

ENTRÉES

Crêpe * (1)	24
Crêpe aux pépites de chocolat* (1)	28
Pain perdu* (1 tranche)	29
Œufs brouillés (1/2 tasse)	2
Œuf dur (1)	1
Biscuits et sauce*▲	41
Sandwich aux œufs et au fromage*▲	32
+ Jambon▲	1
+ Bacon▲	0
Œuf et fromage anglais	
Sandwich aux muffin*▲	39
+ Jambon▲	0
+ Bacon▲	0
Flocons d’avoine*	12
Cream of Wheat*®	11
Cheerios®	21
Froot Loops®	19
Raisin Bran®	28

YAOURT

Fraise (grec)	15
Vanille (grec)	7
Tarte au citron vert (légère)	16
Vanille	27
Parfait au yaourt et aux baies	47

ACCOMPAGNEMENTS POUR LE PETIT-DÉJEUNER

Toast de blé (1 tranche)	12
Pain blanc (1 tranche)	13
Biscuit * ▲	31
Pain aux bananes▲	53
Gâteau au café et à la cannelle	54
Muffin anglais (blanc)*▲	38
Bacon (1 lanière)	0
Galette de pommes de terre rissolées*▲	15
Lanière de saucisse de porc*	0
Sauce à la saucisse*▲	9

FRUIT

Tranches de pommes	8
Compote de pommes	14
Banane	26
Dés de pêches	14
Dés de poires	17
Mandarines	18
Raisins rouges sans pépins	15
Fruits de saison	
(demander à l’opérateur)	

Assiette de fromage blanc

Commencez avec du fromage cottage et ajoutez deux fruits.

Fromage cottage, 2 % de matières grasses (1/2 tasse) ▲	6
+ Tranches de pommes	8
+ Compote de pommes	14
+ Banane	27
+ Dés de pêches	14
+ Dés de poires	17
+ Mandarines	18
+ Raisins rouges sans pépins	15
+ Morceaux d'ananas	15
+ Fruit de saison	(demander à l’opérateur)

SPÉCIALITÉS D’OMELETTES

Les spécialités d’omelettes ne peuvent pas être modifiées

CHEDDAR ET AMÉRICAIN ÉGALEMENT DISPONIBLE (2)

DIMANCHE

Denver —jambon et poivrons verts 3

LUNDI

Tout —poivron vert, champignons, bacon et fromage cheddar 4

MARDI

Végétarien —oignon, poivron vert, champignons et fromage cheddar 7

MERCREDI

Midwest —jambon, tomates, poivrons verts et fromage cheddar 4

JEUDI

Amateurs de viande▲ —jambon, bacon, saucisse, et fromage cheddar 4

VENDREDI

Jambon et fromage 2

SAMEDI

Saucisse, champignons et fromage cheddar ▲ 4

Directives pour la commande

Assiette chauffée

1 entrée
1 accompagnement chaud

Assiette froide

1 boisson
2 accompagnements froids

Argenterie

Dessert

Boisson

Condiments

DÉJEUNER ET DÎNER (Disponible de 10h à 20h)

Aliments réconfortants

Tilapia cuit au four	0
Poulet mariné	0
Pain de viande	9
Lasagnes à la viande▲	42
Rôti braisé	0
Lanières de poulet (1 lanière)	13
SpaghettiOs®▲	30
Sandwich ouvert (avec de la purée de pommes de terre et de la sauce)	
Dinde▲	47
Bœuf	45
Pain de viande▲	53
Coquille de taco rigide au bœuf (1)	13
Coquille de taco molle au bœuf (1)▲	20
Haricots non laitiers sans gluten Amy’s™	
et burrito au riz	38
Légumes sans gluten Amy’s™	
Lasagnes	41

DU GRIL

Hamburger ou cheeseburger	27
Sandwich au poulet grillé	27
Beyond™ Burger▲	33
Fromage grillé▲	24-30
Jambon et fromage grillés▲	25-31
Hot Dog▲	29
Sandwich au thon fondant	28-30

SOUPES ET SALADES

Chili▲	28
Poulet et nouilles (fait maison)▲	11
Poulet et nouilles (faible teneur en sodium)5	
Tomate (faible teneur en sodium)	22
Salade de légumes verts mélangés (avec des tomates et des concombres)	5
+ Fromage cheddar	1
+ Poulet	1
+ Bacon	0
+ Morceaux d’œuf	1
+ Croûtons	5
+ Avocat	2

SANDWICHS DE CHARCUTERIE FROIDS

Créez votre propre sandwich froid.

