



semaine du































lundi 28 février 2022

AU

dimanche 6 mars 2022

les plats colorés en cette couleur sont les plats d'un repas normal

Ces menus sont susceptibles de modifications en cas de difficultés particulières, notamment d'approvisionnement

| | LUNDI lundi 28 février 2022 | MARDI mardi 1 mars 2022 | MERCREDI mercredi 2 mars 2022 | JEUDI jeudi 3 mars 2022 | VENDREDI vendredi 4 mars 2022 | SAMEDI samedi 5 mars 2022 | DIMANCHE dimanche 6 mars 2022 |
|---|---|--|--|--|--|---|--|
| Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage *****  | Potage ***** | Potage ***** |
| Entrée sans potage | Salade Mais Tomates | Ouf Dur Mimosa | Jambon / Beurre | Saucisson A L'ail | Sardine Sur Lit De Salade | Choux Blanc En Salade | Terrine De Poisson |
| Entrée ***** | Salade De Lentilles *****  | Salade De Betteraves ***** | Coleswal En Salade *****  | Salade D'endives Aux Dés De Bleu Et D'emmental *****  | Quiche Lorraine *****  | Crêpe Aux Champignons *****  | Salade Verte Au Gésier *****  |
| Plat ***** | Poisson A La Provençale *****   | Foie De Veau Origine Union Européenne ***** | Steak Hache ***** | Pot Au Feu ***** | Saumon A L'oseille *****   | Crousti' fromage Emmental *****   | Sauté De Porc Sauce Au Cidre *****  |
| Accompagnement | Epinard | Tagliatelle   | Pommes Dauphine | Légumes Du Pot | Gratin De Choux Fleur | Carottes Persillées | Riz De Camargue  |
| Diabétique ***** | Ebly ***** | Carottes Persillées ***** | Fondue De Poireaux ***** | Légumes Du Pot ***** | Boulgour ***** | Coquilletto *****  | Gamiture De Céleri *****  |
| Fromage ***** | Edam ***** | Gouda ***** | Tomme Noire ***** | Emmental ***** | Brie ***** | Six De Savoie *****  | Saint Nectaire A.O.P *****  |
| Dessert | Mousse Au Café | Liégeois Chocolat | Clémentine | Crème Dessert Vanille | Banane | Mandarine | Chou Parfum Vanille |
|  |  |   |  |  |  |  |  |
| Origine France | Produit AOP | Agriculture Biologique | Produit Local | Pêche Durable | Indication Géographique Protégée | Label Rouge | Issue D'une Exploitation Haute Valeur |

SAMDO PORTAGE DE REPAS - 17 RUE DES CHÂTAIGNIERS - 30100 ALES - 04.66.30.32.32



Repas Végétarien



semaine du

lundi 7 mars 2022

AU

dimanche 13 mars 2022

les plats coloriés en cette couleur sont les plats d'un repas normal

Ces menus sont susceptibles de modifications en cas de difficultés particulières, notamment d'approvisionnement

