

BREUVAGES



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Lait • Entier, 2%, 1%, écrémé • Enrichi calcium • Au chocolat → poudre ajoutée ou lait au chocolat						
Chocolat chaud, cacao + lait / eau • Écrémé, 1%, 2%, entier						
Boisson d'amandes • Enrichie en calcium + vit D / non enrichie • Sucrée / non sucrée						
Boisson de soya enrichie de vitamine D et calcium • sucrée / non sucrée						
Lait de poule						
Lait frappé / smoothie • Fait avec yogourt/ lait/jus/ crème glacée						
Jus de pomme						
Jus d'orange • Enrichi en calcium • Enrichi en vitamine C						
Jus / cocktail de canneberges						
Jus de pamplemousse						
Jus d'ananas						
Jus de fruits mélangés (sans sucre ajouté)						
Punch aux fruits / limonade						
Jus de tomates ou de légumes (ex: V8, Garden Cocktail) • Régulier / Faible en sodium						
Jus de légumes et fruits (style V8)						
Boisson gazeuse (Coca-cola, 7up, etc.) • Régulier / diète						
Boisson énergisante						
Gatorade / Eau vitaminée						
Thé, tisanes • Chaud ou glacé						
Café • Chaud ou glacé sucré						
Lait ajouté au thé et café • Crème, 3.25%, 2%, 1%, écrémé						
Vin rouge • Blanc / rosé						
Bières						
Spiritueux						
Eau • Plate/ minérale/ Perrier/ etc.						

OEufs ET PRODUITS LAITIERS



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
OEuf						
•Frit, brouillé, omelette, dur						
OEuf McMuffin (maison / resto)						
Fromage à pâte dure (cheddar, feta, mozzarella, etc.)						
•Régulier / léger						
Fromage à pâte molle (brie, camembert, etc.)						
•Régulier / léger						
Fromage à la crème						
• Régulier / léger						
Fromage cottage						
•1%, 2%, 4% m.g.						
Ricotta						
Fromage bleu						
Fromage fondu						
•Régulier / léger						
Fromage fondu en tranches						
•Régulier / léger						
Yogourt						
•Écrémé /1-2% / > 2%						
•Grec						
•Aromatisé ou nature						
Yogourt à boire						
Petit Danone						

LÉGUMES ET LÉGUMINEUSES



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Asperges						
Avocat						
Brocoli						
Carottes						
Céleri						
Champignons (crus ou cuits)						
Chou, choux de Bruxelles, salade de choux						
Chou-fleur						
Concombre						
Courge d'été, zucchini, aubergine						
Courge d'hiver, poivrée, spaghetti...						
Fèves au lard						
Fèves de soya (germées, édamame)						
Haricots (verts, jaunes) pois mange-tout						
Laitue, salade						
Épinards, roquette						
Légumes mélangés congelés ou en conserve						
Lentilles ou haricots séchés •Haricots rouges •Haricots blancs •Pois chiches (hummous)						
Maïs						
Navet						
Oignon ou poireaux						
Patates douces						
Poivrons doux (verts, rouges jaunes)						
Piments jalapeno ou chili						
Pois verts						
Pommes de terre •Bouillie / au four / grillée •Purée avec lait / beurre						
Radis						
Tomates fraîches						
Sauté aux légumes						

FRUITS



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Abricots						
Ananas						
Banane						
Cerises						
Citron ou lime						
Kiwi						
Petits fruits : • Fraises • Bleuets • Framboises • Mûres						
Mangue						
Melon d'eau (gros)						
Melon de miel (gros)						
Cantaloup						
Clémentine						
Orange						
Pamplemousse						
Papaye						
Pêche, nectarine						
Poire						
Pomme ou compote de pommes						
Prune						
Raisins						
Raisins secs, canneberges séchées						
Salade de fruits (sirop, léger)						

PAINS ET CÉRÉALES



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Pain : • Blanc / blé entier • Enrichi de fibres						
Petits pains, baguette • Blanc / blé entier						
Bagel, pita : • Blanc / blé entier						
Tortilla : • Blanc / blé entier						
Gaufres/Crêpes/Pains dorés • Sarrasin • Blanc / blé entier						
Croissant						
Muffins • Maison / du commerce						
Craquelins • Soda /grignotines						
Galette de riz (nature, saveur ajoutée)						
Gruau • Instantané (saveur ajoutée)						
Céréales à déjeuner enrichies • Sucrées, non sucrées						
Céréales à déjeuner à grains entiers • Sucrées, non sucrées						
Céréales au son / granola						
Pâtes alimentaires, couscous, quinoa • Blanc / blé entier • Enrichi en fibres • Aux oeufs						
Sauce pour les pâtes : • Tomates • Crème • Fromage • Viande						
Macaroni au fromage						
Lasagne avec : • Sauce tomate • Sauce à la viande						
Riz, riz sauvage : • Entier / blanc • Minute / à la vapeur / bouilli						

NOIX ET GRAINES



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Amandes Natures, rôties et/ou salées						
Arachides Natures, rôties et/ou salées						
Autres noix (Brésil, pistaches, Grenoble, Acajou, mélangées)						
Graines Natures, rôties et/ou salées						
Beurre d'arachides 100% naturel ou hydrogéné - Régulier ou léger						
Beurre d'amandes 100% naturel ou hydrogéné - Régulier ou léger						
Germe de blé/huile de germe de blé						

