

**PETIT DÉJEUNER (SERVI TOUTE LA JOURNÉE)\***

Articles disponible uniquement de 6h à 10h.

**ENTRÉES**

Pancake * (1).....	24
Oeufs brouillés (1/2 cup).....	2
Oeuf dur (1).....	1
Gruau .....	12
Cheerios®.....	21
Froot Loops®.....	19
Raisin Bran®.....	28

**YAOURT**

Fraise (Grec).....	15
Yogourt grec à la vanille <i>Oikos</i> .....	7
Vanille.....	27
Parfait au Yaourt avec Baies.....	47

**ACCOMPAGNEMENTS POUR LE PETIT-DÉJEUNER**

Pain de blé (1 tranche).....	12
Pain blanc (1 tranche).....	13
Gateau au café a la cannelle	
Gâteau.....	54
<i>Bacon</i> (1 tranche)▲.....	0
Saucisse Link▲.....	0
Tranche de jambon▲.....	
Galette de pommes de terre*▲.....	15

**FRUIT**

Tranches de pomme.....	8
Compote de pommes.....	14
Banane.....	26
Mandarines.....	18
Raisins rouges sans pépins.....	15
Fruit de saison...(demander a l'opérateur)	

**Directives de commande****DEJEUNER ET DINER** (Disponible de 10H à 20H)**ALIMENTS RÉCONFORTANTS**

Tilapia au four.....	0
Poulet mariné.....	0
Rôti de boeuf.....	0
Lanières de poulet (1 lanière).....	7
Sandwich ouvert (avec purée de pommes de terre et sauce)	
Dindon▲.....	47
Rôti de Boeuf.....	45
Amy's™ Burrito aux haricots et au riz sans gluten et sans produits laitiers.....	38
Amy's™ Lasagnes aux légumes sans gluten.....	41

**DU GRILL**

Hamburger ou Cheeseburger.....	27
Sandwich au poulet grillé.....	27
Beyond™ Burger▲.....	33
Sandwich au fromage grillé▲.....	24-30
Sandwich au jambon/fromage grillé.....	25-31
Hot Dog▲.....	29

**SOUPES ET SALADES**

Soupe de nouilles au poulet (faible en sel)5	
Soupe de tomate (Faible en sel).....	22
Salade verte melangee (avec tomates et concombres).....	5
+ Fromage Cheddar.....	1
+ Poulet.....	1
+ Bacon.....	0
+ Croutons.....	5

**SANDWICHES Froids***Creer votre propre sandwich froid.*

Pain de blé ou Pain blanc(1 tranche) 12-13	
+ Rôti de Boeuf.....	0
+ Dindon.....	1
+ Jambo▲.....	1
+ Salade de poulet.....	5
+ Saladd'oeufs.....	2
+ Salade de Thon▲.....	4
+ Fromage Cheddar.....	0
+ Fromage American.....	0
Garnitures de sandwich	
+ Laitue.....	0
+Tomate.....	2
+ Oignon.....	1
+ Cornichonses.....	0
Uncrustable.....	31

**PIZZA 7"**

Fromage▲.....	55
Pepperoni▲.....	55

**SPECIAUX PIZZA 7" DIMANCHE**

Les spéciaux pizzas ne peuvent pas être modifiés	
Hawaiian▲ - Jambon et ananas.....	59

**LUNDI**

Suprême▲ - poivron vert, champignon, oignon, pepperoni, et saucisse.....	63
--	----

**MARDI**

Légume▲ - oignon, poivron vert, champignon.....	60
---	----

**MERCREDI**

Saucisse et champignon▲.....	57
------------------------------	----

**JEUDI**

Amateurs de viande▲ - jambon, bacon, saucisse.....	57
--	----

 **VENDREDI**

Saucisse▲.....	56
----------------	----

**SAMEDI**

Méditerranéen▲ - olives noirs, huile d'olive, oignon rouge, poivron vert, tomato, feta, et fromage mozzarella.....	54
--	----

**ACCOMPAGNEMENTS**

Frites au four ▲.....	24
Riz vapeur.....	23
Purée de Pommes de terre.....	23
+ Sauce au Boeuf.....	6
+ Sauce au Poulet.....	8
Macaroni au Fromage▲.....	27
Chips	
Chips de pommes de terre nature▲.....	23
Chips de pommes de terre au four.....	24
Tasse de fromage cottage, 4% de matières grasses▲.....	5
Légumes mélangés.....	6
Haricots vert.....	4
Carottes crues.....	5
Céleri cru.....	2

99 Les chiffres après chaque article indiquent les glucides par portion. Indique les articles en sodium qui dépassent les directives pour une alimentation pour le Cœur.▲

**DESSERTS**

Chocolat aux peptides de chocolat.....	36
Glace talienne	
Cédrat.....	20
Orange.....	22
Cheesecake New Yorkais▲.....	41
Barre Rice Krispie®.....	28
Glace au Chocolat.....	18
Pudding	
Chocolat.....	20
Vanille.....	19
Dessert à la Gélatine	
Orange.....	22
Fraise (Sans sucre).....	0

