

## Les événements phares de la campagne

Du 11 novembre au 20  
décembre 2024 dans  
toute la MRC de  
Coaticook



- **Collecte** de denrées non périssables et dons en argent du **11 novembre au 20 décembre** dans plusieurs entreprises et commerces. Vous pouvez aussi faire un **don par notre site internet**, cabmrccoaticook.org. **Une enveloppe adressée au CAB sera envoyée par la poste** le 13 novembre. Les gens désirant faire un don en argent auront simplement à insérer leur chèque à l'intérieur, apposer un timbre et le poster.
- **Guignolée des médias le jeudi 5 décembre** à plusieurs intersections de Coaticook.
- **Période de demandes des paniers de Noël 6 nov. au 6 déc. 2024.**  
Pour information : 819 849-7011, poste 239
- **LesANGES de Noël du 11 novembre au 12 décembre** : il est possible d'offrir un cadeau de Noël à un enfant d'une famille défavorisée en fonction d'indications placées sur des boules de Noël. Celles-ci seront accrochées dans les sapins de la pharmacie Jean Coutu de Coaticook, de l'école secondaire La Frontalière et de l'entreprise Cabico. La Maison de la Famille de la MRC de Coaticook remettra ensuite les cadeaux aux familles concernées.  
Pour information : 819 849-7011, poste 224
- La **Grande cuisine collective des fêtes** : le **mardi 10 décembre**.  
Pour information : 819 849-7011, poste 233
- **Distribution des paniers de Noël du 17 au 19 décembre**, au 87 Main ouest

**Veillez noter que la Popote roulante sera fermée du 20 décembre 2024 au 5 janvier 2025 inclusivement, pour le temps des Fêtes. De retour le 6 janvier 2025.**

Pour vous dépanner durant ces 2 semaines, il sera possible de commander plus de repas, ainsi que des plats congelés.

**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

**DÉCEMBRE 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**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>2</b> Crème de poireaux Saucisse Créole, riz, légumes Tapioca et biscuit	<b>3</b> Soupe aux légumes Bœuf stroganoff, nouilles, légumes Galette Douglas	<b>4</b> Potage St-Germain Poulet salsa, Légumes, patates Gâteau au coulis de fruits	<b>5</b> Soupe minestrone Pâté chinois, légumes Biscuit ananas coconut	<b>6</b> Soupe bœuf et chou Burger de poisson, patate gaufrée, Salade de chou, Croustade aux pommes
<b>9</b> Potage aux betteraves et poires Poulet teriyaki, nouille aux œufs, légumes Yogourt salade de fruits et biscuit	<b>10</b>  <p style="text-align: center;"><b>Fermé</b> <b>Cuisine collective des fêtes</b></p>	<b>11</b> Soupe paysanne Poulet croustillant, grains anciens, purée navets et carottes, Biscuit choco-banane	<b>12</b> Soupe bœuf et légumes Filet de porc, purée de patate, légumes, Muffin aux framboises	<b>13</b> Crème de tomates Pâté au saumon et sauce aux œufs, légumes Pouding fraise et rhubarbe
<b>16</b> Velouté de poivrons grillés Poulet sauce à la King, patates, légumes Biscuit santé	<b>17</b> Potage à la courge Jambon à l'ananas Purée de carottes, riz Tartelette aux fruits	<b>18</b> Crème d'asperge Bœuf bourguignon, patates en purée, légumes, Muffin aux bananes	<b>19</b> Soupe légumes et nouilles Boulettes aux pêches, riz, légumes Gâteau aux zucchini	<b>20</b> Soupe aux pois Tourtière, sauce à la dinde, patate en purée, légumes Bûche de Noël



*Joyeuses Fêtes !!*  
*Nous serons de retour le 6 janvier 2025*



Pour plus d'informations : Sandra Boss  
819 849-7011 poste 225  
popote@cabmrcccoaticook.org