VIANDES ET POISSONS



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Poulet, dinde, canard, oie • BBQ, rôti, frit, pané • Hamburger maison • Casserole au poulet						
Croquettes de poulet						
Boeuf • Haché, steak, braisé • Hamburger maison • Mijoté (sauce tomate ou autre)						
Veau • Haché, rôti, braisé • Escalope panée • Hamburger maison • Mijoté (sauce tomate ou autre)						
Porc • Côtelettes, filet, BBQ, émincé, bouilli, haché, pané, frit, rôti • Hamburger						
Cheval						
Agneau • Haché, rôti, braisé, • Mijoté avec sauce						
Saucisse (boucher, merguez)						
Charcuteries • Saucisse fumée / hot dog • Salami, pepperoni						
Viande froide (dinde, jambon, baloney, etc.)						
Viande salée ou séchée						
Abats (foie, rognons, etc.)						
Tofu						
Creton, tête fromagée, pâté de foie, terrine, végépâté						
Poisson frais, chair de poisson • Saumon, thon, poisson blanc • Vapeur, au four, poché						
Poisson enrobé de pâte • Bâtonnets de poisson • Crevettes panées • Croquettes (fish cake)						
Saumon en boîte avec arêtes						
Thon en boîte (eau / huile)						
Sardines sans peau • Dans l'eau ou huile						
Maquereau • En boîte						
Saumon fumé						
Crevettes • En boîte, fraîches						
Mollusques, crustacés (palourdes, pétoncles, huîtres, etc.) • Bouillis, vapeur, sautés						

METS PRÉPARÉS



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Soupe aux tomates (boîte, maison) • En crème • Non en crème						
Soupe aux légumes • Conserve / maison						
Soupe aux haricots (petits haricots blancs, pois cassés, lentilles etc.) • Conserve / maison						
Autres soupes en boîte • En crème (champignons, poulet) • Non en crème (poulet et nouilles)						
Pâté chinois						
Quiche						
Pâté au poulet						
Chili con carne						
Sushi						

FAST-FOOD



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Pizza • Toute garnie / végétarienne / fromage/pepperoni+fromage /etc.						
Hamburger • Avec fromage						
Hamburger poulet • Grillé/ pané						
Hamburger poisson • Grillé/ pané						
Hamburger végétarien						
Poutine						
Hot-dog						
Pogo						
Club sandwich						
Hot chicken						
Aile de poulet						
Frites						
Chips, nachos						
Sauce au fromage						
Salsa						
Pop-corn • Régulier / léger • Maison (avec huile ou air) • Beurre ajouté						

MATIÈRES GRASSES



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Beurre						
Margarine : • Non hydrogénée / hydrogénée • Légère / régulière • Canola, huile d'olive						
Huile d'olive et olives						
Huiles végétales (canola, tournesol, arachides, etc.)						
Mayonnaise, vinaigrette • Régulière / légère						
Crème (cuisson) • 10%, 15%, 35%						
Cuisson des viandes, m.g. : • Beurre / huile						
Cuisson des légumes, m.g. • Beurre / huile						
Graisse, lard						
Bacon						
Sauces (brune, BBQ)						
Sauce Béchamel						

DESSERTS ET COLLATIONS



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Crème ou lait glacé						
Yogourt glacé ou sorbet						
Pouding • À base de lait / soya • Chocolat / autre						
Gâteau, beigne, brioche, danoise, tarte						
Tarte à la crème pâtissière						
Biscuits • Crème / secs • Chocolat / autres						
Chocolat • Bonbon / barre • Au lait / 70% cacao / blanc						
Sucreries : • Sucre /cassonade • Sirop d'érable / sirop de table • Miel, mélasse • Succédané (Splenda)						
Confiture, Nutella, caramel • Régulier / léger						
Bonbons • Durs / gélatine / poudre						
Barre granola • Enrobée, chocolat • Multigrains / avec noix						
Suppléments • Barre: Nutribar, Slimfast • Liquide: Boost, Ensure • Poudre: protéine						

DIVERS



	Je déteste	Je n'aime pas vraiment	Neutre	J'aime un peu	J'adore	Je n'en ai jamais mangé / Je ne sais pas
Sel ajouté						
Ketchup						
Sauce tomates (trempette)						
Noix de coco • Sucré / non sucré • Crème / lait de coco • Eau de coco						

QUESTIONS SUPPLÉMENTAIRES

Est-ce qu'il y a des aliments que vous aimez vraiment qui auraient été oubliés? Des aliments que vous n'aimez pas du tout?

Depuis le dernier traitement de chimiothérapie, vos préférences alimentaires ont-elles changées? Y a-t-il des aliments qui pour vous ont changé de goût?

OUI

NON

Si oui, lesquels ?

En bref, au cours du dernier mois, à quelle fréquence avez-vous consommé aliments de chacun de ces groupes?
Jamais ou moins d'une fois par semaine / 1-2 fois par semaine / 3-4 fois par semaine / 5-6 fois par semaine / 1 fois par jour / 2 fois par jour / 3 fois par jour / 4 fois par jour / 5 fois par jour ou plus

Légumes (sans pommes de terre, salade ou légumineuses)

Fruits (sans les jus)

Produits céréaliers

Produits laitiers

Viandes et substituts

Étiez-vous à jeun ce matin?

OUI

NON

Justifications:

Complété par :

Le: