

Déjeuners et collations à toute heure... ou presque!

PLUSIEURS AUTRES CHOIX
À TRAVERS LE MENU SONT
DISPONIBLES EN COLLATION.
POUR LES IDENTIFIER, REPÉREZ ★!

Sources de protéines

JAMBON

FROMAGES

- Fromage marbré en bâtonnet
- Cheddar blanc
- Léger en tranche
- Suisse

YOGOURTS SANS GÉLATINE

- Vanille
- Pêche
- Nature

ŒUFS ET OMELETTES

- Œuf cuit dur
- Œufs brouillés
- Omelette nature
- Omelette au fromage

SANDWICH AU FROMAGE GRILLÉ

- Pain blanc

SANDWICH MATIN

(œuf et fromage +
mayonnaise ou margarine/
beurre en option)



Crêpes et cie

- Crêpe
- Gaufre
- Pain doré

Complétez avec un (1) fruit au choix:
banane ou pêche



Produits céréaliers

PAINS (GRILLÉS* OU NON)

- * Le pain grillé n'est pas disponible en collation
- Pain tranché blanc
- Muffin anglais nature
- Bagel nature

MUFFINS MAISON

- Banane

CÉRÉALES FROIDES

- Chex au riz
- Corn Flakes
- Rice Krispies

CÉRÉALES CHAUDES

- Crème de blé

CÉRÉALES DE BÉBÉ

- Avoine
- Mixte (avoine, blé et riz)
- Riz



Fruits

FRAIS

- Banane
- Orange
- Clémentine (hiver)

EN PURÉE

- Pêche
- Poire
- Pomme bio
- Pomme et bleuet
- Pomme et fraise
- Pomme et pêche

EN CONSERVE

- Pêches en dés
- Mandarines



Condiments et confitures

- Beurre
 - Margarine
 - Gelée de pomme
 - Fromage à la crème léger
 - Confiture (pêche-érable)
 - Miel
 - Sirop d'érable
 - Wow butter crémeux
- (Petite soeur du beurre d'arachide... sans arachides ni noix!)

Smoothies (avant 15 h)

Contient :
lait et yogourt sans gélatine

- Banane
- Pêche

(Optionnel)
Complétez avec une touche
de cassonade



Boissons

FROIDES

- Lait
- (écrémé, 2 %, 3,25 %, au chocolat 1 % ou sans lactose)
- Boisson de soya bio
- (vanille ou sans sucre)
- Boisson d'avoine nature
- Jus d'orange
- Jus de pomme
- Jus de raisin
- Cocktail de canneberge

CHAUDES

- Café
- (régulier ou décaféiné)
- Thé noir
- Thé vert
- Tisane au fruit de la passion
- Tisane au tilleul et à la menthe
- Eau chaude



Légende

- L Convient au régime liquide strict
- SL Convient au régime semi-liquide

- G Contient de la gélatine
- X Viande sans antibiotiques ni hormones

- Q Aliment local (du Québec)
- ★ Disponible en collation
- ▼ Interdit au régime Sans résidu strict sauf si autorisation de la nutritionniste

Menu sans résidu

Régime « Sans résidu strict »
Régime « Sans résidu moyen »
6 h 30 à 19 h



Delipapilles!

Que mangerez-vous de bon aujourd'hui?

Chaque jour, vous choisissez jusqu'à **3 repas** et **3 collations**.

Comment faire?

C'est simple comme dans 1-2-3-4!

- 1 Consultez**
le menu
- 2 Sélectionnez**
1 repas (+ accompagnements) et 1 collation
- 3 Appelez**
le centre d'appels au poste 4747 (de la chambre)
ou au 514 345-4747 pour poser vos questions
et donner vos choix à une technicienne
ou un technicien en diététique.

(ayez en main le numéro de chambre et de l'étage)

Heures d'ouvertures du centre d'appels

6 h 30 à 19 h

(sauf de 10 h 30 à 11 h et 15 h 30 à 16 h)

- 4 Recevez**
votre commande en moins de 60 minutes.

