

Soins infirmiers 15 Le menu du jour



- Expliquez les repas et les options de régime
- Discuter des préférences et adapter les menus aux besoins spécifiques
- Vocabulaire : repas et boissons en établissement de soins, vocabulaire lié à l'alimentation pour le diabète, nutrition pour maladies chroniques, adaptations de menus

Le petit-déjeuner

Le déjeuner

Le dîner

La collation

Le goûter

La portion

La purée

La texture modifiée

Le menu adapté

La restriction (alimentaire)

Le régime alimentaire

Le faible en sucre

Le régime pauvre en glucides

Le contrôle de la glycémie

La teneur en sel

La teneur en graisses

Adapter (adapter à)

Présenter des alternatives

Éviter (éviter de)

Surveiller (surveiller la consommation)

1. Exercices

1. Associez chaque mot à sa définition.

- | | |
|--------------------------------|---|
| a. un menu adapté | 1. Un menu préparé pour répondre aux besoins d'un patient (allergies, diabète). |
| b. une restriction alimentaire | 2. Modifier un plat pour qu'il convienne à quelqu'un (je modifie, tu modifies). |
| c. adapter (adapter à) | 3. Une règle qui impose d'éviter certains aliments pour des raisons de santé. |



a-1 b-3 c-2

2. Note de service – Menus et régimes particuliers (QR: Audio)



Remplissez les lacunes: teneur en sel, restriction alimentaire, contrôle de la glycémie, purée, alternative, texture modifiée, portion, adapté, faible en sucre

À partir du mois prochain, la résidence Les Amandiers met en place une nouvelle organisation du menu quotidien. Chaque repassera affiché la veille sur l'intranet et sur le tableau du service. Les équipes de soins sont invitées à vérifier, avant la distribution, si la (1) _____ et la présentation correspondent aux indications du dossier : texture normale, (2) _____ ou (3) _____. En cas d'indisponibilité d'un plat, merci de proposer une (4) _____ simple et de l'indiquer.

Pour les personnes avec diabète ou une autre maladie chronique, le menu peut être (5) _____ : choix (6) _____, contrôle de la (7) _____ et limitation des graisses. L'objectif est de faciliter le (8) _____ sans supprimer tous les glucides, tout en surveillant la consommation. Toute (9) _____ doit être signalée au cadre et au diététicien. En cas de doute, n'adaptez pas le repas seul : demandez l'avis du médecin ou du diététicien.

1. Que doivent vérifier les équipes de soins avant de distribuer un repas et comment réagir en cas d'indisponibilité ?

2. Comment le menu peut-il être adapté pour une personne diabétique et quelles précautions sont recommandées ?

3. Écoutez l'extrait audio et choisissez la bonne réponse. (QR: Audio)

1. Au petit-déjeuner, elle choisit des options avec peu de sucre.
2. Pour le déjeuner, elle supprime complètement la viande pour tout le monde.
3. Elle demande à l'équipe de vérifier ce que mangent deux résidents pendant la collation.

Vrai Faux

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



4. Choisissez la bonne solution

1. Pour le petit-déjeuner, je _____ ma consommation de sucre afin de mieux contrôler ma glycémie.
a. surveilles b. surveillons c. surveille d. surveillais
 2. Quand un résident est diabétique, nous _____ de proposer des boissons trop sucrées au goûter.
a. évitions b. évitons c. évitez d. éviter
 3. Ce midi, je _____ une portion plus petite parce que le menu est riche en glucides.
a. prendre b. prends c. prend d. prendis
1. surveillance 2. évitons 3. prends

5. Jeu de rôle - dialogues (QR: Audio)



Menu diabétique en EHPAD

Mme Lefèvre (fille du résident): *Bonjour Madame, je suis la fille de M. Lefèvre, chambre 214 ; je voulais parler du régime alimentaire de mon père, il est diabétique et ses glycémies ont été un peu hautes cette semaine.*

Sophie (diététicienne): *Bonjour, merci de votre appel. Nous surveillons déjà la glycémie, mais on peut revoir son menu adapté — avez-vous remarqué des problèmes au petit-déjeuner, au goûter ou au déjeuner ?*

Mme Lefèvre (fille du résident): *Surtout le matin : il se plaint souvent qu'on lui donne du pain blanc avec de la confiture. Et au déjeuner il prend parfois une grande portion de purée.*

Sophie (diététicienne): *D'accord. On peut proposer un pain complet en plus petite portion et un yaourt faible en sucre à la place de la confiture. Pour la purée, on réduit la portion et on augmente les légumes pour un menu pauvre en glucides.*

Mme Lefèvre (fille du résident): *Il a aussi des difficultés à avaler. On m'a parlé de texture modifiée — je voudrais éviter qu'il s'étouffe ou qu'il se fatigue en mangeant.*

Sophie (diététicienne): *Si le médecin donne son accord, nous pouvons adapter la texture : purée très lisse ou plats mixés. Je peux aussi présenter des alternatives pour le dessert, comme une compote sans sucres ajoutés ou du fromage blanc.*

Mme Lefèvre (fille du résident): *C'est rassurant. Et la teneur en sel et en graisses, vous la surveillez aussi ? Mon père a de l'hypertension.*

Sophie (diététicienne): *Oui, nous surveillons la teneur en sel et en graisses des plats préparés. Je note la restriction alimentaire et je mets à jour son menu dès aujourd'hui.*

1. Quelles adaptations Sophie propose-t-elle pour le petit-déjeuner et pour la purée au déjeuner ?
-

6. Parler : traduire et répondre (QR: IA+)

En général, je prends... / Je préfère... mais j'évite... / Pour adapter le menu, on peut proposer...



1. Dans une journée typique, à quoi ressemble votre menu (petit-déjeuner, déjeuner, dîner) et prenez-vous parfois une collation ?

2. Un patient doit surveiller sa glycémie ou réduire sa consommation de sucre : comment adaptez-vous le menu et quelles alternatives proposez-vous ?

7. Écriture: Email (QR: IA+)

Bonjour Madame/Monsieur,

Je vous écris au sujet des menus de la semaine prochaine pour votre père, **M. Leroy**. L'infirmière nous a signalé un **contrôle de la glycémie** plus difficile ces derniers jours. Pouvez-vous confirmer s'il suit un **régime pauvre en glucides** ou s'il a d'autres **restrictions alimentaires** ?

Nous pouvons proposer un **menu adapté** (desserts **faibles en sucre**, portions de féculents réduites). Dites-nous aussi s'il a des préférences au **petit-déjeuner** (pain, yaourt, fruits) et s'il y a des aliments à **éviter**.

Cordialement,

Sonia Martin

Responsable restauration



Rédigez une réponse appropriée: *Je vous confirme que mon père suit... / Serait-il possible d'adapter le menu en... ? / Pour le petit-déjeuner, il préfère... et il vaut mieux éviter...*