| | LUNDI lundi 7 mars 2022 | MARDI mardi 8 mars 2022 | MERCREDI mercredi 9 mars 2022 | JEUDI jeudi 10 mars 2022 | VENDREDI vendredi 11 mars 2022 | SAMEDI samedi 12 mars 2022 | DIMANCHE dimanche 13 mars 2022 |
|---|---|---|--|--|---|--|---|
| Potage ***** | Potage *****  | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** |
| Entrée sans potage | Salade Verte | Salade De Tomates Aux Anchois | Feuilleté Croisillon Dubarry | Mortadelle De Porc Et Volaille Pistachée | Macédoine De Légumes Mayonnaise | Poireaux Vinaigrette En Salade | Taboulé |
| Entrée ***** | Fromage De Tête - Cornichons  | Salade Duo De Choux  | Jambon Cru / Beurres  | Carottes Râpées  | Œuf Dur Mimosa  | Salade De Lentilles  | Salade Verte Au Chèvre  |
| Plat ***** | Colin D'Alaska Sauce Hollandaise | Saucisse De Toulouse  | Cuisses De Poulet Rôtie  | Couscous Avec Légumes Frais ***** | Poisson Blanc A La Bordelaise  | Crêpe Aux Champignons ***** | Bœuf Bourguignon ***** |
| Accompagnement | Blettes Persillées | Lentilles Du Berry | Farfalle Au Beurre | Semoule | Epinard | Salsifis A La Crème | Flageolet |
| Diabétique ***** | Pommes Rôsti ***** | Navets Sautés ***** | Aubergines A La Tomate ***** | Légumes Du Couscous ***** | Ebly ***** | Pommes Dauphine ***** | Champignons Persillés ***** |
| Fromage ***** | Saint Paulin ***** | Bleu Douceur ***** | Camembert ***** | Emmental ***** | Tomme Blanche ***** | Petit Moulé Nature ***** | Comté A.O.P. ***** |
| Dessert | Clémentine | Flan Au Caramel | Poires | Pommes Cuites | Orange | Gros Kiwis | Eclair Chocolat |
| Origine France  | Produit AOP  | Agriculture Biologique  | Produit Local  | Pêche Durable  | Indication Géographique Protégée  | Label Rouge  | Issue D'une Exploitation Haute Valeur Environnementale  |

SAMDO PORTAGE DE REPAS - 17 RUE DES CHÂTAIGNIERS - 30100 ALES - 04.66.30.32.32





semaine du

lundi 14 mars 2022

AU

dimanche 20 mars 2022

les plats colorés en cette couleur sont les plats d'un repas normal

Ces menus sont susceptibles de modifications en cas de difficultés particulières, notamment d'approvisionnement

| | LUNDI lundi 14 mars 2022 | MARDI mardi 15 mars 2022 | MERCREDI mercredi 16 mars 2022 | JEUDI jeudi 17 mars 2022 | VENDREDI vendredi 18 mars 2022 | SAMEDI samedi 19 mars 2022 | DIMANCHE dimanche 20 mars 2022 |
|--------------------|--------------------------------|--|---------------------------------------|---|---|--|--|
| Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage |
| Entrée sans potage | Choux Rouge En Salade | Sardine Sur Lit De Salade | Œuf Dur Mimosa | Salade D'artichauts | Salade De Boulgour Aux Dés De Jambon Et De Tomate Fraiche | Mortadelle De Porc Et Volaille Pistachée | Terrine De Légumes |
| Entrée | Croque Monsieur | Salade D'endives Aux Dés De Jambon Et Dés D'emmental | Tarte Aux Poireaux | Salade De Frisées Aux Césiers | Cèleri Rémoulade | Carottes Râpées | Salade Verte A L'œuf Poché |
| Plat | Colin D'Alaska Sauce Au Citron | Boudin | Tortillas Aux Pommes De Terre/Oignons | Sauté De Dinde A La Crème Aux Champignons | Steak De Requin Au Curry | Lasagne Bolognaise | Choucroute Garnie |
| Accompagnement | Carottes Persillées | Purée | Haricots Verts | Riz De Camargue | Gratin De Choux Fleur | | Choux De La Choucroute |
| Diabétique | Boulogour | Gratin De Courgettes | Coquille | Poêlée Ardéchoise | Haricot Blanc | Cœur De Fenouil | Haricot Plat |
| Fromage | Edam | Gouda | Tomme Noire | Emmental | Brie | Fromage Fondu "Le Carré" | Cantal A.O.P. |
| Dessert | Clémentine | Yaourt Aromatisé | Gros Kiwis | Pommes Cuites | Gâteau De Semoule | Faiselle A La Crème De Marron | Tarte Flan Pâtissier |
| Origine France | Produit AOP | Agriculture Biologique | Produit Local | Pêche Durable | Indication Géographique Protégée | Label Rouge | Issue D'une Exploitation Haute Valeur Environnementale |

SAMDO PORTAGE DE REPAS - 17 RUE DES CHÂTAIGNIERS - 30100 ALES - 04.66.30.32.32



Repas Végétarien



semaine du

lundi 21 mars 2022

AU

dimanche 27 mars 2022

les plats colorés en cette couleur sont les plats d'un repas normal

Ces menus sont susceptibles de modifications en cas de difficultés particulières, notamment d'approvisionnement

| | LUNDI lundi 21 mars 2022 | MARDI mardi 22 mars 2022 | MERCREDI mercredi 23 mars 2022 | JEUDI jeudi 24 mars 2022 | VENDREDI vendredi 25 mars 2022 | SAMEDI samedi 26 mars 2022 | DIMANCHE dimanche 27 mars 2022 |
|---------------------|--------------------------------|---|---|-----------------------------------|---------------------------------------|--|--|
| Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** |
| Entrée sans potage | Taboulé | Cèleri Rémoulade | Sardine Sur Lit De Salade | Salade De Lentilles | Jambon Cru / Beurre | Crêpe Aux Champignons | Salade Verte |
| Entrée ***** | Salade De Museau ***** | Salade Haricot Rouge / Maïs ***** | Salade Verte Aux Croutons Olive Noire ***** | Salade D'endives Au Thon ***** | Salade D'ebly ***** | Salade De Pommes De Terre Haricot Vert ***** | Pate En Croute / Cornichons ***** |
| Plat ***** | Pané De Hoki ***** | Omelette Epinards Ricotta ***** | Cordon Bleu Origine Union Européenne ***** | Potée Au Chou Vert ***** | Colin D'Alaska Sauce Basilic ***** | Saucisse Toulouse ***** | Sauté De Dinde A La Moutarde A L'ancienne ***** |
| Accompagnement | Farfalle Sauce Pesto | Pommes Rissolées | Petit Pois | Choux De La Potée | Garniture De Céleri | Carottes Persillées | Semoule |
| Diabétique ***** | Champignons Persillés ***** | Haricot Au Beurre ***** | Salsifis A La Crème ***** | Spaghetti Au Beurre ***** | Pommes Rösti ***** | Riz De Camargue ***** | Flan De Potiron ***** |
| Fromage ***** | Saint Paulin ***** | Petit Moulé Nature ***** | Tomme Blanche ***** | Camembert ***** | Emmental ***** | Petit Moulé Aux Noix ***** | Saint Nectaire A.O.P. ***** |
| Dessert | Mandarine | Banane | Mandarine | Mousse Au Chocolat | Orange | Pommes | Mille-Feuille |
| Origine France | Produit AOP | Agriculture Biologique | Produit Local | Pêche Durable | Indication Géographique Protégée | Label Rouge | Issue D'une Exploitation Haute Valeur Environnementale |

SAMDO PORTAGE DE REPAS - 17 RUE DES CHÂTAIGNIERS - 30100 ALES - 04.66.30.32.32

Repas Végétarien



semaine du



lundi 28 mars 2022

AU

dimanche 3 avril 2022

les plats coloriés en cette couleur sont les plats d'un repas normal

Ces menus sont susceptibles de modifications en cas de difficultés particulières, notamment d'approvisionnement

