                        | <b>V</b> | 2,64 €             | 1,32 €                   | 2,38 €           | 2,90 €                | Kg                 |                       |
| Carottes (Ferme du Travalon) <b>BIO</b><br>(Loire)                                        | <b>V</b> | 1,80 €             | 0,90 €                   | 1,62 €           | 1,98 €                | Kg                 |                       |
| Pommes de terre Chair ferme (Ferme de Travalon <b>BIO</b><br>(Loire)                      | <b>V</b> | 1,52 €             | 0,76 €                   | 1,37 €           | 1,67 €                | Kg                 |                       |
| Huile d'olive <b>BIO</b> 5 L max<br>(Catalogne, Espagne)                                  | <b>V</b> | 9,47 €             | 4,74 €                   | 8,52 €           | 10,42 €               | Litre              |                       |
| Sel de Guérande <b>BIO</b><br>(Pays de la Loire)                                          | <b>V</b> | 1,35 €             | 1,35 €                   |                  | 1,49 €                | Kg                 |                       |
| Sésame <b>BIO</b><br>(Ouganda)                                                            | <b>V</b> | 0,48 €             | 0,24 €                   | 0,43 €           | 0,52 €                | prix pour 50g      |                       |
| Thym <b>BIO</b><br>(Egypte)                                                               | <b>V</b> | 1,69 €             | 0,85 €                   | 1,52 €           | 1,86 €                | prix pour 50g      |                       |
| Riz long semi-complet <b>BIO</b><br>(Italie)                                              | <b>V</b> | 2,89 €             | 1,45 €                   | 2,60 €           | 3,18 €                | Kg                 |                       |
| Fusilli <b>BIO</b><br>(Italie)                                                            | <b>V</b> | 2,44 €             | 1,22 €                   | 2,20 €           | 2,68 €                | Kg                 |                       |
| Linguine <b>BIO</b><br>(Italie)                                                           | <b>V</b> | 2,38 €             | 1,19 €                   | 2,14 €           | 2,62 €                | Kg                 |                       |
| Pois chiches <b>BIO</b><br>(Charente, Dordogne)                                           | <b>V</b> | 3,08 €             | 1,54 €                   | 2,77 €           | 3,39 €                | Kg                 |                       |
| Lentilles Vertes <b>BIO</b><br>(Charente, Dordogne)                                       | <b>V</b> | 3,41 €             | 1,71 €                   | 3,07 €           | 3,75 €                | Kg                 |                       |
| Haricots rouges lingots<br>(France)                                                       | <b>V</b> | 4,65 €             | 2,33 €                   | 4,19 €           | 5,12 €                | Kg                 |                       |
| Farine de Blé T80 non traitée<br>(Rhône Alpes, Isère)                                     | <b>V</b> | 1,33 €             | 0,67 €                   | 1,20 €           | 1,46 €                | Kg                 |                       |
| Farine de Sarrasin - paquet de 1kg <b>BIO</b><br>(Bourgogne, Franche-Comté)               |          | 3,04 €             | 1,52 €                   | 2,74 €           | 3,34 €                | <u>Paquets 1kg</u> |                       |
| Farine de Petit Epeautre <b>BIO</b><br>(Ain, PACA)                                        |          | 3,53 €             | 1,77 €                   | 3,18 €           | 3,88 €                | Kg                 |                       |
| Muesli <b>BIO</b><br>/ \ flocons de céréales avec des graines oléagineuses<br>(UE/non UE) | <b>V</b> | 3,13 €             | 1,57 €                   | 2,82 €           | 3,44 €                | Kg                 |                       |
| Sucre blond <b>BIO</b><br>(Brésil, Colombie)                                              | <b>V</b> | 2,18 €             | 2,18 €                   |                  | 2,40 €                | Kg                 |                       |
| Chocolat noir 58 % - en palets <b>BIO</b><br>(République Dominicaine, Pologne, France)    | <b>V</b> | 15,30 €            | 15,30 €                  |                  | 16,83 €               | Kg                 |                       |
| Dattes Deglet Nour <b>BIO</b><br>(Tunisie)                                                | <b>V</b> | 5,75 €             | 2,88 €                   | 5,18 €           | 6,33 €                | Kg                 |                       |
| Raisins secs <b>BIO</b><br>(Turquie)                                                      | <b>V</b> | 8,66 €             | 4,33 €                   | 7,79 €           | 9,53 €                | Kg                 |                       |
| Figues séchées <b>BIO</b><br>(Espagne)                                                    | <b>V</b> | 8,50 €             | 4,25 €                   | 7,65 €           | 9,35 €                | Kg                 |                       |
| Noix de cajou <b>BIO</b><br>(Mali, Franche Comté)                                         | <b>V</b> | 14,00 €            | 7,00 €                   | 12,60 €          | 15,40 €               | Kg                 |                       |

