

MENU BIO DES STRUCTURES PETITE ENFANCE DU 14 AU 18 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, 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 : 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		
L U N D I								
M A R D I	Emincé de porc nature Filet de poisson vapeur	2 4 14	Emincé de porc à la moutarde Emincé de seitan à la moutarde Ratatouille Semoule	7 10 10	Gaspacho de tomate Emincé de porc à la moutarde Emincé de seitan à la moutarde Ratatouille Semoule	7 10 10		
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée d'aubergines Compote de pommes		Fromage vache qui rit Compote de pommes	7	Fromage vache qui rit Compote de pommes	7		
	Petit suisse nature Pain	7 1	Fraises Petit suisse nature Tarte aux pommes	7 1 3 7	Fraises Petit suisse nature Tarte aux pommes	7 1 3 7		
M E R C R E D I	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Filet de poisson meunière Gratin de courgettes Riz	2 4 7 14	Tomates vinaigrette Filet de poisson meunière Gratin de courgettes Riz	10 12 2 4 7 14		
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de courgettes Compote d'abricots		Fromage kiri Compote d'abricots	7	Fromage kiri Compote d'abricots	7		
	Yaourt nature Palet breton	7 1 3 7	Banane Yaourt à la vanille Palet breton	7 1 3 7	Banane Yaourt à la vanille Palet breton	7 1 3 7		
REPAS FROID								
J E U D I	Emincé de poulet froid Oeuf dur	3	Emincé de poulet froid Oeuf dur Salade de pâtes et crudités	3 1 10 12	Carottes râpées vinaigrette Emincé de poulet froid Oeuf dur Salade de pâtes et crudités	10 12 3 1 10 12		
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de patates douces Compote de bananes		Fromage edam Compote de bananes	7	Fromage edam Compote de bananes	7		
	Yaourt nature Petit beurre	7 1 3 7	Pomme Yaourt aromatisé Petit beurre	7 1 3 7	Pomme Yaourt aromatisé Petit beurre	7 1 3 7		
V E N D R E D I	Filet de saumon vapeur	2 4 14	Filet de saumon en sauce Haricots verts Pomme de terre vapeur	2 4 7 14	Salade antillaise BIO (salade, ananas, fromage) Filet de saumon en sauce Haricots verts Pomme de terre vapeur	7 10 12 2 4 7 14		
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée haricots verts Compote de pruneaux	7	Fromage carre frais Compote de pruneaux	7	Fromage carre frais Compote de pruneaux	7		
	Biscuit boudoir Fromage blanc nature	1 3 7 7	Coupelle de fruits Biscuit boudoir Fromage blanc nature Miel	1 3 7 7	Coupelle de fruits Biscuit boudoir Fromage blanc nature Miel	1 3 7 7		