À répéter jusqu'à trois fois par jour.

Plat du jour et liste de prix (visiteuses et visiteurs)

ENVIE DE FAIRE CHANGEMENT ? PAS ENVIE DE DÉCIDER ?

En plus du menu que vous avez en main,
vous avez accès à un **plat du jour**.

Chaque plat du jour inclut une soupe,
un mets principal et des accompagnements
(offerts séparément).

Nous vous informons du plat
d'aujourd'hui lors de votre commande.

Pour consulter la version web du menu
de la semaine ainsi que notre liste de prix
(service de repas aux visiteuses et visiteurs),
balayez ce code QR :



Dîner : 11 h à 13 h 30 / Souper : 16 h 30 à 18 h 30

Pour consulter ce **menu**
en version numérique
et découvrir les **aires de restauration**
du CHU Sainte-Justine,
vous pouvez suivre ce lien :
chusj.org/Delipapilles
ou scanner ce code QR.



Le menu est sujet à changement sans préavis. La viande servie n'est pas certifiée halal. En présence d'allergies alimentaires, d'intolérance au gluten ou de certains régimes et groupes d'âge, certains items pourraient ne pas être permis en commande. D'autres aliments vous seront proposés en remplacement. Des aliments biologiques et locaux sont intégrés au menu depuis 2018, en collaboration avec Équiterre.



Plats principaux et cie

1. Sélectionnez votre type de repas :

Pizza, Bar à pâtes, Sauté, Sandwich, Hamburger ou Classiques (maximum d'un plat)

2. Faites votre choix parmi les catégories d'aliments

3. Complétez avec un accompagnement (maximum) si désiré (voir «Accompagnements» à la page 3).

Psst!

LE CHIFFRE ENTRE PARENTHÈSES ()
INDIQUE LE NOMBRE DE CHOIX
MAXIMUM À FAIRE POUR CHAQUE
CATÉGORIE.

Pizza

1. PÂTES (1)

- Pizza à pâte blanche

2. PROTÉINES (1)

- Jambon
- Poulet
- Thon
- Tofu



3. GARNITURES (3)

- Ananas
- Champignon
- Poivron vert

Possibilité de gratiner

Bar à pâtes

1. PÂTES (1)

- Macaroni blanc
- Spaghetti blanc

2. SAUCES (1)

- Alfredo
- Marinara
- Rosée

3. PROTÉINES (1)

- *Seulement avec les sauces Alfredo, Marinara et Rosée*
- Poulet
- Tofu



Sauté

1. FÉCULENTS (1)

- Macaroni blanc
- Spaghetti blanc
- Riz blanc

2. PROTÉINES (1)

- Poulet
- Tofu

3. LÉGUMES (1)

- Carottes et haricots

4. SAUCES (1)

- Soya

Sandwich et hamburger

Psst! SÉLECTIONNEZ LE CHEMIN A OU B ET SUIVEZ LES FLÈCHES!

→ PAINS (1)

→ PROTÉINES (1)

→ CONDIMENTS (3 ou 4) → GARNITURES (3)

A Sandwich

- Pain tranché blanc
- Pain à salade nature (2)

- Salade de poulet ou d'œufs ou de jambon haché*
- Poulet coupé
- Jambon tranché
- Thon

- Margarine
- Beurre
- Mayonnaise
- Moutarde

- Fromage léger en tranche
- Cheddar blanc
- Suisse

B Hamburger

- Pain hamburger

- Galette (bœuf)

* Condiment déjà inclus

- Mayonnaise
- Moutarde
- Ketchup
- Relish

Légende

- Ⓛ Convient au régime liquide strict
- Ⓛ Convient au régime semi-liquide

- ⓐ Contient de la gélatine
- ⓧ Viande sans antibiotiques ni hormones

- 📍 Aliment local (du Québec)
- ★ Disponible en collation
- 🚫 Interdit au régime Sans résidu strict sauf si autorisation de la nutritionniste

Pssst!