Pain de blé ou pain blanc (1 tranche)12-13	
+ Rôti de bœuf	0
+ Dinde	1
+ Jambon▲	0
+ Salade de poulet	5
+ Salade d’œufs	2
+ Salade de thon▲	4
+ Fromage cheddar	0
+ Fromage américain	0
Raisin Uncrustable™	32

PIZZA SPÉCIALE 7"

Les offres spéciales de pizza ne peuvent pas être modifiées

Fromage et pepperoni également disponibles (▲ 55).

DIMANCHE

Hawaïen▲ —jambon et ananas 59

LUNDI

Suprême▲ —poivron vert, champignon, oignon, pepperoni et saucisse 63

MARDI

Végétarien▲ —oignon, poivron vert, champignons 60

MERCREDI

Saucisse et champignons▲ 57

JEUDI

Amateursde viande▲ —jambon, bacon, saucisse 57

VENDREDI

Saucisse▲ 56

SAMEDI

Méditerranée▲ —olives noires, huile d’olive, oignon rouge, poivron vert, tomate, feta et mozzarella 54

Accompagnements

Salade de pâtes (vinaigrette balsamique, légumes et haricots noirs)	15
Salade de chou	28
Frites au four ▲	24
Pommes de terre rôties	10
Riz cuit à la vapeur	23
Purée de pommes de terre	23
+ Sauce au bœuf	6
+ Sauce au poulet	8
Macaroni au fromage▲	27
Nouilles aux œufs au beurre	23
+ Sauce Marinara▲	16
Chips	
Chips de pommes de terre ordinaires▲	23
Chips de pommes de terre cuites au four	24
Fromage cottage, 4 % de matières grasses (3/4 tasse)▲	5
Fromage cottage, 2 % de matières grasses (1/4 tasse)▲	3
Petit pain pour le dîner	16
Salade de légumes	6
Haricots verts	4
Maïs	16
Carottes	9
Carottes crues	5
Céleri cru	2
Garnitures pour sandwich	
+ Laitue	0
+ Tomate	2
+ Oignon rouge	1
+ Cornichons	0

DESSERTS

Cookies	
Pépites de chocolat	36
Crinkle au chocolat	20
Chocolat blanc et noix de macadamia	34
Glace italienne	
Citron	20
Orange	22
Gâteau au fromage new-yorkais▲	41
Barre Rice Krispies®	28
Crème glacée	
Chocolat ou vanille	17-18
Brownie aux trois chocolats	41
Pudding	
Chocolat	20
Vanille	19
Dessert à la gélatine	
Orange	22
Fraise (sans sucre)	0
Citron vert (sans sucre)	0
Rêve de mousse aux baies	40

BOISSONS

Café	
Standard ou décaféiné	0
Thé	
Noir, vert, déthéiné ou glacé	0-1
Lait	
Écrémé	12
1 %	11
Entier	12
Chocolat▲	23
Fairlife® 2 % sans lactose	11
Jus	
Canneberge	16
Pomme	15
Orange	14
Prune	20
V-8▲	7
V-8 à faible teneur en sodium	8
Chocolat chaud	16
Lemon Crystal Light®	0
Gatorade G2® Glacier Frost	7

COLLATIONS

Biscuits en forme d’animaux	22
Biscuits Graham	16
Biscuits Goldfish (cheddar) ▲	14
Cheez-Its® Original▲	32
Houmous	10
Popcorn SkinnyPop®	9
Fromage à effiloche▲	0
Collation de fromage cheddar doux	0
Lunchables® ▲	21
Barre protéinée Special K®	
Fraise	21
Beurre de cacahuète au chocolat	19

Condiments

Sel▲	0
Poivre	0
Ketchup	2
Moutarde	0
Sauce barbecue▲	19
Mayonnaise	0
Mayonnaise à faible teneur en matières grasses	1
Assaisonnement sans sel	0
Sucre	3
Cassonade	13
Splenda®	1
Crème	0
Crème (non laitière)	1
Sirop	30
Sirop sans sucre	4
Gelée (raisin, fraise)	10
Gelée sans sucre	3
Nutella	9
Parmesan	0
Miel	11
Beurre de cacahuète	5
Beurre d’arachide à faible teneur en sodium3	
Beurre	0
Margarine	0
Crème sure	1
Sauce taco	1
Sauce piquante	0
Sauce soja	0
Sauce tartare	2
Pico de Gallo	2
Tranche de citron	1
Crème d’avocat	2
Vinaigrettes pour salades	
Ranch ▲	2
Ranch sans matière grasse	3
Vinaigrette balsamique	3
Français	2
César	1

99 les chiffres après chaque élément indiquent les glucides par portion

▲ indique les aliments à teneur plus élevée en sodium qui est supérieure aux recommandations pour la santé cardiaque

SPÉCIALITÉS DU JOUR

Une recette savoureuse à chaque repas est notre plat du jour. Ces plats préférés des patients sont disponibles pendant des heures limitées chaque semaine.

