




## MENU POPOTE ROULANTE AVRIL 2025

| <b>Lundi</b>  | <b>Mardi</b>  | <b>Mercredi</b>  | <b>Jeudi</b>  | <b>Vendredi</b>   |
|---|---|--|---|---|
| 31<br>Potage crécy<br>Poulet en sauce patate en purée, légumes<br>Compote de pommes et biscuit                                    | 1<br>Soupe aux légumineuses<br>Burger porc effiloché, patates rissolées, légumes<br>Carré à la noix de coco | 2<br>Crème d'épinard<br>Spaghetti sauce à la viande, fromage, Petit pain.<br>Pouding chômeur                   | 3<br>Soupe orge et tomate<br>Raviolis au pesto, légumes<br>Muffin aux fruits                | 4<br>Soupe au bœuf et nouilles<br>Filets de poisson sauce aux champignons, riz, légumes<br>Gâteau aux pommes                        |
| 7<br>Crème de poireaux<br>Saucisse Créole, riz, légumes<br>Tapioca et biscuit   | 8<br>Soupe aux légumes<br>Bœuf stroganoff, nouilles, légumes<br>Galette Douglas                             | 9<br>Potage St-Germain<br>Poulet salsa,<br>Légumes, patates<br>Gâteau au coulis de fruits                      | 10<br>Soupe minestrone<br>Pâté chinois, légumes<br>Biscuit ananas coconut                   | 11<br>Soupe bœuf et chou<br>Pâté au saumon sauce aux oeufs<br>Salade de chou,<br>Croustade aux pommes                               |
| 14<br>Potage aux betteraves et poires<br>Poulet teriyaki, nouille aux œufs, légumes<br>Yogourt salade de fruits et biscuit        | 15<br>Soupe tomate et nouilles<br>Ragoût de boulette<br>Patates en purée, légumes<br>Carré aux zucchinis    | 16<br>Soupe paysanne<br>Poulet croustillant, grains anciens, purée navets et carottes,<br>Biscuit choco-banane | 17<br><br><b>Spécial Pâques</b><br><b>Repas de cabane à sucre</b>                           | 18<br><br> <b>Férié</b><br><b>Vendredi Saint</b> |
| 21<br><br> <b>Férié</b><br><b>Lundi de Pâques</b> | 22<br>Velouté de poivrons grillés<br>Poulet sauce à la King, patates, légumes<br>Biscuit santé              | 23<br>Soupe aux pois<br>Jambon à l'ananas<br>Purée de carottes, riz<br>Tartelette aux fruits                   | 24<br>Crème d'asperge<br>Bœuf bourguignon, patates en purée, légumes,<br>Muffin aux bananes | 25<br>Potage à la courge<br>Mini-pizzas au poulet bbq, légumes<br>Pouding à la vanille et biscuit                                   |
| 28<br>Chaudrée de maïs<br>Poulet jardinière, fettucini, légumes<br>Galette au gruau   | 29<br>Soupe riz et bœuf<br>Macaroni gratiné, légumes<br>Carré aux bleuets                                   | 30<br>Soupe poulet et nouilles<br>Bœuf à l'érable, patates, légumes<br>Gâteau aux cerises                      | 1<br>Crème de légumes,<br>Pain de viande, riz, légumes<br>Muffin                            | 2<br>Soupe navet et fin gourmet<br>Gratin de fruit-de-mer,<br>Légumes<br>Gâteau chocolat zucchini                                   |



Découvrez le  
**2e choix du mois :**  
**les saucisses créoles!**  
 Disponible en tout temps, cette délicieuse  
 option vous est offerte  
 tout le mois selon vos envies.



**CLINIQUES D'IMPÔT SANS RENDEZ-VOUS**

Les mercredis, du 26 février au 23 avril, de 13 h à 16 h  
Les mercredis soirs 19 mars et 9 avril, de 17 h à 19 h



SERVICE D'AIDE EN IMPÔT  
PROGRAMME DES BÉNÉVOLES DEPUIS 1988



OÙ: À la salle Action, 87 rue Main ouest à Coaticook  
Stationnement en face



**CLINIQUES D'IMPÔT SUR RENDEZ-VOUS**



Municipalité de **Martinville**

**4 MARS DE 13H À 16H**

Bureau municipal, au 233 rue Principale est  
Martinville, QC J0B 0B1



**5 MARS DE 15H À 18H**

Salle SQ, Hôtel de ville, 170 rue Principale sud  
Waterville, JOB 3H0



**11 MARS DE 14H À 17H**

Bureau municipal de Way's Mills  
2080, ch. de Way's Mills  
Ayer's Cliff, JOB 1C0



**18 MARS DE 13H À 16H**

Hôtel de ville, 251 chemin Parker  
Dixville JOB 1P0



**25 MARS DE 13H À 15H**

Hôtel de ville, 15 rue de l'Église  
East Hereford, JOB 1S0



**25 MARS DE 15H30 À 17H**

Local de L'Âge d'or  
459, route 243  
Saint-Malo JOB 2Y0



**1er AVRIL DE 15H À 18H**

Sous-sol de l'église, salle 4  
6747 Rte Louis-S.-Saint-Laurent  
Compton, JOB 1L0



**8 AVRIL DE 13H À 16H**

Centre communautaire  
776, rue Principale  
Saint-Herménégilde, JOB 2W0

**Pour être admissible**

- Personne seule : Revenus annuels de 35 000 \$ ou moins
- Couple : Revenus annuels de 45 000 \$ ou moins
- 1 adulte avec 1 enfant : Revenus annuels de 45 000 \$ ou moins
- Ajoutez 2 500 \$ de revenus pour chaque personne à charge supplémentaire
- Revenus d'intérêts et de dividendes : Moins de 1 000 \$ par année
- Travailleur autonome: Revenus de 1000\$ ou moins et aucune dépense d'emploi.

**À apporter**

- Feuilles fiscaux 2024
- Avis de cotisation 2023 (fédéral et provincial)
- Relevé 31 (locataires)
- Relevé de taxes municipales (propriétaires)
- Reçus de frais médicaux



**Pour rendez-vous ou informations :**  
**819-849-7011 #224**

Pour information : Sandra Boss  
819-849-7011 poste 225  
[popote@cabmrccoaticook.org](mailto:popote@cabmrccoaticook.org)



**La popote roulante**

DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE  
DE LA MRC DE COATICOOK

Repas frais servis à domicile

**MENU**

**AVRIL 2025**

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**