

*Le printemps est une saison de renouveau, où la nature s'éveille après les longs mois d'hiver.*

*Les journées s'allongent, les températures deviennent plus douces, les paysages se transforment peu à peu.*

*Les arbres bourgeonnent, les fleurs éclosent et apportent des touches de couleur dans les jardins et les champs.*

*Les oiseaux reviennent de leur migration et leurs chants remplissent l'air d'une énergie nouvelle.*

*On sort davantage, on profite du soleil, et l'on ressent souvent un regain de motivation et de bonne humeur.*

*Le printemps symbolise ainsi un nouveau départ, une transition vers des jours plus lumineux et plein de vie!*

### Prix des repas Price of meals

Repas chauds complets livrés Meals on wheels	10.00\$
Soupe ou dessert Soup or dessert	2.00\$
Repas congelés livrés ou ramassage au Centre Delivered frozen meals or pick-up at the Centre	7.00\$



Centre  
d'Action  
Bénévole  
de la  
Frontière

**Popote roulante  
et repas congelés  
Avril 2026**

**Meals on  
wheels and frozen  
meals  
April 2026**

**Téléphone:  
450-246-2016**

# Popote roulante

Meals on wheels

## Jeudi le 2 avril

### Thursday April 2nd

Potage carottes et poivrons/Carrot and pepper soup

Macaroni sauce à la viande gratiné/Gratinated macaroni with meat sauce

Muffin à la salade de fruits et jell-o à la cerise/Fruit salad muffin and cherry jell-o

## Mardi le 7 avril

### Tuesday April 7th

Soupe aux choux/Cabbage soup

Egg rolls (2) et riz au poulet avec légumes/Egg rolls (2) and chicken rice with vegetables

Gâteau au fromage avec coulis à la fraise/Cheese cake with strawberry coulis

## Jeudi le 9 avril

### Thursday April 9th

Soupe bœuf et orge/Beef and barley soup

Pâté au saumon avec sauce aux œufs, patates pilées et légumes/Salmon pie with egg sauce, mashed potatoes, and vegetables

Gâteau aux carottes avec glaçage à la vanille/Carrot cake with vanilla frosting

## Mardi le 14 avril

### Tuesday April 14

Soupe poulet et nouilles/Chicken noodle soup

Saucisse à l'emmental, patates pilées et légumes/Emmental sausage, mashed potatoes and vegetables

Croustade aux petits fruits/Berry crisp

## Jeudi le 16 avril

### Thursday April 16

Crème de navets /Turnip cream soup

Hamburger steak, oignons frits, patates pilées et légumes/Hamburger steak, fried onions mashed potatoes and vegetables

Biscuit bananes et pépites avec pouding au chocolat/Chocolate chip-banana cookie with chocolate pudding

## Mardi le 21 avril

### Tuesday April 21st

Soupe à l'alphabet/Alphabet soup

Cubes de bœuf aux légumes sur nouilles aux oeufs/  
Vegetable beef stew served on egg noodles

Tartelette à la fraise/Strawberry tartlet

## Jeudi le 23 avril

### Thursday April 23rd

Soupe tomate et riz/Tomato and rice soup

Pâté chinois/Shepherd's pie

Gâteau aux cerises et glaçage à la cerise marasquin/  
Cherry cake with maraschino cherry frosting

## Mardi le 28 avril

### Tuesday April 28th

#### Repas communautaire

Soupe aux pois/Pea soup

Jambon, saucisses, fèves au lard, patates rissolées, creton et salade de chou/Ham, sausages, baked beans, hashbrown potatoes, cretons, and coleslaw

Gâteau à l'érable et glaçage à l'érable/Maple cake with maple frosting

## Jeudi le 30 avril

### Thursday April 30th

Soupe aux pois/Pea soup

Jambon, saucisses, fèves au lard, patates rissolées, creton et salade de chou/Ham, sausages, baked beans, hashbrown potatoes, cretons, and coleslaw

Gâteau à l'érable et glaçage à l'érable/Maple cake with maple frosting

## Repas congelés

Frozen meals

Voir autre feuille



Afin de recevoir votre commande les mardis et jeudis, vous devez téléphoner au plus tard le mercredi de la semaine précédente avant 16 H 00 afin que nous puissions la préparer.

