

## **MENU POPOTE ROULANTE AVRIL 2019**

<b><u>Lundi</u></b>	<b><u>Mardi</u></b>	<b><u>Mercredi</u></b>	<b><u>Jeudi</u></b>	<b><u>Vendredi</u></b>
<b><u>1</u></b> Soupe tomates et nouilles Sauté de porc et brocoli Nouilles, légumes Compote de pommes et biscuit	<b><u>2</u></b> Soupe aux légumes et lentilles Pâté chinois, Légumes, condiment Gâteau aux zucchinis	<b><u>3</u></b> Soupe aux légumineuses Vol-au-vent au poulet Pommes de terre en purée, légumes Carrés aux dattes	<b><u>4</u></b> Soupe poulet et orge Ragoût de bœuf et légumes Crudités Tarte au citron	<b><u>5</u></b> Soupe bœuf et nouilles Filet de poisson à la portugaise Riz, haricot vert Gâteau vanille et coulis de fruits
<b><u>8</u></b> Soupe du jardin Médallions de porc Riz, légumes Yogourt et biscuit	<b><u>9</u></b> Crème de poulet Ragoût de boulettes Pommes de terre en purée, légumes Jell-o orange-mandarine et biscuit	<b><u>10</u></b> Chaudrée de maïs Macaroni à la viande gratiné Crudités, condiment Biscuits chocolat et bananes	<b><u>11</u></b> Soupe au chou Tournedos de poulet Gratin dauphinois, légumes Pouding à la rhubarbe	<b><u>12</u></b> Potage de courges Quiche sans croute aux 5 légumes, Purée de carotte, Riz Muffins carottes et ananas
<b><u>15</u></b> Crème de brocoli Poulet aux pommes Couscous, légumes Poires en demie et biscuits	<b><u>16</u></b> Soupe poulet et nouilles Cubes de bœuf en sauce Pommes de terre en purée, légumes Muffin aux bananes	<b><u>17</u></b> Soupe à la chinoise Mijoté de porc aux légumes, Ragout pommes de terre Pouding caramel et biscuit	<b><u>18</u></b> Soupe tomates et orges Galette de bœuf et légumes sautés Riz, légumes Jell-o et biscuit	<b><u>19</u></b>  Congé  <u>Vendredi Saint</u>
<b><u>22</u></b>  Congé  <u>Lundi de Pâques</u>	<b><u>23</u></b> Soupe poulet et riz Bœuf au chou, Pomme de terre en purée, légumes Pêches en demie et biscuit	<b><u>24</u></b> Soupe aux légumes Poulet, sauce à la King Pommes de terre et navet en purée, légumes Yogourt croquant aux petits fruits	<b><u>25</u></b> Soupe aux lentilles Lasagne sauce à la viande, crudités, condiment Gâteau sauce au chocolat	<b><u>26</u></b> Crème de poireaux Filets de poisson, sauce au citron Riz, salade de chou Croustade aux pommes

**CLINIQUES D'IMPÔTS À COATICOOK**  
Sous-sol de l'Église St-Jean, 50 rue Court  
13h30 à 16h

### **DATES**

- Mercredi 27 mars
- Mercredi 3 avril
- Mercredi 10 avril
- Mercredi 24 avril

### **INFORMATIONS**

- Les inscriptions ont lieu sur place, directement à la clinique d'impôts
- Les frais de dossier et de traitement requis sont de 5 \$, ils sont payables à l'inscription

### **DOCUMENTS REQUIS**

- Vos feuillets fiscaux
- Vos avis de cotisation 2017 fédéral et provincial
- Le relevé 31 pour les locataires
- Le relevé de taxes municipales pour les propriétaires

### **CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ**

- Personne seule : Revenus annuels de 25 000 \$ et moins
- Couple : Revenus annuels de 33 000 \$ et moins
- Un adulte avec un enfant : Revenus annuels de 30 000 \$ et moins (2 000 \$ pour chaque personne supplémentaire)

