MENU BIO DES STRUCTURES PETITE ENFANCE DU19 AU 23 MAI 2025

Menu élaboré en collaboration avec Lucie ROBIN, diététicienne-nutritionniste.

CUISINE CENTRALE DE BEGLES
Rue Charles Lamoureux 33130 BEGLES

Origines des viandes sauf contre indication

« Les repas de la cuisine centrale sont fabriqués dans des ateliers où sont potentiellement présents tous les allergènes majeurs au titre du règlement n°1169/2011 concernant l'information du consommateur sur les denrées alimentaires (Céréales contenant du gluten, Crustacés, Œufs, Poissons, Arachides, Soja, Lait, Fruits à coques, Céleri, Moutarde, Graines de sésame, Anhydride sulfureux et sulfites, Lupin, Mollusques) et pour lesquels il n'est pas possible de maîtriser le risque de contamination fortuite. Néanmoins, concernant les ingrédients connus comme contenant des allergènes majeurs et introduits volontairement dans la recette du produit, l'information est disponible selon le numéro inscrit à droite du plat et sa légende présentée plus haut ou sur simple appel au 05.56.49.19.50 (6h30 / 15h00) ou courriel cuisine@mairie-begles.fr. De plus, chaque enfant allergique doit être inclus dans un Projet d'Accueil Individualisé transmis à la Cuisine Centrale par le Service Petite Enfance. »

Allergènes pouvant être présents :
1 : Gluten, 2 : Crustacés, 3 : Œuf, 4 : Poisson, 5 : Arachide, 6 : Soja, 7 : Lait, 8 : Fruits à coque, 9 : Céleri, 10 : Moutarde, 11 : Sésame, 12 : Sulfites, 13 : Lupin, 14 : Mollusques

	MENU 1		MENU 2		MENU 3	
	5 à 12 mois		*12 à 18 mois*		*18 à 36 mois*	
LUNDI					Radis beurre	7
	Bœuf nature		Bœuf bolognaise	9	Bœuf bolognaise	9
	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Bolognaise végé	6 9	Bolognaise végé	6 9
			Carottes rondelles		Carottes rondelles	
			Coquillettes	1	Coquillettes	1
	Purée pomme de terre					
	Purée de carottes					
	Purée de courges					
			Kiri	7	Kiri	7
	Compote maison pommes		Compote maison pommes		Compote maison pommes	
			Pomme		Pomme	
	Palet breton	1 3 7	Palet breton	1 3 7	Palet breton	1 3 7
	Fromage blanc nature	7	Fromage blanc nature	7	Fromage blanc nature	7
					Sirop agave	
MARDI					Concombres vinaigrette	10 12
	Blanc de poulet nature	10	Sauté de poulet à la moutarde	10	Sauté de poulet à la moutarde	10
	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Sauté de seitan à la moutarde	1 10	Sauté de seitan à la moutarde	1 10
			Haricots plats cuisinés		Haricots plats cuisinés	
			Semoule	1	Semoule	1
	Purée pomme de terre					
	Purée de carottes					
	Purée de haricots plats					
			Carré frais	7	Carré frais	7
	Compote maison poires		Compote maison poires		Compote maison poires	
			Fraises		Fraises	
	Boudoir	1 3 7	Boudoir	1 3 7	Boudoir	1 3 7
	Yaourt nature	7				
			Yaourt aromatisé	7	Yaourt aromatisé	7
MERCREDI					Salade verte vinaigrette	10 12
	Jambon blanc*		Rougail saucisse*	9	Rougail saucisse*	9
	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Rougail saucisse végé	6 9	Rougail saucisse végé	6 9
		7	Gratin de brocolis	7	Gratin de brocolis	7
			Riz blanc		Riz blanc	
	Purée pomme de terre					
	Purée de carottes					
	Purée de brocolis					
			Saint Nectaire	7	Saint Nectaire	7
	Compote maison kiwis		Compote maison kiwis		Compote maison kiwis	
			Banane		Banane	
	Petit beurre	1 3 7	Petit beurre	1 3 7	Petit beurre	1 3 7
			Crème vanille	7	Crème vanille	7
	Yaourt nature	7				
JEUDI					Oeuf dur mayo	3 10 12
			Filet de truite en sauce	2 4 7 14	Filet de truite en sauce	2 4 7 14
	Filet de truite vapeur	2 4 14				
			Curry de courgettes		Curry de courgettes	
			Quinoa		Quinoa	
	Purée pomme de terre					
	Purée de carottes					
	Purée de courgettes					
			Gouda	7	Gouda	7
	Compote maison abricots		Compote maison abricots		Compote maison abricots	
			Banane		Banane	
	Boudoir	1 3 7	Boudoir	1 3 7	Boudoir	1 3 7
	Fromage blanc nature	7	Fromage blanc nature	7	Fromage blanc nature	7
					Confiture de fraises	
VENDREDI					Salade de tomates	10 12
			Filet de poisson sauce beurre blanc	2 4 7 14	Filet de poisson sauce beurre blanc	2 4 7 14
	Filet de poisson vapeur	2 4 14				
			Fondue de poireaux	7	Fondue de poireaux	7
			Pomme de terre vapeur		Pomme de terre vapeur	
	Purée pomme de terre					
	Purée de carottes					
	Purée de poireaux					
			Bûche de chèvre	7	Bûche de chèvre	7
	Compote maison abricots		Compote maison abricots		Compote maison abricots	
			Melon		Melon	
	Pain	1				
			Semoule au lait maison	1 7	Semoule au lait maison	1 7
	Petit suisse nature	7				