

# ÉCHELLE CANADIENNE D'ŒUFS



## pour l'allergie aux œufs de poule

Pour participer à notre étude au sujet des échelles alimentaires, suivez le lien ci-dessous:

<https://bit.ly/2J4Tp7C>

ou accédez au sondage en utilisant le code QR avec la caméra de votre téléphone mobile:

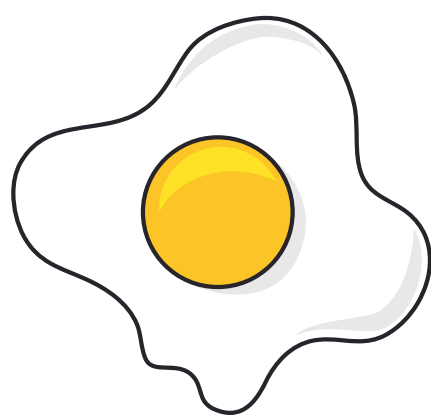


(disponible seulement en anglais)

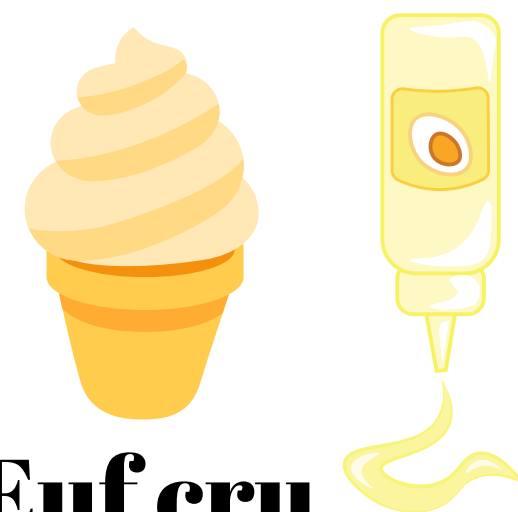
### DIRECTIVES

- Commencez à la première étape et progressez jusqu'à l'étape 4
- Donnez l'aliment quotidiennement. Il peut être pris avec un repas
- Commencez avec une quantité de la taille d'un grain ou d'un pois, et donnez cette quantité sur plusieurs jours ou semaines. Augmentez progressivement jusqu'à une quantité adaptée à l'âge de votre enfant.
- Une fois arrivé à une quantité appropriée pour l'âge de votre enfant, passez un minimum de 1 à 3 mois dans chaque catégorie, avant de passer à la catégorie suivante
- Si après être passé à la catégorie suivante il y a des symptômes allergiques, revenez à l'étape antérieure pendant un mois avant de réessayer l'étape suivante

Étape  
**4.**  
(OPTIONNEL)

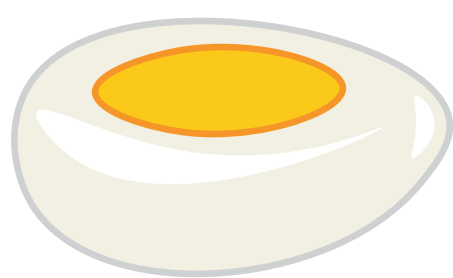


**Œuf au plat, à la coque ou légèrement brouillé**

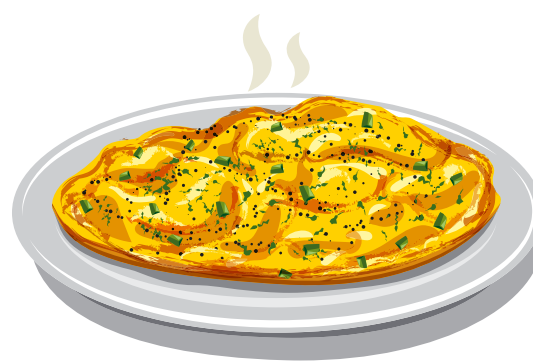


**Œuf cru**  
(e.g. crème glacée, meringue, crème au beurre, pâte à biscuits, mayonnaise)

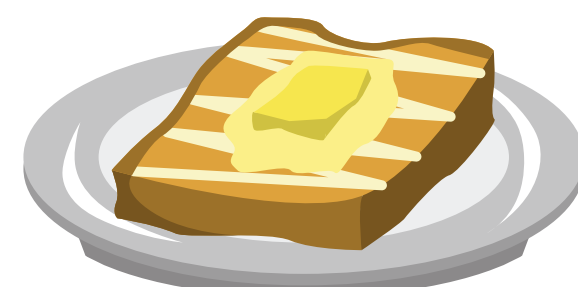
Étape  
**3.**



**Œuf dur ou cuit à la vapeur**



**Œufs brouillés bien cuits**

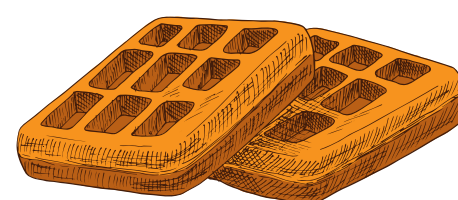


**Pain perdu**

Étape  
**2.**



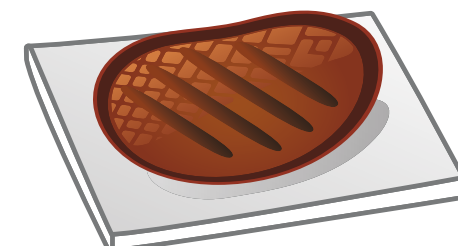
**Pancake ou crêpe**



**Gaufre**



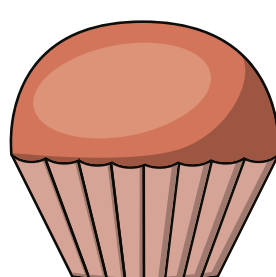
**Pâtes fraîches aux œufs**



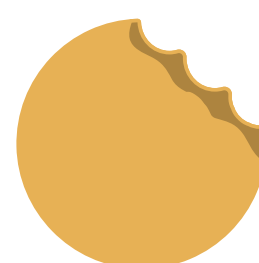
**Œuf comme liant**  
(e.g. hamburger, boulettes)

Étape  
**1.**

**Produits de boulangerie contenant des œufs**



**Muffin ou cupcake**



**Biscuit bien cuit**



**Pâtes sèches aux œufs**