

# La Tablée du Tremplin

## \* Horaire pour le service du repas \*

Lundi au vendredi : 11 h 45 à 12 h 45

### Prix

(\* repas complet \*)

	Adulte 13 ans +	Jeune 6-12 ans	Enfant 0-5 ans
Membre	3,50 \$	1,75 \$	1,25 \$
Non-membre	4,50 \$	2,25 \$	1,75 \$

\*REPAS COMPLET, incluant soupe, salade, plat principal, dessert, avec thé, café ou jus.\*

Carte-repas Membre	Carte-repas Jeune 6-12 ans	Carte-repas Enfant 0-5 ans
6 repas adulte	6 repas jeune	6 repas enfant
18 \$	9,25 \$	6,75 \$

## \* Comptoir mets cuisinés \*

Menus variés, santé et économiques

Lundi au vendredi, entre 9 h et 15 h 30

Soupe :	3,00 \$
Pâté :	5,25 \$
Sauce à spaghetti :	5,00 \$
Plat principal :	3,50 \$
Dessert :	2,00 \$ et +

**NOUVEAU!!**  
Format familial  
disponible :  
10 \$

la maison tremplin  
de longueuil  
Pour le mieux-être des familles

# La Tablée du Tremplin

Du 5 au 30 novembre 2018

## CAMPAGNE 2018

OBJECTIF : 300 \$



RASSEMBLER  
POUR AIDER • AIDER POUR  
RASSEMBLER

265, rue Toulouse  
450-442-4019

[www.maisontremplin.com](http://www.maisontremplin.com)

# Novembre

lundi 5 novembre	Mardi 6 novembre	mercredi 7 novembre	jeudi 8 novembre	vendredi 9 novembre
<b>Pilon de poulet miel et ail</b>	<b>Pâtes carbonara (porc)</b>	<b>Hamburger steak</b>	<b>Pâté au saumon</b>	<b>Paëlla au poulet (ESPAGNE)</b>
lundi 12 novembre	mardi 13 novembre	mercredi 14 novembre	jeudi 15 novembre	vendredi 16 novembre
<b>Steak aux poivrons (bœuf)</b>	<b>Saucisses porc et bœuf</b>	<b>Linguini Primavera (fromage)</b>	<b>Boulettes aigre-douce (porc) PÉDAGO</b>	<b>Poulet Tandoori (INDE) PÉDAGO</b>
lundi 19 novembre	mardi 20 novembre	mercredi 21 novembre	jeudi 22 novembre	vendredi 23 novembre
<b>Pâté chinois (bœuf)</b>	<b>Croquettes de thon</b>	<b>Boulettes porc-épic (porc)</b>	<b>Lasagne au poulet</b>	<b>Gratin aux légumes (AUSTRALIE)</b>
lundi 26 novembre	mardi 27 novembre	mercredi 28 novembre	jeudi 29 novembre	vendredi 30 novembre
<b>Poulet Campagnard</b>	<b>Poisson Kabuli Palow</b>	<b>Poulet à la dijonnaise</b>	<b>Spécialités chinoises (Porc-poulet)</b>	<b>Steak Strogonoff (RUSSIE)</b> <b>« POUR CENTRAIDER »</b> <b>*5 \$ / repas adulte*</b> <b>** Carte-repas non-valide**</b>

## Saviez-vous que...



- ✓ Centraide est le principal bailleur de fonds de la maison Tremplin de Longueuil depuis 1994.
- ✓ Les principaux enjeux: la famille, la réussite scolaire, l'inclusion et l'amélioration des conditions de vie (alimentation et vêtements)
- ✓ Par son financement, Centraide soutient les actions de l'organisme :
  - des repas chauds à 3,50 \$ / adulte (prix membre)
  - des collations gratuites pour les participants et les bénévoles
  - un programme éducatif (0-12 ans) à moindre coût
  - etc.

Venez nous mettre au défi ☺ pour Centraide!

\* LE MENU PEUT ÊTRE MODIFIÉ SANS AVIS \*