

MENU POPOTE ROULANTE AOÛT 2017

<u>Lundi</u>	<u>Mardi</u>	<u>Mercredi</u>	<u>Jeudi</u>	<u>Vendredi</u>
<h1>Bonnes vacances à tous!</h1>				
<u>14</u> Soupe poulet et riz Bœuf au chou, Pomme de terre en purée, légumes Pêches en demie et biscuit	<u>15</u> Crème de poulet Quiche au jambon Purée navet et carottes, crudités Muffins aux bleuets	<u>16</u> Soupe aux légumes Poulet, sauce à la King Pommes de terre en purée, légumes Yogourt croquant aux petits fruits	<u>17</u> Soupe aux lentilles Lasagne sauce à la viande, crudités Gâteau sauce au chocolat	<u>18</u> Crème de poireaux Filets de poisson, sauce au citron Riz, salade de chou Croustade aux pommes
<u>21</u> Soupe aux lentilles Saucisse Créole Riz, légumes Pouding et Biscuits	<u>22</u> Potage crécy Bœuf africain Pomme de terre en purée, légumes Carré aux fruits	<u>23</u> Soupe à l'oignon Macaroni chinois au poulet légumes Muffin au son	<u>24</u> Soupe légumes et nouilles Cigare aux choux Pommes de terre en purée, légumes Crème bavaroise	<u>25</u> Chaudrée de poisson Poulet salsa Riz, légumes Renversé à l'ananas
<u>28</u> Crème de céleri Bœuf bourguignon Pommes de terre en purée, légumes Yogourt à la salade de fruits et biscuit	<u>29</u> Soupe à l'orge Poulet à la jardinière Fettucini, légumes Pouding aux framboises	<u>30</u> Soupe minestrone Steakette de veau, Pommes de terre rôties, légumes Biscuits à la citrouille	<u>31</u> Crème champignon Côtelettes de porc BBQ Riz, légumes Gâteau à la compote et épices	<u>1</u> Velouté de brocoli Pâté au saumon Quinoa, légumes Carré aux dattes

Vous voulez avoir congé de repas!
Vous vous demandez toujours quoi faire pour dîner!
La popote roulante est là pour vous!!

Elle s'adresse aux gens âgés de 50 ans et plus, ainsi qu'aux personnes convalescentes, personnes handicapées et aux nouvelles mamans peu importe le revenu. Ce sont des repas équilibrés approuvé par une nutritionniste.

La livraison de popote disponible dans les 12 municipalités de la M.R.C de Coaticook. Certaines conditions s'appliquent.

Seulement 6\$ par repas.

Pour informations : Isabelle Routhier
819-849-7011 poste 225



La popote roulante

DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
DE LA MRC DE COATICOOK

**REPAS FRAIS SERVIS À
DOMICILE**

MENU
Août 2017

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

Pour information: Isabelle Routhier
819-849-7011 poste 225

Don't feel like cooking?
Still wondering what to make for dinner!
Meals on Wheels is for you !!

**It is for people aged 50 and over as well as
convalescents, the disabled and
new mothers regardless of income.
We provide balanced meals approved by a
nutritionist.**

**Delivery service is available in all 12 municipalities
of the Coaticook MRC.
Certain conditions apply.
Only \$ 6 per meal**

**For information:
Isabelle Routhier 819-849-7011: ext 225**



***La popote
roulante***

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

**FRESH MEALS SERVED
AT HOME
August 2017**

MENU

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

**For information:
Isabelle Routhier ext 225**

MEALS ON WHEELS August 2017

<i>Monday</i>	<i>Tuesday</i>	<i>Wednesday</i>	<i>Thursday</i>	<i>Friday</i>
<h1 style="margin: 0;">Happy summer vacation to all</h1>				
<u>14</u> Chicken & rice soup Beef with cabbage Mashed potatoes vegetables Peaches & cookies	<u>15</u> Cream of chicken soup Ham quiche Mashed carrot & turnip vegetables Blueberry Muffin	<u>16</u> Vegetable soup Chicken à la King Mashed potatoes and vegetables Crispy fruit yogurt	<u>17</u> Lentil soup Meat lasagna Vegetables Cake with chocolate sauce	<u>18</u> Cream of leek soup Fish with lemon sauce, rice, Coleslaw Apple crisp
<u>21</u> Lentils soup Creole sausages Rice & vegetables Pudding & cookies	<u>22</u> Cream of carrot soup African beef Couscous & vegetables Fruit square	<u>23</u> Onion soup Chinese chicken macaroni Vegetables Bran muffin	<u>24</u> Noodle & vegetable soup Cabbage cigar Mashed potatoes & vegetables Bavarian pudding	<u>25</u> Fish Chowder Salsa chicken Rice & Vegetables Upside-down pineapple cake
<u>28</u> Cream of celery soup Beef bourguignon Mashed potatoes & Vegetables Fruit salad yogurt & cookies	<u>29</u> Beef and barley soup Chicken with garden vegetables Pasta, Vegetables Raspberry pudding cake	<u>30</u> Minestrone soup Veal patty Roast potatoes vegetables Pumpkin cookies	<u>31</u> Cream of mushroom soup BBQ pork chop Rice and vegetables Apple & spice cake	<u>1</u> Cream of broccoli soup Salmon pie Quinoa & vegetables Date square