| | LUNDI lundi 28 mars 2022 | MARDI mardi 29 mars 2022 | MERCREDI mercredi 30 mars 2022 | JEUDI jeudi 31 mars 2022 | VENDREDI vendredi 1 avril 2022 | SAMEDI samedi 2 avril 2022 | DIMANCHE dimanche 3 avril 2022 |
|----------------------------|--|--|--|---|--|---|--|
| Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** | Potage ***** |
| Entrée sans potage | Ouf Dur Mimosa | Carottes Râpées  | Salade Aux Coeurs De Palmier | Pate En Croute / Cornichons | Salade De Betteraves | Champignons A La Grec | Terrine De Légumes |
| Entrée ***** | Macédoine De Légumes Mayonnaise ***** | Sardine Sur Lit De Salade *****  | Cèleri Rémoulade *****  | Salade D'endives Aux Œufs Durs *****  | Friand A La Viande *****  | Salade De Pois Chiche *****  | Rilette / Cornichons *****  |
| Plat ***** | Rondo Tomate Pané Au Poisson Blanc ***** | Boulette De Viande A La Tomates ***** | Sauté De Poulet ***** | Cassoulet ***** | Filet De Colin Lieu Meunière Préfit ***** | Omelette Aux Champignons ***** | Cuisses De Canette ***** |
| Accompagnement | Choux De Bruxelles | Spaghetti | Purée | Haricots Secs Du Cassoulet | Blettes Sautées | Piperade  | Gratin Dauphinois |
| Diabétique ***** | Flageolet ***** | Salsifis Poêlés ***** | Cœur De Céleris ***** | Champignons Persillés ***** | Semoule ***** | Riz De Camargue *****  | Gratin De Brocolis *****  |
| Fromage ***** | Brebicrème ***** | Tomme Blanche ***** | Camembert ***** | Emmental ***** | Mimolette ***** | Bleu Douceur ***** | Cantal A.O.P. *****  |
| Dessert | Riz Au Lait Nappé Caramel  | Fromage Blanc A La Confiture   | Poires SAMDOR PORTAGE DE REPAS - 17 RUE DES CHÂTAIGNIERS - 30100 ALES - 04.66.30.32.32  | Orange  | Gros Kiwis  | Mousse Au Citron  | Coeur Coulant Au Chocolat Avec Sa Crème Anglaise  |
| Origine France | Produit AOP | Agriculture Biologique | Produit Local | Pêche Durable | Indication Géographique Protégée | Label Rouge | Issue D'une Exploitation Haute Valeur Environnementale |



Repas Végétarien



semaine du

lundi 4 avril 2022

AU

dimanche 10 avril 2022

les plats coloriés en cette couleur sont les plats d'un repas normal

Ces menus sont susceptibles de modifications en cas de difficultés particulières, notamment d'approvisionnement

| | LUNDI lundi 4 avril 2022 | MARDI mardi 5 avril 2022 | MERCREDI mercredi 6 avril 2022 | JEUDI jeudi 7 avril 2022 | VENDREDI vendredi 8 avril 2022 | SAMEDI samedi 9 avril 2022 | DIMANCHE dimanche 10 avril 2022 |
|--------------------|-----------------------------|--|-----------------------------------|--|-----------------------------------|-------------------------------|------------------------------------|
| Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage |
| Entrée sans potage | Salade Mais Tomates | Ouf Dur Mimosa | Jambon / Beurre | Saucisson A L'ail | Sardine Sur Lit De Salade | Choux Blanc En Salade | Terrine De Poisson |
| Entrée | Salade De Lentilles | Salade De Betteraves | Coleswal En Salade | Salade D'endives Aux Dés De Bleu Et D'emmental | Quiche Lorraine | Crêpe Aux Champignons | Salade Verte Au Gésier |
| Plat | Poisson A La Provençale | Foie De Veau Origine Union Européenne | Steak Hache | Pot Au Feu | Saumon A L'oseille | Crousti' fromage Emmental | Sauté De Porc Sauce Au Cidre |
| Accompagnement | Epinard | Tagliatelle | Pommes Dauphine | Légumes Du Pot | Gratin De Choux Fleur | Carottes Persillées | Riz De Camargue |
| Diabétique | Ebly | Carottes Persillées | Fondue De Poireaux | Légumes Du Pot | Boulogur | Coquillettes | Garniture De Céleri |
| Fromage | Edam | Gouda | Tomme Noire | Emmental | Brie | Six De Savoie | Saint Nectaire A.O.P |
| Dessert | Mousse Au Café | Liégeois Chocolat | Clémentine | Crème Dessert Vanille | Banane | Mandarine | Chou Parfum Vanille |