| PRODUITS                                                                            | VRAC     | PRIX<br>PRODUCTEUR | PRIX<br>COUP DE<br>POUCE | PRIX<br>QUARTIER | PRIX HORS<br>QUARTIER | POUR                  | Quantité<br>commandée |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------|--------------------------|------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Amandes avec peau <b>BIO</b><br><i>(Espagne)</i>                                    | <b>V</b> | 12,67 €            | 6,34 €                   | 11,40 €          | 13,94 €               | Kg                    |                       |
| Amandes émondées <b>BIO</b><br><i>(Espagne)</i>                                     | <b>V</b> | 14,48 €            | 7,24 €                   | 13,03 €          | 15,93 €               | Kg                    |                       |
| Lait de montagne demi-écrémé <b>BIO</b><br><i>(Haute Loire)</i> <b>5 Max</b>        |          | 1,15 €             | 0,58 €                   | 1,04 €           | 1,27 €                | Pièce                 |                       |
| Beurre cru <b>5 Max</b><br><i>(Ain)</i>                                             |          | 2,10 €             | 2,10 €                   |                  | 2,31 €                | Plaquettes de 250g    |                       |
| Comté fruité AOC<br><i>(Ain)</i>                                                    | <b>V</b> | 15,28 €            | 7,64 €                   | 13,75 €          | 16,81 €               | Kg                    |                       |
| Rigotte de chèvre fraîche <b>BIO</b><br><i>(Rhône)</i>                              | <b>V</b> | 1,12 €             | 0,56 €                   | 1,01 €           | 1,23 €                | Pièce(s)              |                       |
| Rigotte de chèvre mi-sèche <b>BIO</b><br><i>(Rhône)</i>                             | <b>V</b> | 1,12 €             | 0,56 €                   | 1,01 €           | 1,23 €                | Pièce(s)              |                       |
| Rigotte de chèvre affinée <b>BIO</b><br><i>(Rhône)</i>                              | <b>V</b> | 1,12 €             | 0,56 €                   | 1,01 €           | 1,23 €                | Pièce(s)              |                       |
| Palet de chèvre cendré <b>BIO</b><br><i>(Rhône)</i> <b>5 Max</b>                    | <b>V</b> | 3,25 €             | 1,63 €                   | 2,93 €           | 3,58 €                | Pièce(s)              |                       |
| Faisselles de chèvre par 4 <b>BIO</b><br><i>(Rhône)</i> <b>5 Max</b>                |          | 2,81 €             | 1,41 €                   | 2,53 €           | 3,09 €                | Lot de 4 faisselles   |                       |
| Fromage blanc de chèvre <b>BIO</b><br><i>(Rhône)</i> <b>5 Max</b>                   |          | 5,86 €             | 2,93 €                   | 5,27 €           | 6,45 €                | Pot de 1 kg           |                       |
| Miel Toutes Fleurs 500g<br><i>(Chartreuse -Hervé - pots en verre)</i>               |          | 7,33 €             | 7,33 €                   |                  | 8,80 €                | Pot de 500g           |                       |
| Miel Toutes Fleurs 1kg<br><i>(Chartreuse -Hervé - pots en verre)</i>                |          | 13,32 €            | 13,32 €                  |                  | 15,98 €               | Pot de 1kg            |                       |
| Miel Châtaigner 500g<br><i>(Chartreuse -Hervé - pots en verre)</i>                  |          | 7,33 €             | 7,33 €                   |                  | 8,80 €                | Pot de 500g           |                       |
| Miel Châtaigner 1kg<br><i>(Chartreuse -Hervé - pots en verre)</i>                   |          | 13,32 €            | 13,32 €                  |                  | 15,98 €               | Pot de 1kg            |                       |
| Miel Lavande 500g<br><i>(Chartreuse -Hervé - pots en verre)</i>                     |          | 8,77 €             | 8,77 €                   |                  | 10,52 €               | Pot de 500g           |                       |
| Miel Acacia 500g<br><i>Ain - Thomas (pots en plastique)</i>                         |          | 9,50 €             | 9,50 €                   |                  | 11,40 €               | Pot de 500g           |                       |
| Miel Tilleul 500g<br><i>(Ain - Thomas -pots en plastique)</i>                       |          | 8,45 €             | 8,45 €                   |                  | 9,30 €                | Pot de 500g           |                       |
| Miel Forêt 500g<br><i>(Ain - Thomas -pots en plastique)</i>                         |          | 8,45 €             | 8,45 €                   |                  | 9,30 €                | Pot de 500g           |                       |
| Compote de pommes sans sucres ajoutés <u>COUPELLE</u> <b>BIO</b><br><i>(Drôme)</i>  |          | 0,27 €             | 0,14 €                   | 0,24 €           | 0,30 €                | Pot de 100g           |                       |
| Compote de pommes sans sucres ajoutés <u>GOURDE</u> <b>BIO</b><br><i>(Drôme)</i>    |          | 0,41 €             | 0,21 €                   | 0,37 €           | 0,45 €                | Gourde de 90g         |                       |
| Compote deux fruits - <u>COUPELLE</u> - goût aléatoire <b>BIO</b><br><i>(Drôme)</i> |          | 0,31 €             | 0,16 €                   | 0,28 €           | 0,34 €                | Pot de 100g           |                       |
