

EXEMPLES DE MENUS

Midi

Surimi
Rôti de dinde
Ecrasé de pommes de terre
Fromage des Pyrénées
Compote de poire
Pain

Salade de riz au thon
Omelette au fromage
Ecrasé de carottes
Comté
Pâtes de fruits
Pain

Velouté d'asperges
Escalope de veau
Riz créole
Cantal
Poire au sirop
Pain

Oeufs durs
Filet de poisson citronné papillote
Semoule
Mimolette
Compote de banane
Pain

Soir

Bouillon volaille vermicelles
Poisson au court bouillon
Gnocchi à la romaine
Tomme de Savoie
Pomme au four
Pain

Mousse de betterave
Jambon braisé
Coquillettes au parmesan
Cancoillotte
Compote de coing
Pain

Floraline bouillon de légumes
Cuisse de poulet rôti
Purée de courgettes sans lactose
Emmental
Compote de fraise
Pain

Potage
Steak haché de boeuf
Purée d'endives sans lactose
Fromage fondu
Roulé à la gelée de fruits
Pain

Idées pour petits déjeuners et goûters

Boisson chaude légère (café ou thé) avec lait appauvri en lactose, ou fromage ou entremet maison sans lactose
Biscottes, pain grillé, biscuits secs (non complets)
Beurre & gelée de fruits ou miel
Compote ou jus de fruit sans pulpe (orange pressée sans pulpe par exemple)

Recommandations alimentaires lors d'une curiethérapie gynécologique

Unité Diététique de Restauration (UDR) : 04.67.61.31.96

Pour votre confort lors de votre traitement, nous vous conseillons de suivre les conseils diététiques suivants.

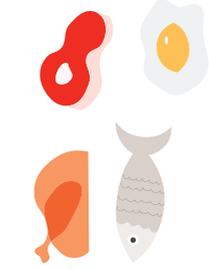
Ce régime est à débiter 4 jours avant votre hospitalisation et vous sera proposé durant toute la durée de votre séjour.

L'objectif est de limiter le nombre de selles et de réduire le risque de diarrhées durant le traitement.



Aliments conseillés pendant votre traitement

Viandes, poissons et oeufs



Viandes maigres : bœuf, rôti de veau ou porc, volaille sans la peau, abats.
A éviter : viandes grasses, salées/ fumées (charcuterie, ragoût, blanquette de veau ...)

Poissons : préparés grillés, pochés, en papillote, à la vapeur, au micro-ondes.
A éviter : les poissons salés et /ou fumés.

Fruits



Oeufs : burs, pochés, à la coque, en omelette.

En compote sans morceau, petits pots bébé, fruits bien cuits pelés et épépinés ou au sirop (sauf ananas, quetches, raisins, cerises), banane bien mûre, jus de fruits sans pulpe.

Légumes



Bien cuits, à fibres douces, pelés et épépinés de préférence en purée : carottes, courgettes, haricots verts extra-fins, blancs de poireaux, endives, vert de blettes, pointes d'asperges, betteraves.

A éviter : toutes les crudités et légumes riches en fibres (fenouils, salsifis, céleris, blettes, choux...) provoquant des ballonnements/flatulences, légumes secs (lentilles, pois chiche, haricots blancs et rouges...)

Céréales ou dérivés



Raffinés : pâtes, riz blanc, semoule, tapioca, floraline, farine blanche, biscottes, pain ou pain grillé, polenta, céréales petit-déjeuner (riz soufflé, pétales de maïs grillé)

A éviter : les céréales complètes ou semi-complètes, le pain blanc peu cuit, la cuisson « pilaf ».

Matières grasses



Les matières grasses crues sont à privilégier.

A éviter : toutes les sauces comme la mayonnaise, la sauce béarnaise...

Lait / produits laitiers



Lait appauvri en lactose (en grande surface)

Fromages à pâte pressée : Emmental, Pyrénées, Edam, Mimolette, gouda., Cantal..

Fromages à pâte fondue: crèmes de gruyère.

A éviter : tous les laitages, les fromages fermentés (bleu, roquefort...) et gras (munster, brie.)

Condiments / aromates



Sel, épices douces (vanille, cannelle, muscade,...), herbes aromatiques lyophilisées en petite quantité et bouquet garni ficelé.

A éviter : Les épices fortes (curry, piment, poivre) .

Le sucre et ses dérivés



Sucre, miel, gelée de fruits ou confiture, pâtes de fruits, meringues, boudoirs, cacao, chocolat noir, génoises, gâteau de Savoie, sorbet à l'eau, madeleines , petit beurre, biscuits secs.

A éviter : les pâtisseries grasses et/ou celles contenant du lait .

Les boissons



Eau plate, thé ou café léger, infusions, sirops, jus de fruits sans pulpe.

A éviter : les boissons gazeuses, énergétiques et alcoolisées.

Il est important de bien vous hydrater durant toute la durée du traitement.

En cas de manque d'appétit, nous vous conseillons de prendre de petites portions plusieurs fois par jour. De cette manière vous multiplierez vos prises alimentaires ce qui vous permettra de couvrir vos besoins.

L'UDR est à votre écoute pour adapter vos plateaux durant votre hospitalisation. N'hésitez pas à la contacter au 3196 de 9h à 19h30.