

**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 et approuvés par une nutritionniste.**

**Veillez prendre note que la popote roulante prendra une pause du
22 juillet au 11 août 2024 inclusivement, de retour le 12 août 2024.
Toutefois, vous pouvez commander des repas en surplus afin de
combler ces trois semaines de congé.**

**Pour la période estivale les repas du vendredi seront livrés avec le
repas du jeudi, du 13 juin au 30 août 2024 inclusivement.
Merci de votre compréhension!**

COMMANDE DE REPAS :

**Commandez vos repas une semaine à l'avance; du lundi au jeudi
entre 9h et 12h.**

ANNULATION DE REPAS :

**Annuler un repas dès que vous le savez...ou en urgence le matin
même jusqu'à 10h.**

Si vous n'avez pas annulé votre repas, il vous sera facturé.

Pour information : Sandra Boss
819-849-7011 poste 225
popote@cabmrccoaticook.org

LIVRAISON ET COÛT

**La livraison de popote est disponible dans les 11 municipalités de
la MRC de Coaticook. Certaines conditions s'appliquent. Seulement
6 \$ la soupe, le repas, le dessert et la livraison.**

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



**La popote
roulante**

DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
DE LA MRC DE COATICOOK

Repas frais servis à domicile

MENU

Août 2024

Le CAB est fier d'utiliser la viande
provenant de Moisson Estrie afin de
réduire le gaspillage alimentaire et
maintenir le coût abordable des repas.



**MOISSON
ESTRIE**

MENU POPOTE ROULANTE · AOÛT 2024

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI



Bonnes vacances à tous!
De retour le 12 août 2024, pour mieux vous servir!

<p>12 Crème de poireaux Saucisse Créole, riz, légumes Tapioca et biscuit</p>	<p>13 Soupe aux légumes Bœuf stroganoff, nouilles, légumes Galette Douglas</p>	<p>14 Potage St-Germain Poulet salsa, Légumes, patates Gâteau au coulis de fruits</p>	<p>15 Soupe minestrone Pâté chinois, légumes Biscuit ananas coconut</p>	<p>16 Soupe bœuf et chou Burger de poisson, patate gaufrée, Salade de chou, Croustade aux pommes</p>
<p>19 Potage aux betteraves et poires Poulet teriyaki, nouille aux œufs, légumes Yogourt salade de fruits et biscuit</p>	<p>20 Soupe tomate et nouilles Ragoût de boulette Patates en purée, légumes Carré aux zucchini</p>	<p>21 Soupe paysanne Poulet croustillant, grains anciens, purée navets et carottes, Biscuit choco-banane</p>	<p>22 Soupe bœuf et légumes Filet de porc, purée de patate, légumes, Muffin aux framboises</p>	<p>23 Crème de tomates Pâté au saumon et sauce aux œufs, carottes navets Pouding fraise et rhubarbe</p>
<p>26 Velouté de poivrons grillés Poulet sauce à la King, patates, légumes Biscuit santé</p>	<p>27 Soupe aux pois Jambon à l'ananas Purée de carottes, riz Tartelette aux fruits</p>	<p>28 Crème d'asperge Bœuf bourguignon, patates en purée, légumes, Muffin aux bananes</p>	<p>29 Soupe légumes et nouilles Boulettes aux pêches, riz, légumes Gâteau aux zucchini</p>	<p>30 Potage à la courge Frittata parmentier, légumes Pouding à la vanille et biscuit</p>