

*Envie d'une pause de la cuisine ?
Vous ne savez plus quoi préparer pour le dîner.
La popote roulante est là pour vous simplifier la vie !
Ce service s'adresse aux personnes de 50 ans et plus,
aux personnes en convalescence, en situation de handicap,
ou aux nouvelles mamans, et ce, peu importe le revenu.
Les repas sont équilibrés,
abordables et approuvés par une nutritionniste.*

*Nous souhaitons vous aviser que le service de popote roulante sera en pause du **20 juillet au 7 août 2026** inclusivement. Nous serons de retour dès le **10 août 2026**.*

Pour vous dépanner durant cette période, il est possible de commander des repas supplémentaires à l'avance afin de couvrir ces trois semaines.

*Aussi, pendant la période estivale, du **19 juin au 4 septembre 2026** inclusivement, les repas du vendredi seront livrés en même temps que ceux du jeudi.*

Merci de votre compréhension et de votre collaboration. Au plaisir de continuer à vous servir !

COMMANDE DE REPAS :

Commandez vos repas une semaine à l'avance,
du lundi au jeudi entre 9 h et 15 h.

ANNULATION DE REPAS :

Annulez un repas dès que vous le savez ou, en cas d'urgence,
le matin même avant 10 h.
Tout repas non annulé vous sera facturé.

Pour plus d'informations :
Sandra Boss 819-849-7011 poste 225
popote@cabmrccoaticook.org
Josée Thibault 819-849-7011 poste 236

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

AOÛT 2026

Le CAB est fier d'utiliser la viande
provenant de Moisson Estrie
afin de réduire le gaspillage
alimentaire et de maintenir
un coût abordable.



**MOISSON
ESTRIE**

AOÛT 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
La popote roulante fera relâche du 20 juillet au 9 août 2026 inclusivement. Les commandes d'août seront prises la semaine du 13 au 16 juillet				
10 Soupe aux légumes Grand-père au poulet, Riz, légumes Jell-o et biscuit	11 Potage de brocoli et carottes Bœuf africain, légumes, patates. Tarte au chocolat	12 Crème de champignons Raviolis au pesto, légumes, Pouding aux fruits	13 Soupe riz et poulet Médailon de porc miel et vinaigre Nouilles aux œufs, légumes Biscuit à la mélasse	14 Soupe tomates et nouilles Pâté à la truite, Légumes, Gâteau sauce au chocolat
17 Potage crécy Poulet en sauce, patates en purée, légumes Compote de pommes et biscuit	18 Soupe orge et tomate Macaroni chinois au poulet (Chow mein), légumes Carré à la noix de coco	19  Choix du chef	20 Soupe à l'oignon Boulettes porc-épic, patates en purée, légumes Muffin aux fruits	21 Soupe au bœuf et nouilles, Aiglefin sauce au tomate, riz, légumes Gâteau aux pommes
24 Crème de poireaux Saucisses créoles, riz, légumes Pouding chômeur	25 Crème d'épinard, Spaghetti sauce à la viande, fromage, pain Gâteau roulé	26 Potage St-Germain Poulet salsa, légumes, patates Gâteau au coulis de fruits	27 Soupe minestrone Pâté chinois, légumes Biscuit ananas coconut	28 Potage navet et sirop d'érable Linguine carbonara, légumes Croustade aux pommes



2^e choix du mois août:
**Croissant jambon fromage et
salade**
Disponible en tout temps, cette
délicieuse option vous est offerte
tout le mois selon vos envies.

