

Menu à la carte

Déjeuner

- Gruau ou Céréales froides (Bran Flakes, Corn Flakes, Cheerios, Rice Krispies)
- Rôties (pain brun, blanc, sans gluten) **ou** Bagel **ou** Crêpe **ou** Muffin (bleuet, son & raisin, canneberge & orange, avoine & pommes)
- Œuf (brouillé, cuit dur)
- Fromage (cheddar, cottage)
- Fruit (orange, pomme, banane)

Dîner & souper

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

Dessert

- Fruits (orange, pomme, banane) **ou** Fruits en conserve (poire, pêche) **ou** Compote de pommes
- Biscuits (avoine, social thé)
- Carré à la guimauve
- Pouding (chocolat, vanille) **ou** Riz au lait ou Blanc-manger (vanille, caramel)
- Gelée (fraises, orange)
- Yogourt (vanille, fruits)

Condiments

- Confiture (fraises, marmelade, pommes, miel)
- Sirop de table
- Beurre d'arachides, Margarine ou Beurre
- Ketchup, Relish, Moutarde, Mayonnaise
- Vinaigrette (césar, italienne, française, huile & vinaigre)

Accompagnements

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



Breuages

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

Veuillez noter

Le service alimentaire et celui de la nutrition clinique sont heureux de vous offrir un service de menu à la carte.

Afin de commander votre repas, composer le 46368. 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.

Si vous n'êtes pas en mesure d'appeler ou si vous dépassez le délai pour passer votre commande, vous recevrez un repas standard.

Nous vous remercions de votre compréhension.

Notre priorité est de vous offrir une variété d'aliments qui contribueront à votre rétablissement.



Centre universitaire
de santé McGill



McGill University
Health Centre



COMPOSEZ le 4-MENU (46368)

514-934-1934 Ext. : 46368

Disponible à l'hôpital Royal Victoria & à
l'hôpital général de Montréal

Heures d'appel (ouvert 9h à 18h30)

Déjeuner : La veille avant 18h30

Dîner : Avant 10h30

Souper: Avant 15h30

Bon appétit !

		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 chiches, 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 boeuf 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 chiches, 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
- Semaine 2

SEPTEMBRE 2023						
D	L	M	M	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

OCTOBRE 2023						
D	L	M	M	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				

NOVEMBRE 2023						
D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
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		

DÉCEMBRE 2023						
D	L	M	M	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						

JANVIER 2024						
D	L	M	M	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			

FÉVRIER 2024						
D	L	M	M	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		

MARS 2024						
D	L	M	M	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						

AVRIL 2024						
D	L	M	M	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				

MAI 2024						
D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
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	

JUIN 2024						
D	L	M	M	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						

JUILLET 2024						
D	L	M	M	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			

AOÛT 2024						
D	L	M	M	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