

Toujours à la recherche de bénévoles

C'est grâce à notre FANTASTIQUE
équipe de bénévoles que nous pouvons
vous offrir autant de services.

Joignez-vous à nous pour encourager la
saine alimentation et la sécurité
alimentaire de tous les habitants de
notre belle région!

Vous avez le POUVOIR de faire la
différence!



À votre rythme et
selon vos disponibilités!



Organisme à but non lucratif œuvrant
depuis 2007 dans la Petite-Nation

Apprendre à s'alimenter de la
semence à l'assiette, voilà l'esprit
de notre organisme qui travaille
tous les jours à favoriser
l'autonomie alimentaire de la
population.

Ateliers culinaires et horticoles

Jardins nourriciers

Popote roulante Frigo Quiroule

Groupe d'achat

Escouade anti-gaspillage

Traiteur social

819 983-1714

179 rue Principale, Saint-André-Avellin

La popote à votre porte!



819 983-8178



Repas cuisinés SUR PLACE

Prêts-à-emporter

Service traiteur

179 rue Principale,
Saint-André-Avellin



Livraison dans toute
la Petite-Nation

Un service de l'



Des repas sains
Prêts à réchauffer
Prix abordables
Besoin de solutions
simples pour vos repas?

**Nous sommes là
pour vous!**

Passez en boutique ou
commandez avant le jeudi 12h00
pour la livraison du jeudi suivant



819 983-8178



frigoquiroule.aap@gmail.com

Possibilité de
tarification sociale

☆ ☆ ☆ Nouvelle

Le menu

Portions individuelles-Produits congelés



BOEUF ET PORC

- Boulette de viande à l'italienne ☆☆☆ 6,60\$
- Hamburger steak 6,60\$
- Lasagne gratinée 7,45\$
- Lo Mein au porc 6,60\$
- Médailillon de porc et sauce au diable ☆☆☆ 6,60\$
- Mijoté de boeuf et carottes 6,60\$
- Pâté chinois 6,60\$
- Sauté de porc au caramel ☆☆☆ 6,60\$



VÉGÉTARIEN

- Fettuccine aux brocolis 7,45\$
- Galette du jardinier 7,45\$
- Lasagne crémeuse aux légumes rôtis 7,45\$
- Quiche aux légumes 6,60\$

Demandez nos produits du moment!

- Soupe - 500 ml 6,05\$
- Repas 7,15\$
- Dessert 2,75\$

Visitez notre page Facebook



POULET

- Casserole de poulet, brocoli et cheddar 7,45\$
- Pâté au poulet (portion) 6,60\$
- Pâté au poulet (entier) 12,45\$
- Poulet à l'érable et à la moutarde 7,45\$
- Poulet sauce crémeuse à la courge ☆☆☆ 7,45\$
- Rigatoni au poulet et pesto ☆☆☆ 7,45\$



PIZZA SUR PAIN NAAN

- FOR toute garnie, olives, bacon 7,70\$
- Toute garnie 7,45\$
- Végétarienne traditionnelle 7,45\$



POISSON

- Aiglefin crémeux au parmesan 7,15\$
- Croquettes de poisson (aiglefin) 7,15\$
- Poisson à la québécoise 7,15\$

Nous encourageons les producteurs locaux

Consultez le www.frigoquiroule.com