



MultiCaf

www.multicaf.org

POPOTE ROULANTE

LA CAFÉTÉRIA COMMUNAUTAIRE MULTICAF

À COMPTER DU 1ER SEPTEMBRE, NOTRE SERVICE SERA ACCESSIBLE 5 JOURS PAR SEMAINE SOIT DU LUNDI AU VENDREDI. DE PLUS, IL SERA POSSIBLE DE COMMANDER LES REPAS EN PORTION INDIVIDUELLE ET CONGELÉE POUR RÉPONDRE AUX BESOINS POUR LE SOIR ET LA FIN DE SEMAINE.

Multi Caf est un organisme de lutte à la pauvreté qui inscrit son action dans l'amélioration des conditions de vie et l'atteinte de la sécurité alimentaire de toutes personnes à faible revenu de son territoire.

Telles des phares ou des guides, nos valeurs orientent notre conduite individuelle et nos interventions. Elles sont partagées et mises en action par tous au quotidien : Accueil, Respect, Compassion, Confiance, Solidarité.

PRÉSENTATION DU SERVICE

Depuis quelques années déjà, MultiCaf s'est associé au Bureau d'action bénévole de Montréal et le CLSC Côte-des-Neiges dans un projet de distribution de nourriture aux personnes âgées et isolées du secteur. Nos partenaires après étude de cas nous réfèrent ces personnes pour recevoir des repas à domicile. Nous sommes fiers de participer à ce travail de soutien à la sécurité alimentaire de nos aînés ou de personnes en perte d'autonomie. Cette visite régulière de nos bénévoles,



désormais *5 fois la semaine* est, pour ces gens, un lien social avec l'extérieur tandis que pour l'ensemble des partenaires travaillant aux efforts du support à domicile des personnes âgées, nous sommes une surveillance supplémentaire au travail des infirmières et travailleurs sociaux du CLSC ainsi qu'une aide complémentaire aux proches aidants.

À COMPTER DU 1ER SEPTEMBRE, NOTRE SERVICE SERA ACCESSIBLE 5 JOURS PAR SEMAINE SOIT DU LUNDI AU VENDREDI. DE PLUS, IL SERA POSSIBLE DE COMMANDER LES REPAS EN PORTION INDIVIDUELLE ET CONGELÉE POUR RÉPONDRE AUX BESOINS POUR LE SOIR ET LA FIN DE SEMAINE.

CARACTÉRISTIQUES DU SERVICE

- ◆ Repas chauds comprenant soupe, plat principal, dessert et pain
- ◆ Mets équilibrés cuisinés sans excès de gras et de sel ;
- ◆ Variété de menus préétablis (rotation sur une période de 4 semaines)
- ◆ Contenants compartimentés et thermos, scellés (allant aux micro-ondes et au four conventionnel)
- ◆ Repas livrés par des bénévoles, du lundi au vendredi
- ◆ Le coût d'un repas est de 5.00\$
- ◆ Choix de deux repas chauds par jour dont un végétarien
- ◆ Secteur de livraison élargi

MENUS SPÉCIAUX

Repas trépurée

Des plats en purée pour une déglutition sécuritaire !

Trépurée est un repas en purée qui assure une déglutition sécuritaire pour les personnes ayant des problèmes digestifs, de dysphagie ou souffrant de problèmes dentaires.



Chaque repas, qui comprend une portion complète de protéines, de légumes et de féculents, allie goût et texture. Les produits Trépurée sont faits avec des aliments de première qualité. Chaque repas, qui comprend une portion complète de protéines, de légumes et de féculents, allie goût et texture. Les produits Trépurée sont faits avec des aliments de première qualité. Emballé individuellement, vous n'avez qu'à réchauffer et servir.

MENUS

UN REPAS COMPREND UNE SOUPE, UN PLAT PRINCIPAL ET SON ACCOMPAGNEMENT ET UN DESSERT. COÛT : 5,00\$

SOUPE

- ◆ *Crème de légumes*
- ◆ *Crème de carottes*
- ◆ *Crème de champignons*
- ◆ *Crème de lentilles*
- ◆ *Crème d'épinards*
- ◆ *Soupe au bœuf et nouille*
- ◆ *Soupe minestrone*
- ◆ *Soupe poulet et nouilles*



PLATS PRINCIPAUX

- ◆ *Boulettes de bœuf scandinaves avec Purée de pommes de terre*
- ◆ *Hamburger-steak avec sauce brune avec puree de pomme de terre*
- ◆ *Pâté chinois*
- ◆ *Émincé de bœuf à l'asiatique avec riz asiatique*
- ◆ *Brochettes de bœuf avec riz*
- ◆ *Ragoût de Bœuf avec nouilles aux œufs*
- ◆ *Pain de viande (bœuf) avec patates en purée*
- ◆ *Poivrons farcis (au bœuf) avec riz brun*
- ◆ *Pilons de poulet à l'orientale avec couscous*
- ◆ *Poulet chasseur avec Riz aux fines herbes*
- ◆ *Quiche (œuf) au Poulet*
- ◆ *Cuisse de Poulet BBQ avec pommes de terre rôties*
- ◆ *Poulet à la King avec riz*
- ◆ *Poulet au miel et citron*
- ◆ *Poulet Tetrazinni avec pâtes*

- ◆ *Poulet Alfredo avec nouilles aux œufs*
- ◆ *Coucoux aux poulet et légumes*
- ◆ *Jambon aux pêches avec riz pilaf*
- ◆ *Jambon à l'ananas avec purée de pommes de terre*
- ◆ *Côtelettes porc à l'ananas avec Purée de pommes de terre*
- ◆ *Filet de porc avec riz brun*
- ◆ *Saucisse italienne (porc)*
- ◆ *Saumon citron et fines herbes avec Riz à l'orientale*
- ◆ *Tilapia sauce citronné avec pomme de terre grelots*
- ◆ *Casserole Nouilles et Thon*
- ◆ *Lasagne*
- ◆ *Pâtes aux saucisses douces et olives*
- ◆ *Pâtes aux boulettes de veau*
- ◆ *Penne prima Vera sauce Alfredo*
- ◆ *Macaroni au bœuf gratiné*
- ◆ *Spaghetti avec boulettes de viande (bœuf)*
- ◆ *Mini aloyaux d'agneau avec patates en purée*

DESSERTS

- ◆ *Choix du chef, salade de fruit*

Tous nos repas peuvent être offerts congelés en portions individuelles avec toute la saveur de la cuisine maison !

Livraison à domicile du lundi au jeudi en même temps que la livraison du repas de la journée.

Téléphone : 514-733-0554 poste 206

**MULTI CAF VOLET POPOTE
ROULANTE**

QUI SOMMES-NOUS

Président du conseil d'administration	Jean-Pierre Martin
Directeur général	Jean-Sébastien Patrice
Coordonnateur des services	Fred Mehrabi
Assistante services alimentaires	Lena Agobian
Chef cuisinier	Adel Ben Della

POUR VOUS SERVIR !



**Entrée des clients : 3591 rue Appleton, Montréal
Adresse administrative : 3600 avenue Barclay, Montréal,**

**Ouvert du lundi au jeudi de 9h00 à 16h30 et le vendredi
de 11h00 à 16h30.**

**Téléphone : (514)733-0554 poste 206
Télécopie : (514)733-2760
Messagerie : info@multicaf.org
Site internet : www.multicaf.org**