


MENU POPOTE ROULANTE MARS 2024

<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
<p>4 Soupe minestrone Galette de bœuf, riz, légumes sautés Pain aux bananes</p>	<p>5 Velouté de brocoli Pâté au poulet, Couscous, légumes Croustade aux fruits</p>	<p>6 Soupe chinoise Mijoté de porc, nouilles, légumes Muffin aux framboises</p>	<p>7 Soupe à l'oignon Boulettes porc-épic, légumes, ragoût de patates, Pouding aux fruits</p>	<p>8 Soupe aux légumes Filet de poisson sauce béarnaise, riz, légumes Pouding au pain et raisins</p>
<p>11 Soupe bœuf et nouilles Poulet au cari, couscous, légumes, Biscuit à la citrouille</p>	<p>12 Crème de légumes Lasagne sauce à la viande, légumes Tapioca et biscuit</p>	<p>13 Soupe riz et tomates Salade de pâtes au jambon et légumes, Fromage, légumes Muffin aux bleuets</p>	<p>14 Crème de brocoli Côtelette de porc, patate en purée, légumes Carré au citron</p>	<p>15 Soupe poulet et nouille Saumon aneth, riz et légumes Gâteau au gruau</p>
<p>18 Soupe aux tomates et nouilles Grand-père au poulet, Riz, légumes Jell-o et biscuit</p>	<p>19 Potage de brocoli et carottes Bœuf africain, légumes, patate. Tarte au chocolat</p>	<p>20 Soupe bœuf et orge Macaroni chinois au poulet (Chow mein) Carré aux dattes</p>	<p>21 Soupe riz et poulet Sauté porc et brocoli, Nouilles aux œufs, légumes Biscuit à la mélasse</p>	<p>22 Soupe aux légumes Pâtés à la truite, Légumes, Gâteau sauce au chocolat</p>
<p>25 Potage crécy Dinde en sauce patate en purée, légumes Pouding vanille et biscuit</p>	<p>26 Soupe aux légumineuses Burger porc effiloché, patates rissolées, légumes Carré à la noix de coco</p>	<p>27 Crème d'épinard Spaghetti sauce à la viande, fromage, Petit pain. Pouding chômeur</p>	<p>28 Spéciale Pâques Soupe aux légumes Jambon, omelette, fève au lard, Patates rissolées, légumes Tartelette à l'érable,</p>	<p>29 Férié Vendredi de Pâques </p>



Sans rendez-vous :

Tous les mercredis
du 21 février au 24 avril, de 13 h à 16 h
Au 87, rue Main O., Coaticook

Cliniques d'impôts **service gratuit**

✔ **Pour être admissible**

- Personne seule : revenus annuels de 35 000 \$ et moins
- Couple : revenus annuels de 45 000 \$ et moins
- 1 adulte avec 1 enfant: revenus annuels de 45 000 \$ et moins (2 500\$ de revenu de plus pour chaque personne à charge supplémentaire)
- Moins de 1 000 \$ par année en revenus d'intérêts

Clinique d'impôts sur rendez-vous hors de Coaticook

BARNSTON-OUEST

Bureau municipal de Way's Mills
6 mars | 13 h 30 à 16 h

MARTINVILLE

Bureau municipal
13 mars | 13 h 30 à 16 h

EAST HEREFORD

Hôtel de Ville, 15 rue de l'Église
14 mars | 13 h 30 à 16 h

WATERVILLE

Salle de la SQ, Hôtel de Ville
21 mars | 13 h 30 à 16 h

St-HERMÉNÉGILDE

Centre communautaire
28 mars | 13 h 30 à 16 h

COMPTON

Sous-sol de l'église, salle 4
1 avril | 13 h 30 à 16 h

ST-MALO

Local de l'Âge d'or, 459 route 243
4 avril | 13 h 30 à 16 h



Le CAB est fier de pouvoir compter sur
de nombreux bénévoles formés pour
recueillir vos documents et pour
effectuer vos impôts !



Pour rendez-vous ou
informations :
819-849-7011 #231

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



**La popote
roulante**

DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
DE LA MRC DE COATICOOK

Repas frais servis à domicile

MENU

MARS 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**