SAMDO PORTAGE DE REPAS - 17 RUE DES CHÂTAIGNIERS - 30100 ALES - 04.66.30.32.32

Origine France

Produit AOP

Agriculture Biologique

Produit Local

Pêche Durable

Indication Géographique Protégée

Label Rouge

Issue D'une Exploitation Haute Valeur



Repas Végétarien



semaine du

lundi 11 avril 2022

AU

dimanche 17 avril 2022

les plats coloriés en cette couleur sont les plats d'un repas normal

Ces menus sont susceptibles de modifications en cas de difficultés particulières, notamment d'approvisionnement

| | LUNDI lundi 11 avril 2022 | MARDI mardi 12 avril 2022 | MERCREDI mercredi 13 avril 2022 | JEUDI jeudi 14 avril 2022 | VENDREDI vendredi 15 avril 2022 | SAMEDI samedi 16 avril 2022 | DIMANCHE dimanche 17 avril 2022 |
|--------------------|----------------------------------|-------------------------------|------------------------------------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|
| Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage |
| Entrée sans potage | Salade Verte | Salade De Tomates Aux Anchois | Feuilleté Croissillon Dubarry | Mortadelle De Porc Et Volaille Pistachée | Macédoine De Légumes Mayonnaise | Poireaux Vinaigrette En Salade | Taboulé |
| Entrée | Fromage De Tête - Cornichons | Salade Duo De Choux | Jambon Cru / Beurre | Carottes Râpées | Oeuf Dur Mimosa | Salade De Lentilles | Salade Verte Au Chèvre |
| Plat | Colin D'Alaska Sauce Hollandaise | Saucisse De Toulouse | Cuisses De Poulet Rôtie | Couscous Avec Légumes Frais | Poisson Blanc A La Bordelaise | Crêpe Aux Champignons | Bœuf Bourguignon |
| Accompagnement | Blettes Persillées | Lentilles Du Berry | Farfalle Au Beurre | Semoule | Epinard | Salsifis A La Crème | Flageolet |
| Diabétique | Pommes Rôsti | Navets Sautés | Aubergines A La Tomate | Légumes Du Couscous | Ebly | Pommes Dauphine | Champignons Persillés |
| Fromage | Saint Paulin | Bleu Douceur | Camembert | Emmental | Tomme Blanche | Petit Moulé Nature | Comté A.O.P. |
| Dessert | Clémentine | Flan Au Caramel | Poires | Pommes Cuite | Orange | Gros Kiwis | Eclair Chocolat |
| Origine France | Produit AOP | Agriculture Biologique | Produit Local | Pêche Durable | Indication Géographique Protégée | Label Rouge | Issue D'une Exploitation Haute Valeur Environnementale |

Repas Végétarien

SAMDO PORTAGE DE REPAS - 17 RUE DES CHÂTAIGNIERS - 30100 ALES - 04.66.30.32.32



semaine du

lundi 18 avril 2022

AU

dimanche 24 avril 2022

les plats coloriés en cette couleur sont les plats d'un repas normal

Ces menus sont susceptibles de modifications en cas de difficultés particulières, notamment d'approvisionnement