***Pour information : Angelo Eloundou***  
**819-849-7011 poste 225**



# *La popote roulante*

DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE  
DE LA MRC DE COATICOOK

**CENTRE**  
**D'Action** **BÉNÉVOLE**  
DE LA MRC DE COATICOOK

**REPAS FRAIS SERVIS À  
DOMICILE**

**MENU**  
**AVRIL 2019**

***Pour information : Angelo Eloundou***  
**819-849-7011 poste 225**

**TAX CLINICS IN COATICOOK**  
**Basement of St-Jean Church, 50 Court Street**  
**between 1:30 PM and 4 PM**

**DATES**

- Wednesday march 27<sup>th</sup>
- Wednesday april 3<sup>th</sup>
- Wednesday april 10<sup>th</sup>
- Wednesday april 24<sup>th</sup>

**INFORMATIONS**

- Registration will be held on site
- File 5\$ registration fee paid on site

**REQUIRED DOCUMENTS**

- Your tax slips
- Your notices of assessment 2017 (federal and provincial )
- Statement 31 for tenants
- Municipal tax statements for the owners

**ELIGIBILITY CRITERIA**

- One person : annual earnings of 25,000\$ or less
- couple : annual earnings of 33,000\$ or less
- An adult and one child : Annual earnings of 30,000\$ or less (2000\$ for an additional person)
- Less than 1000\$ per year in interest income

For information : Angelo Eloundou  
819-849-7011 Ext. 225



**La popote  
roulante**

DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE  
DE LA MRC DE COATICOOK

**FRESH MEALS SERVED  
AT HOME**

**APRIL 2019 MENU**

**CENTRE**  
**D'ACTION** **BÉNÉVOLE**  
DE LA MRC DE COATICOOK

**For information:**  
**Angelo Eloundou**  
**819 849-7011 ext 225**

## ***MEALS ON WHEELS APRIL 2019***

<b><u>Monday</u></b>	<b><u>Tuesday</u></b>	<b><u>Wednesday</u></b>	<b><u>Thursday</u></b>	<b><u>Friday</u></b>
<b><u>1</u></b> Tomato & noodles soup Broccoli & pork stew Pasta and vegetables Applesauce & cookies	<b><u>2</u></b> Lentil & vegetable soup Shepard's pie Preserves Zucchini cake	<b><u>3</u></b> Red bean soup Chicken vol-au-vent Mashed potatoes and vegetables Date square	<b><u>4</u></b> Chicken and barley soup Beef stew Vegetables Lemon pie	<b><u>5</u></b> Beef & noodle soup Portuguese style fish fillet and Vegetables Vanilla cake with fruit sauce
<b><u>8</u></b> Garden vegetable soup Pork medallion Rice & vegetables Yogurt & cookies	<b><u>9</u></b> Cream of chicken soup Meatball stew Mashed potatoes & vegetables Orange-mandarin Jell-O	<b><u>10</u></b> Cream of corn soup Meat macaroni Vegetables Chocolate-banana cookies	<b><u>11</u></b> Cabbage soup Chicken tournedos Potato gratin vegetables Rhubarb pudding	<b><u>12</u></b> Cream of zucchini soup 5 vegetables quiche Mashed potatoes Rice Pineapple muffin
<b><u>15</u></b> Cream of Broccoli soup Chicken with apples Couscous Vegetables Pears & cookies	<b><u>16</u></b> Chicken noodle soup Beef stew Mashed potatoes and vegetables Banana muffin	<b><u>17</u></b> Chinese Soup Pork & vegetable stew Mashed potatoes Pudding & cookies	<b><u>18</u></b> Tomato and barley soup Beef patty & sautéed vegetables Rice Jell-O & cookies	<b><u>19</u></b>  <b><u>Closed</u></b> <b><u>Good Friday</u></b>
<b><u>22</u></b>  <b><u>Closed</u></b> <b><u>Easter Monday</u></b>	<b><u>23</u></b> Chicken & rice soup Beef with cabbage Mashed potatoes vegetables Peaches & cookies	<b><u>24</u></b> Vegetable soup Chicken à la King Mashed potatoes and vegetables Crispy fruit yogurt	<b><u>25</u></b> Lentil soup Meat lasagna Vegetables Cake with chocolate sauce	<b><u>26</u></b> Cream of leek soup Fish with lemon sauce, rice, Coleslaw Apple crisp

