



L'alimentation à l'hôpital : un soin à part entière !

N'hésitez pas à consulter ce feuillet pour être informé
des horaires et modalités de prise de repas.

Ce document doit rester dans la chambre, merci.

Les repas sont préparés par la cuisine centrale du CHRU de Tours, certifiée ISO 9001 et située sur le site de Trousseau.

Les menus sont élaborés de manière à prendre en compte les recommandations nutritionnelles et respecter l'équilibre alimentaire.

Horaires des repas, en règle générale

- Petit-déjeuner entre 7h30 et 8h30 - Déjeuner vers 12h - Dîner entre 18h et 19h

Choix des repas

> Vous pouvez informer le personnel soignant des plats que vous n'aimez pas afin qu'ils soient exclus de vos repas.

> Vous pouvez demander l'adaptation de la texture de vos repas, si vous avez des problèmes de mastication.

> Selon les services, vous avez également la possibilité de choisir votre menu des prochains jours avec l'aide hôtelière ou l'aide-soignante.

Les plats reçus peuvent parfois être différents de ceux que vous aviez choisis, en cas de rupture de stock.



Si le menu ne vous convient pas, vous pouvez choisir :

Selon les compatibilités avec la prescription de votre alimentation :

Les entrées

> **Au déjeuner** : Tomates ou carottes vinaigrette selon la saison, betteraves vinaigrette, pâté de volaille, œuf dur vinaigrette, pommes de terre au thon.

Les plats protidiques

> **Au déjeuner** : Grillardin de bœuf, fricadelle sauce tomate, cuisse de poulet rôtie, poisson blanc, jambon blanc, omelette nature, pané à l'emmental, mouliné de jambon, mouliné blanquette de veau, mixé soufflé au fromage.

> **Au dîner** : Grillardin de bœuf, fricadelle sauce tomate, filet de poulet, poisson blanc, jambon blanc, omelette nature, pané blé fromage épinards, mouliné de poulet à la moutarde, mixé parmentier de bœuf.



Les garnitures

> **Au déjeuner** : Coquillettes, carottes vichy, épinards béchamel, haricots-verts nature, purée de pommes de terre.

> **Au dîner** : Riz, haricots-verts maître d'hôtel, épinards béchamel, carottes nature, purée de pommes de terre.

Les laitages / fromages

> **Au déjeuner** : Camembert, fromage blanc, crème de gruyère.

> **Au dîner** : Saint-Paulin, yaourt nature, yaourt gélifié, crème de gruyère.

Les desserts

- > **Au déjeuner** : Banane, orange, petits dés de fruits au sirop, compote, crème dessert au chocolat, suisses fruités.
- > **Au dîner** : Petits dés de fruits au sirop, pomme cuite, compote, crème dessert vanille, suisses nature, semoule au lait.

Les petits + à demander au service

Selon les compatibilités avec la prescription de votre alimentation :

- > Pour le petit-déjeuner : Céréales, confiture, miel, produits laitiers, fruits frais.
- > Pour assaisonner vos plats : Sel, poivre, moutarde, mayonnaise, Ketchup®, sauce vinaigrette.
- > Du sirop pour aromatiser l'eau et une boisson chaude, en général, à la fin du déjeuner.
- > Un bol de potage.



Service de table

- > Selon votre degré d'autonomie, vous pouvez demander de l'aide pour ouvrir les plats, découper la viande, éplucher les fruits...
- > Si vous avez des difficultés à manger dans une assiette à usage unique, vous pouvez demander une assiette en porcelaine.
- > Vous pouvez demander un récipient pour laver les fruits non épluchables.

Accompagnants (repas payant)

Si vos proches le désirent, ils peuvent déjeuner et dîner avec vous en commandant le menu du jour.

Pour cela, adressez-vous, la veille, à l'équipe soignante.

Aliments apportés par les familles

Par respect des règles d'hygiène et de la prescription médicale, l'autorisation de l'équipe soignante est obligatoire.

Renseignez-vous auprès du personnel des conditions à respecter afin que la consommation se fasse en toute sécurité.

Allergies alimentaires

En cas d'allergie alimentaire, prévenez l'équipe soignante.

Il est possible d'exclure de vos repas un ou plusieurs des 14 allergènes majeurs.

Toutefois, la déclaration des allergènes ne tient pas compte des risques de traces et de contaminations croisées.

Dans le cadre de la loi Egalim, le service Restauration propose des produits durables et sous signes officiels de qualité et d'origine.



Les produits suivants sont certifiés BIO (issus de l'Agriculture Biologique) : fromage blanc 20 % MG, faisselle, compote allégée pomme abricot, carottes en rondelles, julienne de légumes, semoule couscous, boulgour, quinoa.



Le riz est garanti IGP : Indication Géographique Protégée.



Les légumes sont majoritairement sous la certification Haute Valeur Environnementale (HVE). Celle-ci garantit que les pratiques agricoles utilisées sur l'ensemble d'une exploitation préservent l'écosystème naturel et réduisent au minimum la pression sur l'environnement (sol, eau, biodiversité...).



80 % du poisson est certifié « pêche ou aquaculture durable » (label MSC : Marine Stewardship Council).

Produits locaux : issus de notre département ou des départements limitrophes.

CHIFFRES CLES

- > A votre service, 120 agents de restauration, 33 diététiciens et 1500 aide-soignants
- > 1.500.000 repas servis par an, soit 4.100 repas servis / jour
- > 7 tonnes de produits alimentaires livrés tous les jours pour la réalisation des repas.
- > 320 recettes élaborées au sein de la cuisine centrale

Chaque jour, en moyenne, sont consommés :

- 400 kg de viande
- 680 kg de fruits et légumes frais
- 1500 mini-tablettes de beurre
- 3800 petits pains

- > Une majorité de la viande fraîche, des œufs, produits laitiers, est d'origine française



Ce document doit rester dans la chambre, merci.