



Popote roulante maison du CABHSM

Menus du 17 septembre au 12 décembre 2024

Repas cuisinés maison, préparés et livrés par des bénévoles les **mardis et jeudis entre 11h00 et midi.**

Pour s'inscrire, communiquez avec
Sherley Jean au
819-676-8951

Le service est offert de septembre à décembre et de janvier à juin.
Relâche pendant la période des Fêtes et la période estivale.

1120 rue des Érables
La Tuque (Québec)
G9X 4L5

Tél. 819-676-8951
services.cabhsm@sogetel.net

Qu'est-ce que la Popote roulante maison ?

La popote roulante maison est un service de livraison de repas chauds à domicile pour les personnes qui sont dans l'incapacité (tant physique que psychologique), temporaire ou permanente de se préparer des repas. (personnes âgées, en convalescence, handicapées et même les aidants naturels qui ont besoin de répit.

Qu'est-ce qu'un repas maison ?

Les repas maison sont préparés par une équipe de bénévoles et comprennent la **soupe, un choix entre deux repas principaux et un dessert.**

Des repas scellés avec une belle présentation, pouvant être réchauffés au four micro-ondes ou au four conventionnel. Nos plats sont recyclables et biodégradables.



Le tarif

Le repas complet, au coût de 6,00\$, payable mensuellement ou bien pour la saison en cours, soit en virement, chèque, ou en argent.

Les dons sont remis directement à la Popote roulante, un reçu de charité vous sera envoyé à la fin de l'année pour un montant de 5\$ et plus.

Le territoire desservi

Les limites de Ville de La Tuque.

Les objectifs du service de la Popote roulante

Ce service permet de faciliter le maintien à domicile des personnes âgées ou en perte d'autonomie permanente ou temporaire.

Par l'apport de la Popote roulante maison, les bénéficiaires sont en mesure de demeurer dans leur milieu naturel le plus longtemps possible.

Le service agit à titre préventif afin d'éviter la détérioration de la santé des individus et permet un contact rassurant par la visite d'un bénévole.

Le bénéficiaire doit :

Être à son domicile au moment de la livraison afin de recevoir son repas;

Avoir en main le paiement si il y a lieu;

Avoir une attitude accueillante envers le bénévole;

Avoir une tenue vestimentaire appropriée lors de la livraison;

Prévenir la responsable un minimum de 24 a 48 heures a l'avance, lorsqu'il prévoit s'absenter au moment de la livraison ou pour un arrêt du service temporaire ou permanent.

Advenant le cas, le repas sera chargé au bénéficiaire.

DATE	MENUS
Mardi 17 septembre 2024	Soupe : Poulet et nouille Menu 1 : Chili doux Menu 2 : Mijoté de poulet Dessert:
Jeudi 19 septembre 2024	Soupe : Crème de légume Menu 1 : Spaghetti Menu 2 : Bœuf chou Dessert:
Mardi 24 septembre 2024	Soupe : Minestrone Menu 1 : Saucisse sauce oignon Menu 2 : Macaroni a la viande Dessert:
Jeudi 26 septembre 2024	Soupe : Coquillettes et légume Menu 1 : Pain viande Menu 2 : Saumon en sauce Dessert:
Mardi 1 octobre 2024	Soupe : Crème carotte Menu 1 : Boulette veau sauce pêche Menu 2 : Bouilli légume Dessert:
Jeudi 3 octobre 2024	Soupe : Chou Menu 1 : Filet sole Menu 2 : Jambon ananas Dessert:
Mardi 8 octobre 2024	Soupe : Bœuf et orge Menu 1 : Lasagne Menu 2 : Pâté chinois Dessert:
Jeudi 10 octobre 2024	Soupe : Légume Menu 1 : Fricassée poulet Menu 2 : Rôti lard patate jaune Dessert:
Mardi 15 octobre 2024	Soupe : Crème poireau Menu 1 : Mini-Quiche légume Menu 2 : Pâté saumon Dessert:
Jeudi 17 octobre 2024	Soupe : Patate et bacon Menu 1 : Poulet chasseur Menu 2 : Steak haché en sauce Dessert:

DATE	MENUS
Mardi 22 octobre 2024	Soupe : Tomate et basilic Menu 1 : Saumon en sauce Menu 2 : Fricassée poulet Dessert:
Jeudi 24 octobre 2024	Soupe : Légume et orge Menu 1 : Pain viande Menu 2 : Spaghetti Dessert:
Mardi 29 octobre 2024	Soupe : Santé aux lentilles Menu 1 : Poêlée sole et légume Menu 2 : Boulette veau sauce pêche Dessert:
Jeudi 31 octobre 2024	Soupe : Bœuf et orge Menu 1 : Chili doux Menu 2 : Bouilli légume Dessert:
Mardi 5 novembre 2024	Soupe : Poulet et riz Menu 1 : Jambon érable Menu 2 : Saucisse sauce oignon Dessert:
Jeudi 7 novembre 2024	Soupe : Crème champignon Menu 1 : Poulet sauce champignon Menu 2 : Rôti palette Dessert:
Mardi 12 novembre 2024	Soupe : Soupe de betterave Menu 1 : Bœuf carotte Menu 2 : Lasagne Dessert:
Jeudi 14 novembre 2024	Soupe : Crème mais et brocoli Menu 1 : Saumon en sauce Menu 2 : Pâté chinois au jambon Dessert:
Mardi 19 novembre 2024	Soupe : Crème tomate Menu 1 : Fricassée poulet Menu 2 : Bœuf bourguignon Dessert:
Jeudi 21 novembre 2024	Soupe : Pois Menu 1 : Spaghetti Menu 2 : Pâté chalet Dessert:

DATE	MENUS
Mardi 26 novembre 2024	Soupe : Minestrone Menu 1 : Macaroni chinois Menu 2 : Filet sole Dessert:
Jeudi 28 novembre 2024	Soupe : Velouté brocoli et cheddar Menu 1 : Mijoté chou à la viande Menu 2 : Saucisse sauce oignon Dessert:
Mardi 3 décembre 2024	Soupe : Crème carotte Menu 1 : Poêlée poulet et brocoli Menu 2 : Pâté saumon Dessert:
Jeudi 5 décembre 2024	Soupe : Légume Menu 1 : Poulet au beurre Menu 2 : Tourtière Dessert:
Mardi 10 décembre 2024	Soupe : Poulet et nouille Menu 1 : Mini-Quiche légume Menu 2 : Pain viande Dessert:
Jeudi 12 décembre 2024	Soupe : Riz et tomate Menu 1 : Bœuf bourguignon Menu 2 : Sandwich varié Dessert: