

MENU BIO DES STRUCTURES PETITE ENFANCE DU 15 AU 19 AVRIL 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, céleri, 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 : Céleri 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	
LUNDI	Rôti de bœuf Filet de poisson vapeur	2 4 14	Rôti de bœuf Haricots rouges à la mexicaine Haricots verts persillés Semoule	10 12 6 1	Salade verte vinaigrette Rôti de bœuf Haricots rouges à la mexicaine Haricots verts persillés Semoule	10 12 6 1
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de haricots verts		Fromage du Jour BIO Compote maison	7	Fromage du Jour BIO Compote maison	7
	Pain	1	Fruit de saison BIO Pain	1	Fruit de saison BIO Pain	1
	Petit suisse	7	Pâte à tartiner Petit suisse	6 7 8 7	Pâte à tartiner Petit suisse	6 7 8 7
MARDI	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Axoia végété BIO Ecrasé de butternut Coquillettes	6 7 1	Oeuf dur mayo Axoia végété BIO Ecrasé de butternut Coquillettes	3 10 12 6 7 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
	Pain	1	Banane Barre de chocolat	6 7	Banane Barre de chocolat	6 7
	Fromage blanc nature	7	Fromage blanc vanille	7	Fromage blanc vanille	7
MERCREDI	Rôti de dinde nature Filet de poisson vapeur	2 4 14	Rôti de dinde au jus Filet de poisson en sauce Gratin de chou-fleur Curry de pois-chiches lait de coco	1 9 2 4 7 14 1 3 7	Avocat et chips Rôti de dinde au jus Filet de poisson en sauce Gratin de chou-fleur Curry de pois-chiches lait de coco	1 9 2 4 7 14 1 3 7
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de chou-fleur		Fromage du Jour BIO Compote maison	7	Fromage du Jour BIO Compote maison	7
	Biscuits Yaourt nature	1 3 7 7	Fruit de saison BIO Gâteau au yaourt maison Yaourt nature	1 3 7 7	Fruit de saison BIO Gâteau au yaourt maison Yaourt nature Miel	1 3 7 7
JEUDI	Jambon blanc* Filet de poisson vapeur	2 4 14	Saucisses* Rougail saucisses végété Lentilles Carottes rondelles	6	Concombre à la crème Saucisses* Rougail saucisses végété Lentilles Carottes rondelles	7 10 12 6
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de panais		Fromage du Jour BIO Compote maison	7	Fromage du Jour BIO Compote maison	7
	Brioche	1 3 7	Fruit de saison BIO Brioche	1 3 7	Fruit de saison BIO Brioche	1 3 7
	Petit suisse	7	Petit suisse	7	Confiture Petit suisse	7
VENDREDI	Filet de poisson vapeur	2 4 14	Filet de poisson meunière Poêlée de champignons Dalh de lentilles corail	1 2 3 4 7 14	Radis beurre Filet de poisson meunière Poêlée de champignons Dalh de lentilles corail	7 1 2 3 4 7 14 2 4 14
	Purée pomme de terre Purée de carottes Purée de patates douces		Fromage du Jour BIO Compote maison	7	Fromage du Jour BIO Compote maison	7
	Petit Gâteau BIO	1 3 7	Coupe de fruits		Coupe de fruits	
	Fromage blanc nature	7	Riz au lait maison	7	Riz au lait maison	7