| Purée de tomate <b>BIO</b><br><i>(Italie)</i>                                       |          | 1,83 €             | 0,92 €                   | 1,65 €           | 2,01 €                | Pot de 500ml          |                       |
| Café Dagobert Arabica - 1kg <b>BIO</b><br><i>(Torréfié dans l'Ain )</i>             |          | 11,67 €            | 5,84 €                   | 10,50 €          | 12,84 €               | Paquet de 1kg         |                       |
| Café Dagobert Arabica - 250g <b>BIO</b><br><i>(Torréfié dans l'Ain)</i>             |          | 3,20 €             | 1,60 €                   | 2,88 €           | 3,52 €                | Paquet de 250g        |                       |
| raisins secs <b>BIO</b><br><i>(Turquie)</i>                                         |          | 3,99 €             | 2,00 €                   | 3,59 €           | 4,39 €                | <u>Sachet de 100g</u> |                       |
| Thé noir earl grey - 100g <b>BIO</b><br><i>(Sri Lanka)</i>                          |          | 3,99 €             | 2,00 €                   | 3,59 €           | 4,39 €                | <u>Sachet de 100g</u> |                       |
| Cacao en poudre <b>/!\ 32 % de cacao</b> <b>BIO</b>                                 |          | 7,29 €             | 7,29 €                   |                  | 8,02 €                | Paquet de 800g        |                       |

| PRODUITS                                                                                                                                     | VRAC     | PRIX<br>PRODUCTEUR | PRIX<br>COUP DE<br>POUCE | PRIX<br>QUARTIER | PRIX HORS<br>QUARTIER | POUR                                                                  | Quantité<br>commandée |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------|--------------------------|------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Jus de Pomme<br><i>(Isère)</i>                                                                                                               |          | 2,67 €             | 2,67 €                   |                  | 2,94 €                | Bouteille d'1L                                                        |                       |
| Jus de Pomme/Framboise<br><i>(Isère)</i>                                                                                                     |          | 2,71 €             | 2,71 €                   |                  | 2,98 €                | Bouteille d'1L                                                        |                       |
| Shampooing Douche - Miel (liquide) <b>BIO</b><br><i>(Occitanie, Gard)</i>                                                                    |          | 5,97 €             | 5,97 €                   |                  | 6,57 €                | Bouteille d'1L                                                        |                       |
| Shampooing Douche - Aloe Vera (liquide) <b>BIO</b><br><i>(Occitanie, Gard)</i>                                                               |          | 5,97 €             | 5,97 €                   |                  | 6,57 €                | Bouteille d'1L                                                        |                       |
| Lait corporel - Beurre de Karité <b>BIO</b>                                                                                                  |          | 7,22 €             | 7,22 €                   |                  | 8,66 €                | Flacon de 500 mL                                                      |                       |
| Beurre de Karité OKA <b>BIO</b><br><i>(République de Guinée, Togo)</i>                                                                       |          | 9,34 €             | 9,34 €                   |                  | 10,27 €               | Pot 100 g                                                             |                       |
| Déodorant solide argile - aloé vera <b>BIO</b><br><i>(Occitanie, Gard)</i>                                                                   |          | 3,95 €             | 3,95 €                   |                  | 4,35 €                | 36 g                                                                  |                       |
| Crème de jour Aloe Vera Marilou <b>BIO</b><br><i>(France)</i>                                                                                |          | 3,12 €             | 3,12 €                   |                  | 3,43 €                | Tube de 30ml                                                          |                       |
| Crème de jour Huile d'argan Marilou <b>BIO</b><br><i>(France)</i>                                                                            |          | 5,11 €             | 5,11 €                   |                  | 5,62 €                | Tube de 50ml                                                          |                       |
| Crème de nuit Marilou <b>BIO</b><br><i>(France)</i>                                                                                          |          | 3,12 €             | 3,12 €                   |                  | 3,43 €                | Tube de 30ml                                                          |                       |
| Liquide vaisselle <b>BIO</b><br><i>(Occitanie, Gard)</i> <b>5 L max</b>                                                                      | <b>V</b> | 1,97 €             | 1,97 €                   |                  | 2,17 €                | Litre                                                                 |                       |