**BOISSOND**

Café	
Regulier ou Décaféiné.....	0
Thé	
Noir, Vert, Décaféiné, ou glacé.....	0-1
Lait	
Ecremé.....	12
1%.....	11
Entier.....	12
Chocolat▲.....	23
Soja Vanille.....	18
Fairlife® 2% Sans Lactose.....	11
Jus	
Canneberge.....	16
Pomme.....	15
Orange.....	14
Prune.....	20
Chocolat Chaud.....	16
Lemon Crystal Light®.....	0
Gatorade G2® Glacier Frost.....	7

**COLLATIONS**

<i>Animal Crackers</i> .....	22
<i>Graham Crackers</i> .....	16
<i>Cheez-Its® Original</i> .....	32
<i>Hummus</i> .....	10
<i>SkinnyPop® Popcorn</i> .....	9
Fromage en ficelle▲.....	0
Barre en Protéine Special K®	
Fraise.....	21
Beurre de Cacuette au Chocolat.....	19

**CONDIMENTS**

Sel▲.....	0	Miel.....	11
Poivre.....	0	Beurre de Cacahuète.....	5
Ketchup.....	2	Beurre.....	0
Mutarde.....	0	Margarine.....	0
Sauce Barbecue▲.....	19	FromageParmesan.....	0
Mayonnaise.....	0	Crème Aigre.....	1
Mayonnaise Allégée.....	1	Sauce Taco.....	1
Assaisonnement sans sel.....	0	Sauce Piquante.....	0
Sucre.....	3	Sauce Tartare.....	2
Sucre Brun.....	13	Tranche de Citron.....	1
Splenda®.....	1	CraquelinsSaltine.....	4
Crème.....	0	Vinaigrettes	
Crème (Non-Laitière).....	1	Ranch ▲.....	2
Sirop.....	30	Ranch non gras.....	3
Sirop sans sucre.....	4	Vinaigrette Balsamique.....	3
Confiture(Raisin, Fraise).....	10	Française.....	2
Confiture sans Sucre.....	3		

## SPECIALITES DES SOUPES QUOTIDIENNES

Disponible pendant le déjeuner et le dîner: de 10H à 20H

### DIMANCHE

Soupe de nouilles au poulet ▲ 9

### LUNDI

Bisque de poivre rouge et gouda ▲ 12

### MARDI

Soupe de riz sauvage au poulet ▲ 14

### MERCREDI

Pomme de terre au four garnie ▲ 16

### JEUDI

Soupe de nouilles au poulet ▲ 9

### VENDREDI

Soupe au brocoli et fromage ▲ 6

### SAMEDI

Soupe de riz sauvage au poulet ▲ 14

## REGIME LIQUIDE

### REGIME LIQUIDE CLAIR

Café	
café .....	0
Thé	
Noir, Vert, Décaf, ou glacé .....	0-1
Jus	
Cranneberge ou Pomme .....	15-16
Crystal Light® au citrom .....	0
Bouillon▲	
Legumes, Boeuf, ou Poulet .....	1-5
Bonbons	
Bonbons durs .....	18
Bonbons au citron .....	13

Dessert à la Gélatine	
Orange .....	22
Fraise sans sucre .....	0
Gélatine Italienne	
Citron .....	20
Orange .....	22
Boisson Nutritionnelle thérapeutique Ensure® Clair	
Pomme .....	52
Baies Mélangées .....	52
Gatorade G2® Glacier Frost .....	7

### Regime Liquide Complet (comprend tous les éléments liquides clairs ci-dessous)

Jus	
Orange .....	14
Prune .....	20
Lait	
Ecrémé .....	12
1% .....	11
Entier .....	12
Chocolat▲ .....	23
Vanille Soja .....	18
Fairlife 2% Sans Lactose .....	11
Compote de Pommes .....	14
Fruits Mixés	
Pêches .....	22
Ananas .....	23
Baies Mixés .....	27
Banane .....	28
Fromage cottage mixé▲ .....	8
Purée de pommes de terre mixée	
Et au sauce▲ .....	29
Macaroni au fromage mixé▲ .....	20

Yaourt	
Vanille .....	27
Pudding	
Vanille .....	19
Chocolat .....	20
Soup	
Soup de tomate (faible en sodium) .....	22
Ensure® Haute Protéine	
Chocolat ou Vanille .....	19
Pediasure® Grow & Gain	
Vanille .....	33
Chocolat chaud .....	16
Chocolat Ice Cream .....	18
Glacé à la vanille Thrive® .....	35
Glacé à la chocolat Thrive® .....	33

**IOWA**  
HEALTH CARE

### MENU DE SERVICE EN CHAMBRE POUR LES PATIENTS CAMPUS DE NORTH LIBERTY

Composez **1 2 3**  
pour commander  
de 6H à 20H. La nourriture sera  
delivrée dans les 45 minutes

**Ce menu est bon pour le cœur.**

♥ Il n'y a pas d'aliments frits. La plupart des plats sont faibles en sodium et en matières grasses.

### Des questions ?

Notre opérateur peut vous aider avec votre choix. Les nutritionnistes sont également heureux de répondre à toutes vos questions.

### Directives de commande

**Hot Plate**  
1 Entree  
1 Hot Side

**Cold Plate**  
1 Drink  
2 Cold Sides

Dessert

Drink

Silverware

Condiments