

Les évènements phares de la campagne

Du 14 novembre au 23
décembre 2022 dans toute la
MRC de Coaticook



- **Collecte** de denrées non périssables et dons en argent du **14 novembre au 23 décembre** dans plusieurs entreprises et commerces. Vous pouvez aussi faire un **don par notre site internet**, cabmrccoaticook.org. Et grâce au soutien financier de la Caisse Desjardins des Verts-Sommets- de-l'Estrie, **une enveloppe adressée au CAB à été diffusée dans les Publisacs** du 16 novembre. Les gens désirant faire un don en argent auront simplement à insérer leur chèque à l'intérieur, apposer un timbre et la poster.
- **Guignolée des médias le jeudi 1 décembre à plusieurs intersections de Coaticook.**
- **Vente de tourtières et pâtés au poulet** au profit des paniers de Noël jusqu'à épuisement des stocks.
Pour réservation: 819-849-7011, poste 233
- La **Grande cuisine collective des fêtes** : le **mardi 13 décembre**.
Pour inscription : 819 849-7011, poste 233
- **Les Anges de Noël du 14 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.
- **Distribution des paniers de Noël du 19 au 22 décembre, au CAB.**

Veillez noter que la Popote roulante sera fermée du 24 décembre 2022 au 8 janvier 2023 inclusivement, pour le temps des Fêtes. De retour le 9 janvier 2023.

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

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

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 2022

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
5 Velouté de poivrons grillés Poulet sauce à la King, patate, légumes Biscuit santé	6 Soupe aux lentilles Jambon à l'ananas Purée de carotte, riz Tartelette à l'érable	7 Crème d'asperge Bœuf bourguignon, patate en purée légumes Muffin aux bananes	8 Soupe tomate et nouilles Boulette aux pêches, riz, légumes Gâteau aux zucchini	9 Potage à la courge Quiche aux légumes Patate rissolée, carottes Pouding à la vanille
12 Chaudrée de maïs Macaroni gratiné, légumes, pain Galette au gruau	13 Fermé Cuisine collective des fêtes	14 Crème de légumes Bœuf à l'érable, patate, légumes Gâteau aux cerises	15 Soupe poulet et nouilles Pain de viande riz, légumes Muffin	16 Soupe paysanne Pâté au saumon et sauce aux œufs, carotte navet Pouding fraise et rhubarbe
19 Soupe minestrone Galette de bœuf, riz, légumes sautés Pain aux bananes	20 Velouté de brocoli Pâté au poulet, Couscous, légumes Croustade aux fruits	21 Soupe chinoise Mijoté de porc, nouilles, légumes Muffin aux framboises	22 Soupe à l'oignon Boulette porc-épic, légumes, ragoût de patates, Pouding aux fruits	23 Soupe aux légumes Tourtière, sauce à la dinde, patate en purée, légumes Bûche de Noël



Joyeuses Fêtes !!
Nous serons de retour le 9 janvier 2023

