

Les compléments nutritionnels oraux (CNO)

Quand les enrichissements ne suffisent plus...

Guide destiné aux patients

Nom diététicien :

Coordonnées service diététique :

Comment consommer des CNO ?

Lorsque votre alimentation est insuffisante, les Compléments Nutritionnels Oraux vont vous permettre d'augmenter vos apports pour vous rapprocher au plus près de vos besoins.

Quand les consommer ?

Il est recommandé de consommer les CNO à distance des repas (au minimum 2h avant) ou en complément à la fin de votre repas. En 1 ou plusieurs prises dans la journée.



Ils ne remplacent pas les repas.

Sous quelle forme ?

Des CNO vous ont été prescrits :

.....
.....
.....

La composition nutritionnelle de chaque CNO est différente. Il est recommandé de respecter votre prescription.

En cas de lassitude, de dégoût, ou trouble du transit, vous pouvez demander conseil à un professionnel de santé.



Vous pouvez varier :

- * Les parfums
- * Les formes (*boissons lactées, compotes, jus de fruit, crèmes dessert, biscuits, soupes, poudres de protéines, etc.*)
- * Les marques (*laboratoires*).



Consommation :

Vous pouvez consommer votre CNO de différentes façons :

- Froid
- Glacé
- Chaud (*réchauffer sans faire bouillir, au bain-marie ou micro-ondes une fois transvasé dans une tasse ou un bol*)
- Intégré à des recettes sucrées ou salées.



Les CNO consommés à température ambiante peuvent être moins appréciés.

Bien agiter la bouteille avant de servir !

Vous pouvez agrémenter le goût sucré :

- * Avec des pépites de chocolat,
- * Avec du sirop, des coulis de fruits, des compotes de fruits, du miel
- * Avec des céréales, des biscuits,
- * En les servant comme une crème anglaise, avec une boule de glace ou une part de gâteau.



Le lait peut être remplacé par les CNO goût neutre dans les préparations ou au petit déjeuner.

Comment se conservent-ils ?



Ouverts, ils doivent être conservés au réfrigérateur 24h maximum.

N'hésitez pas à varier pour éviter la monotonie !

Terrine de saumon - 4 personnes

Ingrédients

- 200mL de CNO goût neutre
- 300g de saumon frais
- 2 œufs
- Estragon
- Ciboulette
- 1 c.à.c de curry
- Sel et poivre

Difficulté :
facile



40 min

Préparation

Cuire le saumon dans une casserole d'eau et le couper en morceaux.

Mixer-les et ajouter les œufs, les herbes, les épices et le CNO.

Mélanger tous les ingrédients et verser le mélange dans un moule à gâteau ou à pain.

Mettre le moule dans un bain-marie dans le four préchauffé à 180°C (thermostat 6) pendant 25 minutes.

Avant de servir, laisser refroidir au réfrigérateur.



Pain perdu sucré - 2 personnes

Ingrédients

- 200mL de CNO goût neutre ou vanille
- 4 tranches de pain blanc, complet ou brioché
- 2 œufs
- 25g de beurre

Difficulté :
très facile



5 min
+ 10 min
de cuisson

Préparation

Battre les œufs dans un grand bol, incorporer le CNO et remuer.

Tremper les tranches de pain dans le mélange.

Dans une poêle, faire fondre une noisette de beurre et faire revenir (de la même façon que des crêpes) les tranches de pain imbibées afin que le pain soit doré de chaque côté.

Servir immédiatement avec du sucre, du miel, du sirop, du chocolat fondu ou de la confiture.

Astuce dégustation : pour cette recette, utiliser de préférence du pain un peu rassis. C'est une bonne façon de ne pas gaspiller le vieux pain

