

Pour plus d'informations ou pour faire provision de vos repas congelés.

Carrefour Montrose

5350, rue Lafond

Local 1.430

Montréal

Le service communautaire de popote congelée est offert les mardi et jeudi de 9h00 à 12h00

Livrés à votre domicile par des bénévoles*

*Selon certaines conditions

****les menus peuvent varier**



Clientèle desservie

La clientèle visée par ce service communautaire est toute personne âgée de 60 ans et plus inscrite au Carrefour Montrose et résidant dans le quartier Rosemont.

Durant la Covid-19 la livraison est gratuite.

Le maximum de plats pour la

livraison est de 15 plats

Payable sur réception

Comptant exact ou chèque

Aucun crédit

Les prix sont sujets à changement sans préavis

Le CCBM présente ses nouveaux produits artisanaux (commande spéciale)



Confit d'oignons à l'érable: un mélange raffiné d'oignons, de beurre et de sirop d'érable; Idéal pour vos fromages et pâtés.

125 ml 4.50\$

Confit de betteraves rouges : un petit + que la marinade de betteraves régulière, ce confit est idéal avec les tourtières, ragoûts et pot-au-feu.

125 ml 2.50\$

250 ml 4.50\$

Confit de betteraves jaunes à l'orange: un petit + que la marinade de betteraves régulière, ce confit est excellent avec les pâtés de campagne, pâté de foie gras et rillettes.

125 ml 2.50\$

250 ml 4.50\$

Relish de courgettes aux piments type Espelette: meilleure que la relish traditionnelle, un parfait accompagnement pour vos viandes.

125 ml 2.50\$

250 ml 4.50\$

Gelée de cidre, érable et piment type Espelette:

Riche en saveur et en texture, cette exquise gelée au goût juste assez sucré et piquant.

125 ml 4.50\$

Po te
Montcalm Matawinie

Repas faits maison et mets préparés disponibles au Carrefour Montrose !

Carrefour Montrose

**Pendant la COVID 19
Appelez ce numéro :
438 522-5350**

Ce service vous est offert grâce au

Centre Communautaire Bénévole Matawinie

Repas Traditionnels

Bœuf aux carottes 400 g 4.75\$

Un plat à l'ancienne vous proposant du bœuf haché et des légumes d'hiver le tout dans une sauce maison à la crème de tomates.

Cigare au chou 425 g 4.50\$

Cigare au chou maison accompagné de purée de pommes de terre et légumes de saison.

Pain de viande sauce tomate 450 g 4.75\$

Délicieux pain de viande traditionnel accompagné de légumes de saison et purée de pommes de terre.

Saucisses porc et bœuf 350 g 4.50\$

Saucisses porc et bœuf avec sauce à l'oignon accompagnées de pommes de terre et de pois verts.

Spaghetti sauce à la viande 350 g 4.50\$

Un fabuleux mélange de viande, de légumes et d'épices qui vous rappellera le spaghetti de votre enfance.

Hamburger Steak 400 g 4.75\$

Galette de bœuf, sauce brune et oignons frits, servie avec purée de pommes de terre et légumes de saison.

Jambon à l'ananas 4.25\$

Jambon en tranches accompagné de sauce à l'ananas, purée de pommes de terre et carottes.

Lanières de Dinde à Provençale 4.00\$

Sauté de dinde, Riz Pilaf, Haricot verts, Beurre à l'ail.

Bœuf Bourguignon 450 g 4.35\$

Cubes de bœuf, pâtes fusilli et légumes dans une sauce au vin rouge.

Pâté chinois 400 g 4.50\$

Bœuf braisé 425 g 5.25\$

Bœuf, fond brun maison, pomme de terre, légumes, bacon, fécule de maïs, navet, carotte, fève verte.

Ragoût de boulettes et pattes de porc 5.25\$

Riz fritt au poulet 375 g 4.75\$

Riz, poulet, fond blanc maison accompagnés de légumes.

Repas gourmands

Fricadelle de veau sauce aux champignons 425 g 5.50\$

Boulettes de veau parfaitement assaisonnées et accompagnées d'un délicieux gratin de pommes de terre et de légumes de saison.

Fusillis au poulet à l'orientale 350 g 4.75\$

Une recette exquise et santé débordante de légumes et faible en sodium. Un plat de poulet et de pâtes rehaussé de sauce soja.

Sauté de filet de porc teriyaki 375 g 5.00\$

Un parfait mélange de porc, de légumes et de sauce teriyaki, servi sur un lit de riz basmati.

Boulettes flamandes BLA 400 g 4.50\$

Porc, agneau, bœuf, veau, eau, chapelure de blé, Sauce (eau farine de riz, sirop d'érable, etc.).

Poulet cacciatore, sauce au vin blanc 400g 5.00\$

Tomate, poulet, pâte de blé, champignon, olivenoire, eau, vin blanc, farine de riz, ail, huile végétale, pâte de tomates, épices.

Boulettes de porc à la chinoise 350 g 4.25\$

Boulettes de porc avec sauce teriyaki, ail et gingembre servies avec riz pilaf et haricots verts.

Macaroni cheddar fort et bacon 5.00\$

Cassolette de volaille 5.00\$

Tortellinis sauce rosée 4.25\$

Macaroni à la viande 4.75\$

Gratin dauphinois 3.50\$

Pâté chinois à l'effiloché 400 g 5.00\$

Même délicieuse recette que le pâté chinois traditionnel, en y remplaçant le bœuf haché par un succulent effiloché de porc.

Lasagne à la viande 4.50\$

Une lasagne à la viande tel qu'on la connaît nappée de fromage mozzarella.

Sauce spaghetti à la viande maison

Contenant 1 litre 8.00\$

Contenant 1/2 litre 4.75\$

Assiette de tourtière 4.50\$

2 mini tourtières accompagnées de purée de pommes de terre, légumes d'accompagnement et sauce Éclatée de canneberges.

Mignon de porc 5.25\$

Repas végétariens

Chili végétarien 420 g 4.50\$

Un plat bien équilibré qui regroupe divers légumes et assaisonnements pour vous offrir un repas complet et santé.

Macaroni au fromage 4.50\$

Croquettes de saumon 5.50\$

Filets de poisson en sauce 420 g 4.25\$

Filet de Goberge, riz Pilaf, Haricots verts, Beurre à l'ail.

Lasagne jardinière 4.25\$

Lasagne végétarienne remplie de légumes.

Spaghetti blé entier sauce aux légumes 4.25\$

Pâtes de blé entier sous une généreuse sauce débordante de légumes et un petit ajout de protéines de soya en remplacement de la viande.

Soupes et Potages

Soupe chou et orge / 12 oz 3.50\$

Délicieuse soupe de chou, d'oignons, de carottes et d'orge agrémentée de diverses épices.

Crème de carottes à l'orange / 15 oz 3.50\$

Potage onctueux de carottes, de crème 15% et légèrement rehaussé d'orange et d'épices.

Soupe aux pois 3.50\$

Velouté douceur de la Thaïlande 3.50\$

Soupe minestrone 3.50\$

Desserts*

Portion pour 2 personnes

Gâteaux aux carottes 3.50\$

Pouding chômeur 3.75\$

Croustade aux pommes et canneberge 3.00\$

Portion familiale

Carré aux dattes 5.00\$

Tarte aux pommes 5.00\$

Tarte au sucre à la crème 5.00\$

* Achat d'un fournisseur local