SI VOUS LE SOUHAITEZ, VOUS POUVEZ AGRÉMENTER L'ASSIETTE PRINCIPALE AVEC LES CHOIX DE SAUCES ET CONDIMENTS, D'UNE SOUPE, DE CRAQUELINS ET/OU D'UN DESSERT. N'OUBLIEZ PAS DE CHOISIR VOTRE COLLATION! ★

Classiques

Attention! Les « classiques » ne peuvent pas être commandés avec un autre plat principal.

METS COMPOSÉS

- Lasagne (à la viande ✕ ▼ ou aux tomates ▼)
- Sandwich au fromage grillé (pain blanc ▼)

PROTÉINES

- Possibilité de commander deux accompagnements
- Galette (bœuf ✕ ○)
 - Jambon ○
 - Filet de poisson blanc
 - Longe de saumon
 - Rôti de dinde ○
 - Poitrine de poulet grillée
 - Omelette avec ▼ ou sans fromage ○

Sauces et condiments

- Ketchup
- Mayonnaise
- Moutarde ▼
- Parmesan (15 ml) ▼
- Quartier de citron
- Sauce au bœuf ou au poulet ○
- Sauce soya
- Sauce piquante

Accompagnements

LÉGUMES CHAUDS

- Carotte ○ ▼
- Haricot jaune ○ ▼
- Carotte et haricot ○ ▼

FÉCULENTS CHAUDS

- Macaroni blanc ○
- Pomme de terre bouillie ○
- Pomme de terre purée ○
- Spaghetti blanc ○
- Riz blanc

Soupes

- Poulet et nouilles
- Bouillon L SL ○
- Jus de légumes ★



Craquelins

- Biscuits soda (2) ★
- Toasts Melba (2) ○ ★

Becs sucrés

POUDINGS

- Lait SL ○ ★ ▼
- Chocolat SL ○ ★ ▼
- Caramel SL ○ ★ ▼
- Riz ○ ★ ▼

YOGOURTS SANS GÉLATINE

Des options de yogourt sont disponibles à la section Sources de protéines, p. 4

JELLO

- Fraise L SL G ★
- Orange L SL G ★

BISCUITS

- Social thé (2) ○ ★
- Farine d'avoine (2) ★
- Soleil vanille ○ ★ ▼

PRODUITS GLACÉS

Maximum d'un produit glacé

- Lait glacé SL ○ ▼ (vanille, fraise)
- Popsicle à l'orange L SL
- Sorbet à la framboise L SL
- Sorbet bio L SL ○ ▼ (fraise ou mangue)
- Yogourt glacé en tube (assortis) SL ○ ▼



FRUITS

Des fruits frais, en purée ou en conserve sont aussi disponibles à la section Fruits, p. 4

PÂTISSERIES

- Carré aux Rice Krispies G ★
- Galette à la mélasse ★
- Gâteau au chocolat ★ ▼
- Gâteau blanc avec glaçage à la vanille ★
- Muffin maison ★ ▼ (banane)



Textures adaptées

* Plusieurs produits hachés ou en purée sont autorisés. Lors de votre appel, n'hésitez pas à demander pour les repérer.

PURÉE

Légumes

- Carotte ○ ▼
- Haricot jaune ○ ▼
- Courge ○ ▼

Fruits

Voir à la section Fruits, p. 4, pour les options en purée.

Protéines

- Agneau ✕
- Bœuf ✕ ○
- Poulet bio ✕ ○
- Saumon

HACHÉE

Légumes

- Carotte ○ ▼
- Haricot jaune ○ ▼

Protéines

- Agneau ✕
- Bœuf ✕ ○
- Poulet bio ✕ ○

SAUCE

- Bœuf ○
- Poulet ○
- Marinara

CÉRÉALES DE BÉBÉ

- Avoine
- Mixte (avoine, blé et riz)
- Riz