

MENU BIO DES STRUCTURES PETITE ENFANCE DU 25 AU 29 AOUT 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 sulfurique et sulfites, Lupin, Mollusques) et pour lesquels il n'est pas possible de maîtriser le risque de contamination fortuite. Néanmoins, concernant les ingrédients contenus 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	Jambon* blanc Filet de poisson vapeur	2 4 14	Jambon* blanc Saucisse veggie Haricots verts sautés Pommes de terre vapeur	19	Maïs nature Jambon* blanc Saucisse veggie Haricots verts sautés Pommes de terre vapeur	19
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de haricots verts Compote de pommes		Fromage gouda BIO Compote de pommes	7	Fromage gouda BIO Compote de pommes	7
	Palet breton Fromage blanc nature	1 3 7 7	Brugnon Palet breton Fromage blanc nature	1 3 7 7	Brugnon Palet breton Fromage blanc nature Sirop d'agave	1 3 7 7
M A R D I	Filet de poisson vapeur	1 3 7 2 4 14	Quiche ronde aux 3 fromage Salade verte et vinaigrette	1 3 7 10 12	Pastèque Quiche ronde aux 3 fromage Salade verte et vinaigrette	1 3 7 10 12
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de patate douce Compote de brugnons		Fromage kiri BIO Compote de brugnons	7	Fromage kiri BIO Compote de brugnons	7
	Boudoir Yaourt nature	1 3 7 7	Pomme Boudoir Yaourt nature	1 3 7 7	Pomme Boudoir Yaourt aromatisé	1 3 7 7
M E R C R E D I	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Filet de poisson en sauce Epinards à la crème Riz blanc	2 4 7 14 7	Betteraves vinaigrette Filet de poisson en sauce Epinards à la crème Riz blanc	10 12 2 4 7 14 7
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée épinards Compote de pommes		Fromage babybel BIO Compote de pommes	7	Fromage babybel BIO Compote de pommes	7
	Petit beurre Petit suisse nature	1 3 7 7	Banane Petit beurre Petit suisse nature	1 3 7 7	Banane Petit beurre Petit suisse nature Miel	1 3 7 7
J E U D I	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Tortillini lentilles vertes Ratatouille	1 3 7	Tomates vinaigrette Tortillini lentilles vertes Ratatouille	10 12 1 3 7
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée d'aubergines Compote de bananes		Fromage emmental BIO Compote de bananes	7	Fromage emmental BIO Compote de bananes	7
	Boudoir Fromage blanc nature	1 3 7 7	Abricots Boudoir Fromage blanc nature	1 3 7 7	Abricots Boudoir Fromage blanc nature Confiture de fraises	1 3 7 7
V E N D R E D I	Filet de truite vapeur	2 4 14	Filet de truite vapeur Poêlée de courgettes Semoule	2 4 14 1	Melon Filet de truite vapeur Poêlée de courgettes Semoule	2 4 14 1
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de courgettes Compote d'abricots		Fromage edam BIO Compote d'abricots	7	Fromage edam BIO Compote d'abricots	7
	Palet breton Yaourt nature	1 3 7 7	Coupelle de fruits Palet breton Yaourt nature	1 3 7 7	Coupelle de fruits Palet breton Yaourt aromatisé	1 3 7 7