



MENU



Un(e) technicien(ne) en diététique vous aidera à choisir les plats qui correspondent à votre régime alimentaire, il se peut que les choix soient plus limités et qu'il y ait une variation dans la disponibilité des aliments au menu.

Le service alimentaire et celui de la nutrition clinique sont heureux de vous offrir une variété d'aliments qui contribueront à votre rétablissement

*Disponible à l'hôpital Royal Victoria (site Glen)
et à l'hôpital général de Montréal*

Bon appétit!

Menu du jour

		Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Semaine 1	Dîner	Crème de pommes de terre • Paté chinois OU • Pain de pois chiche, sauce béchamel aux fines herbes	Crème de carottes • Spaghetti sauce à la viande OU • Rôti de porc, sauce aux pommes	Crème de chou-fleur • Chili végétalien OU • Pain de dinde, sauce crème aux canneberges	Soupe des trois sœurs • Boulettes de bœuf, sauce marinara OU • Carré au saumon	Crème de tomates • Porc parmentier OU • Frittata fromage et asperges	Crème de carottes • Riz au poulet OU • Croquettes de poisson, sauce béchamel aux fines herbes	Soupe noce à l'italienne • Casserole de pois chiches OU • Boulettes de bœuf suédoises
	Souper	Crème de légumes • Bœuf bourguignon OU • Pain de pois chiche, sauce béchamel aux fines herbes	Soupe poulet et nouilles • Frittata fromage et légumes OU • Rôti de porc, sauce aux pommes	Soupe minestrone • Pilons de poulet sauce miel et ail OU • Pain de dinde, sauce crème aux canneberges	Crème de légumes • Macaroni au fromage OU • Carré au saumon	Soupe poulet et nouilles • Casserole de veau OU • Frittata fromage et asperges	Soupe minestrone • Fusili sauce à la viande OU • Croquettes de poisson, sauce béchamel aux fines herbes	Crème de légumes • Rôti de dinde, sauce brune OU • Boulettes de bœuf suédoises
Semaine 2	Dîner	Crème d'épinards • Pâté chinois veau et lentilles OU • Fusili primavera	Crème de courgettes • Porc aux légumes OU • Pain de pois chiche, sauce béchamel aux fines herbes	Soupe des trois sœurs • Bœuf stroganoff OU • Farfalles sauce rosée aux haricots blancs	Crème de courges • Assiette mexicaine OU • Saumon, sauce béchamel à l'aneth	Soupe noce à l'italienne • Spaghetti aux lentilles OU • Carré de veau et aubergines	Soupe bœuf et orge • Rôti de porc, sauce brune à la moutarde OU • Riz au poulet et pois chiches	Crème de poireaux • Pilons de poulet teriyaki OU • Poisson blanc tomate et origan
	Souper	Soupe poulet et nouilles • Omelette aux légumes et fromage, sauce salsa OU • Fusili primavera	Soupe minestrone • Pilons de poulet BBQ OU • Pain de pois chiche, sauce béchamel aux fines herbes	Crème de légumes • Frittata poireaux et tomates OU • Farfalles sauce rosée aux haricots blancs	Soupe poulet et nouilles • Boulettes de bœuf sauce aux pêches OU • Saumon, sauce béchamel à l'aneth	Soupe minestrone • Pain de dinde, sauce crème aux canneberges OU • Carré de veau et aubergines	Crème de légumes • Chili con carne OU • Riz au poulet et pois chiche	Soupe poulet et nouilles • Lasagne végétarienne OU • Poisson blanc tomate et origan

Repérez la date et sélectionnez le repas selon la semaine de menu :

Semaine 1 ou **Semaine 2**

D	L	M	Mo	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

D	L	M	Mo	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

D	L	M	Mo	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

D	L	M	Mo	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

D	L	M	Mo	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

D	L	M	Mo	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

D	L	M	Mo	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

D	L	M	Mo	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

D	L	M	Mo	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

D	L	M	Mo	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

D	L	M	Mo	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

D	L	M	Mo	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



Menu à la carte

DÉJEUNER

- Gruau **ou** céréales froides (*Bran Flakes, Corn Flakes, Cheerios* ou *Rice Krispies*)
- Rôties (pain brun, blanc ou sans gluten), bagel, crêpe
- Muffin (bleuets, son et raisins, canneberges et oranges ou avoine et pommes)
- Œuf (brouillé ou cuit dur)
- Fromage (cheddar ou cottage)
- Fruit (orange, pomme ou banane)

DÎNER ET SOUPER

- Spaghetti à la viande **ou** aux lentilles
- Hambourgeois au bœuf **ou** végétarien
- Sandwich (œufs, poulet, fromage ou thon)
- Assiette froide (tofu, légumineuses, fromage ou salade de poulet)
- Macaroni au fromage
- Pizza végétarienne

DESSERT

- Fruit (orange, pomme ou banane), fruits en conserve (poire ou pêche) **ou** compote de pommes
- Pouding (chocolat ou vanille), riz au lait **ou** blanc-manger (vanille ou caramel)
- Biscuits (chausson aux fraises ou social thé)
- Carré à la guimauve
- Gelée (fraises ou orange)
- Yogourt (vanille ou fruits)

ACCOMPAGNEMENTS

- Soupe (poulet et nouilles, minestrone ou crème de légumes)
- Tranches de tomates **et/ou** concombre
- Fromage (cheddar ou cottage)
- Salade verte
- Biscuits soda
- Pain bannique

BREUVAGES

- Café, thé **ou** tisane (vert, menthe ou citron)
- Jus (orange, canneberge, pomme ou pruneaux)
- Boisson de soya à la vanille
- Lait (0%, 2%, chocolat ou sans lactose)

CONDIMENTS

- Confiture (fraise, marmelade, pomme ou miel)
- Beurre d'arachides, margarine **ou** beurre
- Ketchup, relish, moutarde **ou** mayonnaise
- Vinaigrette (césar, italienne, française ou huile et vinaigre)
- Sirop de table

