

**Campagne
des Paniers
de Noël**



Personne n'est à l'abri, soyons solidaire!

La campagne des Paniers de Noël arrive à grands pas. Elle se déroulera du 15 novembre au 22 décembre 2021.

Lors de cette campagne nous récolterons argent et denrées non périssables.

Vous trouverez des points de dépôt dans les différents commerces de la MRC.

Veillez noter que la Popote Roulante sera fermée du 24 décembre 2021 au 7 janvier 2022 inclusivement pour le temps des Fêtes. De retour le 10 janvier 2022.

Pour vous dépanner durant ces deux 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**

**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

NOVEMBRE 2021

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 · Novembre 2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>1 Crème de légumes Porc à la provençale, Pomme de terre en purée, légumes Jell-o et biscuit</p>	<p>2 Crème de tomates Boulettes sauce aux pêches Riz, légumes Tapioca</p>	<p>3 Soupe légumes et bœuf Poulet au cari, couscous, légumes Pouding chômeur</p>	<p>4 Soupe tomates et riz Bœuf Stroganoff, Nouilles aux œufs, légumes Gâteau aux carottes</p>	<p>5 Soupe campagnarde Frittata parmentier Condiment, crudités Muffin aux fruits</p>
<p>8 Soupe tomates et nouilles Sauté de porc et brocoli Nouille et légumes Compote de pomme et biscuit</p>	<p>9 Soupe aux légumes et lentilles Pâté chinois, Légumes, condiment Gâteau aux zucchini</p>	<p>10 Soupe aux légumineuses Vol-au-vent au poulet Pommes de terre en purée, légumes Carrés aux dattes</p>	<p>11 Soupe poulet et orge Ragoût de bœuf et légumes Cruautés Tarte au citron</p>	<p>12 Soupe bœuf et nouilles Filet de poisson à la portugaise Riz, haricot vert Gâteau vanille et coulis de fruits</p>
<p>15 Soupe du jardin Médallions de porc Riz, légumes Yogourt et biscuit</p>	<p>16 Crème de poulet Ragoût de boulettes Pommes de terre en purée, légumes Muffin aux carottes et ananas</p>	<p>17 Chaudrée de maïs Macaroni à la viande gratiné Cruautés, condiment Biscuits chocolat et bananes</p>	<p>18 Soupe au chou Tournedos de poulet Gratin dauphinois, légumes Pouding aux poires</p>	<p>19 Potage de courges Quiche sans croûte aux 5 légumes, Purée de carotte, riz Jell-o et biscuit</p>
<p>22 Soupe tomates et orges Galette de bœuf et légumes sautés Riz, légumes Jell-o et biscuit</p>	<p>23 Crème de brocoli Poulet aux pommes Couscous, légumes Poires en demie et biscuits</p>	<p>24 Soupe à la chinoise Mijoté de porc aux légumes, Ragout pommes de terre Pouding et biscuit</p>	<p>25 Soupe poulet et nouilles Cubes de bœuf en sauce Pommes de terre en purée, légumes Muffin aux bananes</p>	<p>26 Crème d'asperges Saumon sauce à l'aneth Orzo, légumes Gâteau aux épices</p>