

Surfaces de cultures estimées pour 1 famille de 4 personnes

Légume	Consommation annuelle moyenne famille 4 personnes	Rendements moyens au m2	Surface de culture estimée	Quantité de semences pour 1 m2	Quantité de semences nécessaires	Nombre de plants
Base de calcul	CF	R	$S=CF/R$	N	$Q=S \times N$	
Ail	6 kg	0,700 kg	8,57 m2	100 g	857 g	
Aubergine (abri)	7 kg	8 kg	0,875 m2	0,04 g	0,035 g	5 à 10 plants
Betterave	18 kg	4 kg	4,5 m2	0,08 g	0,36 g	
Blette	16 kg	3 kg	5,33 m2	0,075 g	0,4 g	
Carotte	52 kg	5 kg	10,4 m2	0,30 g	3,12 g	
Céleri-branche	6 kg	3 kg	2 m2	0,015 g	0,03 g	
Céleri-rave	10 kg	10 kg	1 m2	0,02 g	0,02 g	
Chicorée	26 pièces	8 pièces	3,25 m2	0,01 g	0,032 g	
Chou pommé	40 kg	7 kg	5,71 m2	0,035 g	0,2 g	
Chou-fleur	16 kg	1,50 kg	10,66 m2	0,01 g	0,1 g	
Chou de Bruxelles	10 kg	1,50 kg	6,66 m2	0,01 g	0,06 g	
Concombre	15 kg	2 kg	7,5 m2	0,05 g	0,375 g	5 à 15 plants
Courge	60 kg	4 kg	15 m2	0,15 g	2,25 g	5 à 15 plants
Courgette	20 kg	4 kg	5 m2	0,20 g	1 g	3 à 5 plants
Échalote	5 kg	1,50 kg	3,33 m2	100 g	333 g	
Épinard	12 kg	2 kg	2 m2	0,50 g	1 g	
Fenouil	6 kg	2 kg	3 m2	0,35 g	1 g	
Fève	12 kg	3 kg	4 m2	20 g	80 g	
Haricot vert	18 kg	1,50 kg	12 m2	20 g	240 g	
Laitue	150 pièces	10 pièces	15 m2	0,05 g	0,75	
Mâche	8 kg	0,50 kg	16 m2	0,80 g	12,8 g	
Melon	12 kg	3 kg	4 m2	0,05 g	0,2 g	5 à 10 plants
Navet	16 kg	2 kg	8 m2	0,25 g	2 g	
Oignon (semis)	42 kg	3 kg	14 m2	0,50 g	7 g	
Oignon (bulbilles)	42 kg	3 kg	14 m2	100 g	1,4 kg	
Poireau	26 kg	2,50 kg	10,4 m2	0,50 g	5,2 g	
Pois	9 kg	1 kg	9 m2	20 g	180 g	
Poivron (abri)	6 kg	5 kg	1,2 m2	0,03 g	0,04	5 à 10 plants
Pommes de terre	96 kg	2,50 kg	38,4 m2	250	9,6 kg	
Radis	50 bottes	7 bottes	7,14 m2	5 g	35,7 g	
Radis d'hiver	5 kg	4 kg	1,25 m2	0,1 g	0,13	
Tomate (abri)	24 kg	10 kg	2,4 m2	0,015 g	0,036 g	5 à 30 plants