| Lessive <b>BIO</b><br><i>(Occitanie, Gard)</i> <b>5 L max</b>                                                                                | <b>V</b> | 2,95 €             | 2,95 €                   |                  | 3,25 €                | Litre                                                                 |                       |
| Savon noir liquide <b>BIO</b><br><i>(Occitanie, Gard)</i>                                                                                    |          | 3,52 €             | 3,52 €                   |                  | 3,87 €                | Flacon de 1L                                                          |                       |
| Bicarbonate de soude technique <b>BIO</b><br><i>(Occitanie, Gard)</i>                                                                        |          | 7,96 €             | 7,96 €                   |                  | 8,76 €                | Paquet de 2Kg                                                         |                       |
| Kit accessoires "cosmétiques faits maison"                                                                                                   |          | 6,71 €             | 6,71 €                   |                  | 7,38 €                | Kit avec bêcher, entonnoir, fouet, spatule et liquipipettes           |                       |
| Bande dessinée "Sécurité sociale de l'alimentation, encore des patates"                                                                      |          | 1,84 €             | 1,84 €                   |                  | 2,02 €                | Livre                                                                 |                       |
| Livre de recettes VRAC "Restes d'Enfance"                                                                                                    |          | 18,00 €            | 18,00 €                  |                  | 19,80 €               | Livre                                                                 |                       |
| Livre "Ensemble pour mieux se nourrir"                                                                                                       |          | 13,50 €            | 13,50 €                  |                  | 14,85 €               | Livre                                                                 |                       |
| Culotte menstruelle détachable" Anaé" - flux abondant (tailles 36,38,40,42,44) <b>Cotton BIO</b><br><i>(Portugal)</i>                        |          | 14,73 €            | 14,73 €                  |                  | 16,20 €               | pièce                                                                 |                       |
| Jeu de société Opla : Naéco<br><i>(Rhône-Alpes)</i>                                                                                          |          | 7,92 €             | 7,92 €                   |                  | 8,71 €                | Jeu                                                                   |                       |
| Jeu de société Opla : In Extremis<br><i>(Rhône-Alpes)</i>                                                                                    |          | 12,72 €            | 12,72 €                  |                  | 13,99 €               | Jeu                                                                   |                       |
|                                                                                                                                              |          |                    |                          |                  |                       | <b>SOUS-TOTAL</b>                                                     |                       |
| Les produits annotés du signe « <b>V</b> » sont vendus en vrac et nécessitent donc d' <b>apporter des contenants</b> lors des distributions. |          |                    |                          |                  |                       | * +10% si habitant hors quartier (remplir la case "Quartier oui/non") |                       |

| PRODUITS                                                                                                                                                                                                                                                               | VRAC | PRIX<br>PRODUCTEUR | PRIX<br>COUP DE<br>POUCE | PRIX<br>QUARTIER | PRIX HORS<br>QUARTIER | POUR          | Quantité<br>commandée |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------|--------------------------|------------------|-----------------------|---------------|-----------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |                    |                          |                  |                       | Montant TOTAL |                       |
| <p><b>ADHÉSIONS :</b><br/>Les adhésions sont annuelles.<br/>Une cotisation vous sera demandée lors<br/>de votre première distribution.<br/><b>Tarif "quartier" et "coup de pouce" :</b> à partir d'1 euros<br/><b>Tarif "hors quartier" :</b> à partir de 20 euros</p> |      |                    |                          |                  |                       |               |                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |                    |                          |                  |                       |               |                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |                    |                          |                  |                       |               |                       |