Petit déjeuner : 6h à 10h, Déjeuner : 10h à 15h
Dîner : 15h à 20h, Soupe : 10h à 20h

DIMANCHE

Petit déjeuner : Pizza pour le petit-déjeuner▲ 54
Déjeuner : Spaghetti et sauce à la viande▲ 57
Dîner : Macaroni au fromage garni de porc effiloché au barbecue▲ 50
Soupe : Pomme de terre au four▲ 26

LUNDI

Petit déjeuner : Pain perdu aux baies et à la cannelle (1 tranche) 40
Déjeuner : Tacos à emporter▲ 36
Dîner : Poulet Alfredo▲ 33
Soupe : Soupe de légumes▲ 29

MARDI

Petit déjeuner : Taco pour le petit-déjeuner (1 taco)▲ 17
Déjeuner : Casserole de nouilles au thon▲ 32
Dîner : Poulet et pesto ▲ 3
Soupe : Ragoût de bœuf▲ 25

MERCREDI

Petit déjeuner : Crêpe à la banane et aux noix (1 crêpe) 33
Déjeuner : Casserole Tater Tot▲ 22
Dîner : Steak Salisbury▲ 10
Soupe : Chili au poulet blanc▲ 26

JEUDI

Petit déjeuner : Œuf au four 3
Déjeuner : Sandwich au porc effiloché▲ 29
Dîner : Poulet italien au parmesan▲ 16
Soupe : Tortilla au poulet▲ 12

VENDREDI

Petit déjeuner : Sandwich gaufre pour le petit-déjeuner▲ 42
Déjeuner : Morue panée à la bière (3 pièces)▲ 20
Dîner : Poulet aigre-doux avec du riz ▲ 66
Soupe : Brocoli au fromage▲ 16

SAMEDI

Petit déjeuner : Taco pour le petit-déjeuner (1 taco)▲ 17
Déjeuner : Tourte au poulet▲ 61
Dîner : Sandwich au poulet grillé et au bacon suisse▲ 28
Soupe : Riz sauvage au poulet▲ 20

RÉGIMES LIQUIDES

RÉGIME LIQUIDE CLAIR

Café	
Standard ou décaféiné.....	0
Thé	
Noir, vert, déthéiné ou glacé.....	0-1
Jus	
Canneberge ou pomme	15-16
Lemon Crystal Light®.....	0
Bouillon▲	
Légumes, bœuf ou poulet.....	1-5
Friandise	
Friandise dure.....	18
Gouttes de citron.....	13

Dessert à la gélatine	
Orange	22
Citron-citron vert sans sucre	0
Fraise sans sucre	0
Glace italienne	
Citron.....	20
Orange	22
Boisson nutritionnelle thérapeutique	
Ensure® Clear	
Pomme.....	52
Mélange de baies	52
Gatorade G2® Glacier Frost	7

RÉGIME LIQUIDE COMPLET *(comprend tous les éléments liquides clairs ci-dessus)*

Jus	
Orange	14
Prune	20
V-8▲	7
V-8 à faible teneur en sodium	8
Lait	
Écrémé.....	11
Entier.....	12
Chocolat▲	23
Vanille soja.....	18
Fairlife 2 % sans lactose	11
Petit déjeuner instantané▲	
Chocolat ou vanille.....	38-39
Cream of Wheat®	11
Compote de pommes.....	14
Mélange de fruits	
Pêches.....	22
Banane.....	28
Mélange de baies.....	27

Fromage cottage mélangé▲	8
Purée de pommes de terre mélangée et sauce▲	29
Macaroni au fromage mélangé▲	20

Yaourt	
Vanille.....	27
Tarte au citron vert	16
Pudding	
Vanille.....	19
Chocolat	20
Soupe	
Mélange de nouilles au poulet (fait maison)▲ 11	
Soupe de tomates (à faible teneur en sodium)	22
Ensure® Haute teneur en protéines Plus	
Chocolat, fraise ou vanille	41
Ensure® Haute teneur en protéines	
Chocolat ou vanille	19
Chocolat chaud	16
Crème glacée	
Vanille.....	17
Chocolat	18
Crème glacée Thrive®	
Chocolat	33
Vanille.....	35
Fraise	34

IOWA
HEALTH CARE

PATIENT SERVICE EN CHAMBRE MENU

Composez le **1 2 3**
pour commander
de 6h à 20h La nourriture sera
livrée dans les 60 minutes.

- ♥ **Ce menu est bon pour le cœur.**
Il n'y a pas d'aliments frits. La plupart des aliments ont une faible teneur en sodium et en matières grasses.
- 💬 **Questions ?**
Notre opérateur peut vous aider dans vos choix. Nos diététiciens se feront également un plaisir de répondre à toutes vos questions.

Directives pour la commande

