

*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.*

IMPORTANT :

*Annulation ou modification :
Prévenez-nous dès que possible. En cas d'urgence,
contactez-nous avant 8h30 le matin même
Merci de votre collaboration.*

*La livraison de la popote est disponible dans toute la M.R.C de
Coaticook sauf Waterville. Certaines conditions s'appliquent.*

**Pour plus d'informations SANDRA BOSS
819-849-7011 poste 225**

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


FÉVRIER 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**

POPOTE ROULANTE MENU · février 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
3 Potage crécy Poulet en sauce patate en purée, légumes Compote de pommes et biscuit	4 Soupe aux légumineuses Burger porc effiloché, patates rissolées, légumes Carré à la noix de coco	5 Crème d'épinard Spaghetti sauce à la viande, fromage, Petit pain. Pouding chômeur	6 Soupe orge et tomate Raviolis au pesto, légumes Muffin aux fruits	7 Soupe au bœuf et nouilles Filets de poisson sauce aux champignons, riz, légumes Gâteau aux pommes
10 Crème de poireaux Saucisse Créole, riz, légumes Tapioca et biscuit	11 Soupe aux légumes Bœuf stroganoff, nouilles, légumes Galette Douglas	12 Potage St-Germain Poulet salsa, Légumes, patates Gâteau au coulis de fruits	13 Soupe minestrone Pâté chinois, légumes Biscuit ananas coconut	14 Soupe bœuf et chou Burger de poulet, patate rissolée, Salade de chou, Dessert spécial St-Valentin 
17 Potage aux betteraves et poires Poulet teriyaki, nouille aux œufs, légumes Yogourt salade de fruits et biscuit	18 Soupe tomate et nouilles Ragoût de boulette Patates en purée, légumes Carré aux zucchini	19 Soupe paysanne Poulet croustillant, grains anciens, purée navets et carottes, Biscuit choco-banane	20 Soupe bœuf et légumes Filet de porc, purée de patate, légumes, Muffin aux framboises	21 Crème de tomates Pâté au saumon et sauce aux œufs, légumes Pouding fraise et rhubarbe
24 Velouté de poivrons grillés Poulet sauce à la King, patates, légumes Biscuit santé	25 Soupe aux pois Jambon à l'ananas Purée de carottes, riz Tartelette aux fruits	26 Crème d'asperge Bœuf bourguignon, patates en purée, légumes, Muffin aux bananes	27 Soupe légumes et nouilles Boulettes aux pêches, riz, légumes Gâteau aux zucchini	28 Potage à la courge Mini-pizzas au poulet bbq, légumes Pouding à la vanille et biscuit



Découvrez le **2e choix au menu:**
Casserole de saucisses
Disponible en tout temps,
cette délicieuse option qui vous est offerte
tout le mois de février.

