

# MENU BIO DES STRUCTURES PETITE ENFANCE DU 07 AU 11 JUILLET 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 coque, Cèleri, Moutarde, Graines de sésame, Amygdale sulfurée et sulfites, Lupin, Mollusques) et pour lesquels il n'est pas possible de maîtriser le risque de contamination fortuite. Néanmoins, concernant les ingrédients présentés 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 : Cèleri, 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	
<b>LUNDI</b>	Œuf dur	3	Œuf dur	3	Gaspacho de tomate Œuf dur	9 3
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de patates douces		Crudités BIO Taboulé BIO	10 12 1	Crudités BIO Taboulé BIO	10 12 1
	Compote de pommes BIO		Fromage comté BIO Compote de pommes BIO	7	Fromage comté BIO Compote de pommes BIO	7
	Pain et petit suisse nature	7	Banane Crème vanille	7	Banane Crème vanille	7
			Barre de chocolat	6	Barre de chocolat	6
<b>MARDI</b>	Blanc de poulet nature Filet de poisson vapeur	2 4 14	Brochette de poulet à l'oriental Filet de poisson sauce oriental Haricots verts Pomme de terre vapeur	2 4 14	Pastèque Brochette de poulet à l'oriental Filet de poisson sauce oriental Haricots verts Pomme de terre vapeur	2 4 14
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée haricots verts		Fromage edam BIO Compote de abricots BIO	7	Fromage edam BIO Compote de abricots BIO	7
	Compote de abricots BIO		Pomme Fromage blanc nature Sirop d'agave Céréales	7 1 3 7	Pomme Fromage blanc nature Sirop d'agave Céréales	7 1 3 7
	Fromage blanc nature Céréales	7 1 3 7				
<b>MERCREDI</b>	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Potée de lentilles Moussaka Riz	9	Maïs Potée de lentilles Moussaka Riz	9
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée aubergines		Fromage gouda BIO Compote de bananes BIO	7	Fromage gouda BIO Compote de bananes BIO	7
	Compote de bananes BIO		Abricots Petit suisse aromatisé	7	Abricots Petit suisse aromatisé	7
	Petit suisse nature	7	Brioche	1 3 7	Brioche	1 3 7
<b>JEUDI</b>	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Filet de poisson en sauce	2 4 14	Concombre Filet de poisson en sauce	7 2 4 14
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de courgettes	1	Ratatouille Gnocchis	1	Ratatouille Gnocchis	1
	Compote de pêches BIO		Fromage croc lait BIO Compote de pêches BIO	7	Fromage croc lait BIO Compote de pêches BIO	7
	Petit suisse nature	7	Prune Semoule au lait	1 7	Prune Semoule au lait	1 7
<b>VENDREDI</b>	Sauté de bœuf nature Filet de poisson vapeur	2 4 14	Sauté de bœuf à la toamte Haricots rouges à la mexicaine BIO Tomate provençale Ecrasée de pommes de terre	9	Melon Sauté de bœuf à la toamte Haricots rouges à la mexicaine BIO Tomate provençale Ecrasée de pommes de terre	9
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de panais	7	Fromage saint nectaire BIO Compote de pruneaux BIO	7	Fromage saint nectaire BIO Compote de pruneaux BIO	7
	Compote de pruneaux BIO		Fraises Yaourt nature Pain Pâte à tartiner	7 1 1 6	Fraises Yaourt nature Pain Pâte à tartiner	7 1 1 6
	Yaourt nature Pain	7 1				