

MENU BIO DES STRUCTURES PETITE ENFANCE DU 22 AU 26 SEPTEMBRE 2025



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

CUISINE CENTRALE DE BEGLÈS
Rue Charles Lamoureux 33130 BEGLÈS



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 concernés 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 soignée présentée plus haut ou sur simple appel au 05.56.49.19.50 (6h30 / 15h00) ou courriel cuisine@maire-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 dédéré Filet de poisson vapeur | 2 4 14 | | Saucisse* de porc Saucisse veggie Ecrasé de patates douces BIO Lentilles tomatées BIO | 9 7 | | Gaspacho de tomates BIO Saucisse* de porc Saucisse veggie Ecrasé de patates douces BIO Lentilles tomatées BIO | 9 7 | |
| | | Purée pomme de terre BIO Purée de carottes BIO Purée de patates douces BIO | | | Fromage saint nectaire BIO Compote de pomme BIO maison | 7 | | Fromage saint nectaire BIO Compote de pomme BIO maison | 7 | |
| | | Yaourt nature BIO | 7 | | Pomme BIO Yaourt nature BIO | 7 | | Pomme BIO Yaourt nature BIO Confitures de fraises BIO | 7 | |
| | | Galettes bretonnes BIO | 1 3 7 | | Galettes bretonnes BIO | 1 3 7 | | Galettes bretonnes BIO | 1 3 7 | |
| M A R D I | | Filet de truite vapeur | 2 4 14 | | Filet de poisson sauce curry Poêlée de courgettes BIO Quinoa gourmand BIO | 2 4 7 9 14 | | Salade de maïs BIO Filet de poisson sauce curry Poêlée de courgettes BIO Quinoa gourmand BIO | 10 12 2 4 7 9 14 | |
| | | Purée pomme de terre BIO Purée de carottes BIO Purée de courgettes BIO | | | Fromage babybel BIO Compote pommes bananes BIO maison | 7 | | Fromage babybel BIO Compote pommes bananes BIO maison | 7 | |
| | | Fromage blanc nature | | | Melon BIO Fromage blanc nature | 7 | | Melon BIO Fromage blanc nature Sucre BIO | 7 | |
| | | Palet Breton | 1 3 7 | | Palet Breton | 1 3 7 | | Palet Breton | 1 3 7 | |
| M E R C R E D I | | Œuf dur BIO | 3 | | Quennelles BIO sauce tomate Ratatouille BIO Riz blanc BIO | 1 3 7 9 | | Cake cheddar poireaux maison BIO Quennelles BIO sauce tomate Ratatouille BIO Riz blanc BIO | 1 3 7 9 | |
| | | Purée pomme de terre BIO Purée de carottes BIO Purée d'aubergines BIO | | | Fromage edam BIO Compote de poire BIO maison | 7 | | Fromage edam BIO Compote de poire BIO maison | 7 | |
| | | Petit suisse nature | | | Figues BIO Petit suisse nature | 7 | | Figues BIO Petit suisse nature Tarte fraises Rhubarbe | 7 1 3 7 | |
| | | Pain BIO | 1 | | Pain BIO | 1 | | Pain BIO | 1 | |
| J E U D I | | Haché de bœuf nature Filet de poisson vapeur | 2 4 14 | | Hachis parmentier bœuf BIO Parmentier carottes/lentilles et pdt BIO Salade verte BIO vinaigrette | 1 7 9 1 4 7 9 14 10 12 | | Salade de tomates BIO basilic Hachis parmentier bœuf BIO Parmentier carottes/lentilles et pdt BIO Salade verte BIO vinaigrette | 10 12 1 7 9 1 4 7 9 14 10 12 | |
| | | Purée pomme de terre BIO Purée de carottes BIO Purée de petit pois BIO | | | Fromage chaussee aux moines BIO Compote pommes pêches BIO maison | | | Fromage chaussee aux moines BIO Compote pommes pêches BIO maison | | |
| | | Yaourt nature BIO | | | Banane BIO Yaourt nature BIO Barre de chocolat BIO | 7 6 | | Banane BIO Yaourt nature BIO Barre de chocolat BIO | 7 6 | |
| | | Pain BIO | 1 | | Pain BIO | 1 | | Pain BIO | 1 | |
| V E N D R E D I | | Blanc de poulet nature Filet de poisson vapeur | 2 4 14 | | Nuggets de poulet sauce tartare Nuggets végétaux sauce tartare Haricots verts BIO persillés Pâtes coquillettes BIO | 1 7 9 1 9 1 | | Salade de carottes râpées BIO Nuggets de poulet sauce tartare Nuggets végétaux sauce tartare Haricots verts BIO persillés Pâtes coquillettes BIO | 10 12 1 7 9 1 9 1 | |
| | | Purée pomme de terre BIO Purée de carottes BIO Purée d'haricots verts BIO | | | Fromage kiri BIO Compote pommes fraises BIO maison | 7 | | Fromage kiri BIO Compote pommes fraises BIO maison | 7 | |
| | | Boudoir BIO Petit suisse nature BIO | 1 3 7 7 | | Poire BIO Panacotta maison BIO coulis de fruits rouges Boudoir BIO | 1 3 7 1 3 7 | | Poire BIO Panacotta maison BIO coulis de fruits rouges Boudoir BIO | 1 3 7 1 3 7 | |