

# MENU BIO DES STRUCTURES PETITE ENFANCE DU 25 AU 29 MARS 2024



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	
<b>LUNDI</b>	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Filet de poisson meunière	2 4 14	Soupe de légumes Filet de poisson meunière	7 9 2 4 14
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de brocolis		Gratin de brocolis Riz blanc	7	Gratin de brocolis Riz blanc	7
	Compote maison		Fromage du Jour BIO Compote maison	7	Fromage du Jour BIO Compote maison	7
	Petit Gâteau BIO Fromage blanc nature	1 3 7 7	Coupelle de fruits Petit Gâteau BIO Fromage blanc nature	1 3 7 7	Coupelle de fruits Petit Gâteau BIO Fromage blanc nature Miel	1 3 7 7
<b>MARDI</b>	Bœuf nature Filet de poisson vapeur	2 4 14	Bœuf bolognaise Bolognaise végétal Purée de butternut Macaronis	9 6 1	Concombre à la crème Bœuf bolognaise Bolognaise végétal Purée de butternut Macaronis	7 10 12 9 6 1
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de butternut		Fromage du Jour BIO Compote maison	7	Fromage du Jour BIO Compote maison	7
	Compote maison		Fruit de saison BIO Petit Gâteau BIO Yaourt vanille	1 3 7 7	Fruit de saison BIO Petit Gâteau BIO Yaourt vanille	1 3 7 7
	Petit Gâteau BIO Yaourt nature	1 3 7 7				
<b>MERCREDI</b>	Blanc de poulet nature Filet de saumon vapeur	2 4 14	Cuisse de poulet Boulettes de lentilles Carottes petits pois		Tarte fine aux 2 fromages Cuisse de poulet Boulettes de lentilles Carottes petits pois	1 3 7
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de petits pois		Fromage du Jour BIO Compote maison	7	Fromage du Jour BIO Compote maison	7
	Compote maison		Fruit de saison BIO Petit Gâteau BIO Fromage blanc nature	1 3 7 7	Fruit de saison BIO Petit Gâteau BIO Fromage blanc nature Confiture	1 3 7 7
	Petit Gâteau BIO Fromage blanc nature	1 3 7 7				
<b>JEUDI</b>	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Filet de poisson en sauce Curry de légumes vert Semoule	2 4 7 14 1	Carottes râpées vinaigrette Filet de poisson en sauce Curry de légumes vert Semoule	10 12 2 4 7 14 1
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de courgettes		Fromage du Jour BIO Compote maison	7	Fromage du Jour BIO Compote maison	7
	Compote maison		Fruit de saison BIO Petit Gâteau BIO Yaourt aromatisé	1 3 7 7	Fruit de saison BIO Petit Gâteau BIO Yaourt aromatisé	1 3 7 7
	Petit Gâteau BIO Yaourt nature	1 3 7 7				
<b>VENDREDI</b>	Œuf cocotte	3	Omelette aux pommes de terre haricots vert persillés	3 7 3	Mais nature Omelette aux pommes de terre haricots vert persillés	3 7
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de haricots vert		Fromage du Jour BIO Compote maison	7	Fromage du Jour BIO Compote maison	7
	Compote maison		Fruit de saison BIO Petit Gâteau BIO	1 3 7	Fruit de saison BIO	
	Petit Gâteau BIO Petit suisse nature	1 3 7 7	Petit suisse nature	7	Riz au lait maison	7