

**Cher-e-s adhérent.e.s,** Ce mois ci, de nouveaux produits arrivent au catalogue : Couscous, Riz et abricots secs. On change les Noix de Cajou et les amandes. On est en rupture de chocolat et les dattes ne sont pas encore disponible chez nos partenaires. Et comme tous les mois, on a les légumes de saisons et les pommes font leur retour.

**Attention, fermeture des commandes le jeudi 31 octobre à minuit !**

**Tarif  
jaune**

Quartiers prioritaires, locataires HLM, étudiants, petits revenus

**Tarif  
Rouge**

Habitants hors quartiers prioritaires, foyers imposables

### Produits et Fournisseurs

Pâtes Fusilli&Penne, BIO Blanche et semi complète - Italie | ACTIBIO

Lentilles Vertes BIO en VRAC - France (Gironde) | DURU

Lentilles Corail BIO en VRAC - Turquie | BASE ORGANIC FOOD

Pois Chiches BIO en VRAC - France (Gironde) | DURU

Pois Cassés en VRAC - France (Gironde) | DURU **Quantité limitée**

Riz long semi complet bio - Italie | ACTIBIO **NEW!**

Couscous semi complet bio - UE | ACTIBIO **NEW!**

Farine BIO T65 - France (Ile-de-France) | MOULINS DE VERSAILLES

Gros Sel de Noirmoutier en VRAC - Vendée | THIERRY GALLAIS

Sucre Blond de Canne BIO - Colombie | ACTIBIO

Miel de printemps - France (Oise) | FERME DU BOIS BOURDON

Miel de Tilleul - France (Oise) | FERME DU BOIS BOURDON

Abricots secs séchés BIO - Turquie | ACTIBIO **NEW!**

Amandes BIO entières - Espagne | ACTIBIO **NEW!**

Amandes BIO en poudre - Italie | ACTIBIO

Noix de Cajou - Vietnam | BASE ORGANIC FOOD **NEW!**

Figues Calabacita BIO - Espagne | AGROSOURCING

Figues Plates Lerida BIO - Turquie | BASE ORGANIC FOOD

Pruneaux D'Agen - France (Lot-et-Garonne) | BASE ORGANIC FOOD

Dattes Branchées bio Deglet Nour - Tunisie | BASE **Réassort en décembre**

Dattes Mejoul bio - Palestine | SOLIVR **Réassort en décembre**

Prix  
coûtant

-10%

+10%

1,90€ / Kg

1,71€ / Kg

2,09€ / Kg

3,20€ / Kg

2,88€ / Kg

3,52€ / Kg

2,43€ / Kg

2,19€ / Kg

2,67€ / Kg

2,50€ / Kg

2,25 / Kg

2,75€ / Kg

2,40€ / Kg

2,16€ / Kg

2,64€ / Kg

3,76 € / Kg

3,38 € / Kg

4,13 € / Kg

2,10 € / Kg

1,89 € / Kg

2,08 € / Kg

1,23€ / Kg

1,11€ / Kg

1,35€ / Kg

1€ / Kg

0,90€ / Kg

1,10€ / Kg

1,85€ / Kg

1,66€ / Kg

2,03€ / Kg

5,80€ / 500g

5,22€ / 500g

6,38€ / 500g

7,91€ / 500g

7,12€ / 500g

8,70€ / 500g

11,74€ / Kg

10,56€ / Kg

12,91 € / Kg

9,10€ / Kg

8,20€ / Kg

10€ / Kg

9,60 € / Kg

8,64€ / Kg

10,56€ / Kg

10 € / Kg

9€ / Kg

11€ / Kg

7,94€ / Kg

7,15€ / Kg

8,73€ / Kg

11,55€ / Kg

10,40€ / Kg

12,71€ / Kg

8,84€ / Kg

7,96€ / Kg

9,72€ / Kg

4,18€ / Kg

3,76€ / Kg

4,60€ / Kg

12,50 € / Kg

11,25 € / Kg

13,75 € / Kg

### Tarif jaune Tarif Rouge

Quartiers prioritaires,  
locataires HLM,  
étudiants, petits  
revenus

Habitants hors  
quartiers prioritaires,  
foyers imposables

### Produits et Fournisseurs

Jus de pommes BIO 1L - France (Normandie)   FERME LA SALPINIERE
Café MOULU BIO 500g - Amérique du Sud & Asie   CAFE MICHEL
Café Grain VRAC expresso BIO - Amérique du Sud&Asie   CAFE MICHEL
Huile d'Olive BIO vierge extra - Tunisie - En bidon 3L   MEDITERROIR
PASSATA de Tomate BIO pot 700grs - Italie (Pouilles)   GRANORO
Lessive ECOCERT - France (Gard)   LABORATOIRE GRAVIER
Liquide Vaisselle ECOCERT - France   LABORATOIRE GRAVIER
Oignons Jaunes - France   COOP BIO IDF FEYLER Benoît
Carottes bio - Ile de France   COOP BIO IDF FABIEN LEGENDRE
Pommes de Terre chair ferme Goldmarie bio - Ile de France   COOP BIO IDF
Navets jaunes et violets bio - France (Oise)   FERME DU BOIS BOURDON
Pommes rouge type GALA HVE - Ezanville (Val d'Oise)   FERME PLAINE DE VIE

Prix  
côutant

-10%

+10%

2,75€ / L	2,48€ / L	3,03€ / L
6,50€ / 500g	5,85€ / 500g	7,15€ / 500g
6,45€ / 500g	5,80€ / 500g	7,1€ / 500g
10,76€ / L	9,68€ / L	11,84€ / L
1,70€ / 700g	1,55€ / 700g	1,88€ / 700g
2,58€ / L		
1,82€ / L		
2,42€ / Kg	2,18€ / Kg	2,66€ / Kg
1,95 € / Kg	1,75 € / Kg	2,14 € / Kg
1,35€ / Kg	1,20€ / Kg	1,50€ / Kg
2€ / Kg	1,80 € / Kg	2,20 € / Kg
2€ / Kg	1,80 € / Kg	2,20 € / Kg

### VRAC, comment ça marche ?

VRAC vous propose de bien manger sans vous ruiner ! Découvrez les groupements d'achats solidaires dans votre quartier.

1- Contactez Sandrine au 06 52 68 24 30 pour choisir votre adhésion (à partir d' 1€ l'année) et vous inscrire

2- Rendez-vous sur le site [epicerie.vrac-asso.org](http://epicerie.vrac-asso.org) pour commander vos produits et connaître les dates de vos épiceries

Pour plus d'information :

[www.seine-ouest.vrac-asso.org](http://www.seine-ouest.vrac-asso.org)

Sandrine : 06 52 68 24 30 - sandrine-seineouest@vrac-asso.org