

Propulsée par
 **Desjardins**



S'unir pour nourrir

Campagne des paniers de Noël 2025

La campagne des Paniers de Noël arrive à grands pas. Elle se déroulera du 6 novembre au 18 décembre 2025.

Lors de cette campagne nous récolterons argent et denrées non périssables au CAB, mais aussi dans les différents commerces de la MRC.

Vous pouvez aussi faire un don en ligne en allant dans la section *Dons* de notre site web : cabmrccoaticook.org

Veuillez noter que la Popote Roulante sera fermée du 20 décembre 2025 au 4 janvier 2026 inclusivement pour le temps des Fêtes. De retour le 5 janvier 2026. Pour vous dépanner durant ces deux semaines, il sera possible de commander plus de repas, ainsi que des plats congelés.

Et : 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

*Savourez nos
repas maison livrés
chez vous!
Menu
novembre 2025*



<i>Popote</i> NOUVEAUX TARIFS	
à partir du 1 ^{er} septembre 2025	
SOUPE	1.00\$
REPAS PRINCIPAL	5.00\$
DESSERT	1.00\$

Grâce à notre partenariat avec **Moisson Estrie**, le CAB est heureux d'offrir des repas qui contribuent à réduire le gaspillage alimentaire, tout en demeurant sains et abordables pour tous.


**MOISSON
ESTRIE**

POPOTE ROULANTE MENU · Novembre 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
3 Chaudrée de maïs Poulet jardinière, fettucini, légumes Galette au gruau	4 Soupe riz et bœuf Macaroni gratiné, légumes Carré aux bleuets	5 Soupe poulet et nouilles Bœuf à l'érable, patates, légumes Gâteau aux cerises	6 Crème de légumes, Pain de viande, riz, légumes Muffin	7 Soupe navet et fin gourmet Gratin de fruit-de-mer, Légumes Gâteau chocolat zucchini
10 Soupe minestrone Galette de bœuf, riz, légumes sautés Muffin pépite de chocolat	11 Velouté de brocoli Pâté au poulet, patate en purée, légumes Croustade aux fruits 	12 Soupe chinoise Casserole de saucisses riz pilaf, légumes Pain aux bananes	13 Soupe à l'oignon Boulettes porc-épic, légumes, Patates en purée, Pouding aux fruits	14 Soupe de légumes Filet de poisson sauce béarnaise, riz, légumes Pouding au pain et raisins
17 Soupe riz et tomates Poulet au cari, couscous, légumes, Biscuit à la citrouille	18 Crème de légumes Lasagne sauce à la viande, légumes Tapioca et biscuit	19 Crème de céleri Salade de pâtes au jambon et légumes, Fromage, légumes Muffin aux bleuets	20 Soupe maïs et tomate Côtelette de porc, patate en purée, légumes Carré au citron	21 Soupe poulet et nouilles Saumon aneth, riz et légumes Gâteau au gruau
24 Soupe aux légumes Grand-père au poulet, Riz, légumes Jell-o et biscuit	25 Potage de brocoli et carottes Bœuf africain, légumes, patate. Tarte au chocolat	26 Soupe bœuf et orge Macaroni chinois au poulet (Chow mein) Carré aux dattes	27 Soupe riz et poulet Médaillon de porc miel et vinaigre Nouilles aux œufs, légumes Biscuit à la mélasse	28 Soupe tomates et nouilles Pâtés à la truite, Légumes, Gâteau sauce au chocolat



menu
 Découvrez le
2e choix du mois :
un bœuf Stroganoff!
 Disponible en tout temps, cette délicieuse
 option vous est offerte
 tout le mois selon vos envies.



menu
CENTRE
d'Action
BÉNÉVOLE
 DE LA MRC DE COATICOOK