

Vous souhaitez prendre congé de la préparation des repas?

***Vous vous demandez toujours quoi préparer pour le dîner?
La Popote roulante est là pour vous!***

***Ce service s'adresse aux personnes âgées de 50 ans et plus,
aux personnes convalescentes, aux personnes handicapées
ainsi qu'aux nouvelles mamans, et ce, peu importe le revenu.
Les repas offerts sont équilibrés et approuvés par une
nutritionniste.***

Commande de repas

*Les repas doivent être commandés au moins une semaine à l'avance, du
lundi au jeudi entre 9h et 14h*

Annulation de repas.

*Merci d'annuler votre repas dès que possible. En cas d'urgence, l'annulation
peut être effectuée au plus tard à 8 h30.*

Important :

Tout repas non annulé dans les délais sera facturé.

***La livraison de la popote est disponible dans toute la MRC de
Coaticook sauf Waterville. Certaines conditions s'appliquent.***

Pour plus d'informations :

Sandra Boss 819-849-7011 poste 225

popote@cabmrccoaticook.org

Josée Thibault 819-849-7011 poste 236



***La popote
roulante***

DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
DE LA MRC DE COATICOOK

Repas frais servis à domicile

MENU


FÉVRIER 2026

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 · FÉVRIER 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2 Soupe aux légumes Grand-père au poulet, riz, légumes Jell-O et biscuit	3 Potage de brocoli et carottes Bœuf africain, légumes et patates Tarte au chocolat	4 Crème de champignons Raviolis au pesto et légumes, Pouding aux fruits	5 Soupe au riz et au poulet Médailon de porc au miel et au vinaigre, nouilles aux œufs et légumes Biscuit à la mélasse	6 Soupe aux tomates et aux nouilles Pâtés à la truite et légumes Gâteau sauce au chocolat
9 Potage crécy Poulet en sauce patate en purée, légumes Compote de pommes et biscuit	10 Soupe orge et tomate Macaroni chinois au poulet (Chow mein), légumes Carré à la noix de coco	11 Choix du chef 	12 Soupe à l'oignon Boulette porc-épic, patate en purée, légumes Muffin aux fruits	13 Soupe au bœuf et nouilles, aiglefin sauce à la tomate, riz, légumes Gâteau aux pommes
16 Crème de poireaux Saucisse Créole, riz, légumes Gâteau roulé	17 Crème d'épinards Spaghetti sauce à la viande, fromage et pain Pouding chômeur	18 Potage St-Germain Poulet salsa, légumes et patates Gâteau au coulis de fruits	19 Soupe minestrone Pâté chinois et légumes Biscuit ananas et noix de coco	20 Potage navet et sirop d'érable Linguine carbonara et légumes Croustade aux pommes
23 Potage aux betteraves et poires Poulet teriyaki, nouilles aux œufs et légumes Yogourt salade de fruits et biscuit	24 Soupe aux tomates et aux nouilles Ragoût de boulette, patates en purée et légumes Carré aux zucchini	25 Soupe paysanne Poulet croustillant, grains anciens, purée de navets et carottes Biscuit choco-banane	26 Soupe bœuf et légumes Filet de porc, purée de patate et légumes Muffin aux framboises	27 Crème aux tomates Pâté au saumon et sauce aux œufs et légumes Pouding aux fraises et rhubarbes



2^e choix du mois février:
Boeuf Stroganoff
Disponible en tout temps, cette
délicieuse option vous est offerte
tout le mois selon vos envies.