| | LUNDI lundi 18 avril 2022 | MARDI mardi 19 avril 2022 | MERCREDI mercredi 20 avril 2022 | JEUDI jeudi 21 avril 2022 | VENDREDI vendredi 22 avril 2022 | SAMEDI samedi 23 avril 2022 | DIMANCHE dimanche 24 avril 2022 |
|--------------------|--------------------------------|--|---------------------------------------|---|---|--|--|
| Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage |
| Entrée sans potage | Choux Rouge En Salade | Sardine Sur Lit De Salade | Œuf Dur Mimosa | Salade D'artichauts | Salade De Boulgour Aux Dés De Jambon Et De Tomate Fraiche | Mortadelle De Porc Et Volaille Pistachée | Terrine De Légumes |
| Entrée | Croque Monsieur | Salade D'endives Aux Dés De Jambon Et Dés D'emmental | Tarte Aux Poireaux | Salade De Frisées Aux Gésiers | Cèleri Rémoulade | Carottes Râpées | Salade Verte A L'œuf Poché |
| Plat | Colin D'Alaska Sauce Au Citron | Boudin | Tortillas Aux Pommes De Terre/Oignons | Sauté De Dinde A La Crème Aux Champignons | Steak De Requin Au Curry | Lasagne Bolognaise | Choucroute Garnie |
| Accompagnement | Carottes Persillées | Purée | Haricots Verts | Riz De Camargue | Gratin De Choux Fleur | | Choux De La Choucroute |
| Diabétique | Boulgour | Gratin De Courgettes | Coquille | Poêlée Ardéchoise | Haricot Blanc | Cœur De Fenouil | Haricot Plat |
| Fromage | Edam | Gouda | Tomme Noire | Emmental | Bric | Fromage Fondu "Le Carré" | Cantal A.O.P |
| Dessert | Clémentine | Yaourt Aromatisé | Gros Kiwis | Pommes Cuite | Gâteau De Semoule | Faisselle A La Crème De Marron | Tarte Flan Pâtissier |
| Origine France | Produit AOP | Agriculture Biologique | Produit Local | Pêche Durable | Indication Géographique Protégée | Label Rouge | Issue D'une Exploitation Haute Valeur Environnementale |

SAMDO PORTAGE DE REPAS - 17 RUE DES CHÂTAIGNIERS - 30100 ALES - 04.66.30.32.32



Repas Végétarien



semaine du

lundi 25 avril 2022

AU

dimanche 1 mai 2022

les plats coloriés en cette couleur sont les plats d'un repas normal

Ces menus sont susceptibles de modifications en cas de difficultés particulières, notamment d'approvisionnement

| | LUNDI lundi 25 avril 2022 | MARDI mardi 26 avril 2022 | MERCREDI mercredi 27 avril 2022 | JEUDI jeudi 28 avril 2022 | VENDREDI vendredi 29 avril 2022 | SAMEDI samedi 30 avril 2022 | DIMANCHE dimanche 1 mai 2022 |
|--------------------|------------------------------|------------------------------|--|------------------------------|------------------------------------|--|---|
| Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage | Potage |
| Entrée sans potage | Taboulé | Céleri Rémoulade | Sardine Sur Lit De Salade | Salade De Lentilles | Jambon Cru / Beurre | Crêpe Aux Champignons | Salade Verte |
| Entrée | Salade De Museau | Salade Haricot Rouge / Mais | Salade Verte Aux Croustons Olive Noire | Salade D'endives Au Thon | Salade D'ebly | Salade De Pommes De Terre Haricot Vert | Pate En Croute / Cornichons |
| Plat | Pané De Hoki | Omelette Epinards Ricotta | Cordon Bleu Origine Union Européenne | Potée Au Chou Vert | Colin D'Alaska Sauce Basilic | Saucisse Toulouse | Sauté De Dinde A La Moutarde A L'ancienne |
| Accompagnement | Farfalle Sauce Pesto | Pommes Rissolées | Petit Pois | Choux De La Potée | Garniture De Céleri | Carottes Persillées | Semoule |
| Diabétique | Champignons Persillés | Haricot Au Beurre | Salsifis A La Crème | Spaghetti Au Beurre | Pommes Rôsti | Riz De Camargue | Flan De Potiron |
| Fromage | Saint Paulin | Petit Moulé Nature | Tomme Blanche | Camembert | Emmental | Petit Moulé Aux Noix | Saint Nectaire A.O.P |
| Dessert | Mandarine | Banane | Mandarine | Mousse Au Chocolat | Orange | Pommes | Mille-Feuille |

SAMDO PORTAGE DE REPAS - 17 RUE DES CHÂTAIGNIERS - 30100 ALES - 04.66.30.32.32

Origine France

Produit AOP

Agriculture Biologique

Produit Local

Pêche Durable

Indication Géographique Protégée

Label Rouge

Issue D'une Exploitation Haute Valeur Environnementale



Repas Végétarien