

NOTE CONCERNANT LES REGIMES (document à conserver)

les régimes possibles dans le cadre de notre prestation se limitent à ceux indiqués dans cette notice.

Les menus au choix que nous proposons vous permettent de composer vous-même votre repas.

Nous n'intervenons pas dans votre choix : **attention à ce qu'il ne soit pas en contradiction avec le régime que vous devez suivre** (par exemple, charcuterie et fromage pour un régime pauvre en sel).

Soyez également vigilants aux autres aliments et ingrédients qui ne sont pas fournis par nous (par exemple sel de table, beurre salé ou biscuits salés pour un régime sans sel ou boissons sucrées et friandises pour un régime sans sucre).

Ne vous mettez pas à suivre un régime sans avis médical. Des restrictions trop importantes risquent de vous faire perdre le plaisir de manger, et d'entraîner un déséquilibre important. De même si vous suivez un régime depuis longtemps, vérifier auprès de votre médecin qu'il est toujours indispensable.

Si vous devez suivre un régime pauvre en sel, le menu qui vous sera distribué sera le Menu PAUVRE EN SEL. Vous choisirez les éléments composant votre repas en tenant compte des possibilités et recommandations indiquées ci-après :

| MENU PAUVRE EN SEL : possibilités et recommandations <i>(un régime pauvre en sel réduit vos apports en sel sans les limiter totalement)</i> | |
|---|--|
| POTAGE | Tous les potages sont proposés en sans sel |
| ENTREE / PLAT CHAUD / LEGUME | ATTENTION ! : Seule la première ligne des entrées, des plats et des légumes est proposée en sans sel ➤ <u>Exemple pour un plat chaud</u> : 1° plat proposé (1° ligne) : poulet au jus S/SEL 2° plat proposé (2° ligne) : boudin noir Vous pouvez commander un plat sans sel <u>à condition</u> de choisir le poulet (plat de la 1° ligne) |
| JAMBON -PUREE S/SEL | Si vous commandez un jambon-purée S/SEL, seule la purée est sans sel |
| FROMAGE | Les fromages ne sont pas proposés en sans sel. Choisissez de préférence le yaourt proposé. |

Si vous avez des difficultés à découper la viande (par exemple suite à une fracture), le menu qui vous sera distribué sera le Menu EMINCE. Vous choisirez les éléments composant votre repas en tenant compte des possibilités et recommandations indiquées ci-après :

| MENU EMINCE : possibilités et recommandations | |
|--|--|
| PLAT | Vous pouvez commander un plat émincé en choisissant le plat comportant cette mention dans le menu émincé - <u>Remarque</u> : seuls les plats sont proposés en émincé (pas de possibilité de texture émincée pour les entrées et les légumes) |

Si vous devez suivre un régime hypocalorique ou pauvre en sucre, le menu qui vous sera distribué sera le Menu NORMAL (il n’y a pas de menu spécifique). Vous choisirez les éléments composant votre repas en tenant compte des possibilités et recommandations indiquées ci-après :

| PAUVRE EN SUCRE ET REGIME HYPOCALORIQUE : possibilités et recommandations | |
|--|---|
| LAITAGE, YAOURT ET DESSERT S/SUCRE | Vous pouvez commander un <u>laitage S/SUCRE</u> , un <u>yaourt S/SUCRE</u> , un <u>dessert S/SUCRE</u> en cochant la case appropriée – <u>Remarque</u> : cette possibilité existe également dans le menu pauvre en sel et le menu émincé |
| REGIME HYPOCALORIQUE | un régime hypocalorique a pour objectif de réduire l’apport calorique en limitant les sucres et les graisses. ☞ Privilégier les légumes verts, les fruits et les plats sans sauce |
| PLATS SANS SAUCE (pour des régimes pauvres en graisse par exemple) | vous pouvez commander un plat sans sauce à <u>condition</u> de rajouter la mention SSAU entourée . ➤ Exemple: <input checked="" type="checkbox"/> Bœuf bourguignon SSAU |

TEXTURES MOULINEES -MIXEES

Nous ne proposons pas de plats moulinés ou mixés pour des raisons de délais de conservation des textures moulinées ou mixées. Nous vous conseillons l’utilisation d’un robot mixeur ou de choisir des plats faciles à mastiquer (purée, filet de poisson, etc.)