

Soyez bien faite!



Le seul moyen sûr, infailible et scientifique pour développer la poitrine et devenir bien faite, c'est l'usage des **PILULES GALEGINES**, le célèbre remède français sans danger. Par la poste \$1.00.

Demandez les brochures explicatives illustrées, envoyées gratuitement.

Cie des Produits Cosmos
289 Ste-Catherine, Ouest
MONTREAL

La cuisine canadienne

LES VIANDES

LE POULET.—Pour le dyspeptique, l'emploi des volailles doit se restreindre par ordre de digestibilité, au poulet, au pigeon jeune, et au dindonneau, âgé de 2 à 3 mois.

Le mode de cuisson qui convient le mieux aux dyspeptiques est le poulet poché au naturel (bouilli.)

LE MOUTON.—La viande de mouton est saine, agréable au goût, facile à digérer au même titre que celle du bœuf. Le dyspeptique choisira les meilleures qualités de mouton. Rôti ou grillé, sous formes de côtelettes ou de gigots, le mouton est recommandé aux convalescents et aux dyspeptiques.

LE VEAU.—Le veau est comme toutes les viandes jeunes, très riche en gélatine; à ce titre, il doit être banni de la table du

Une Tasse de

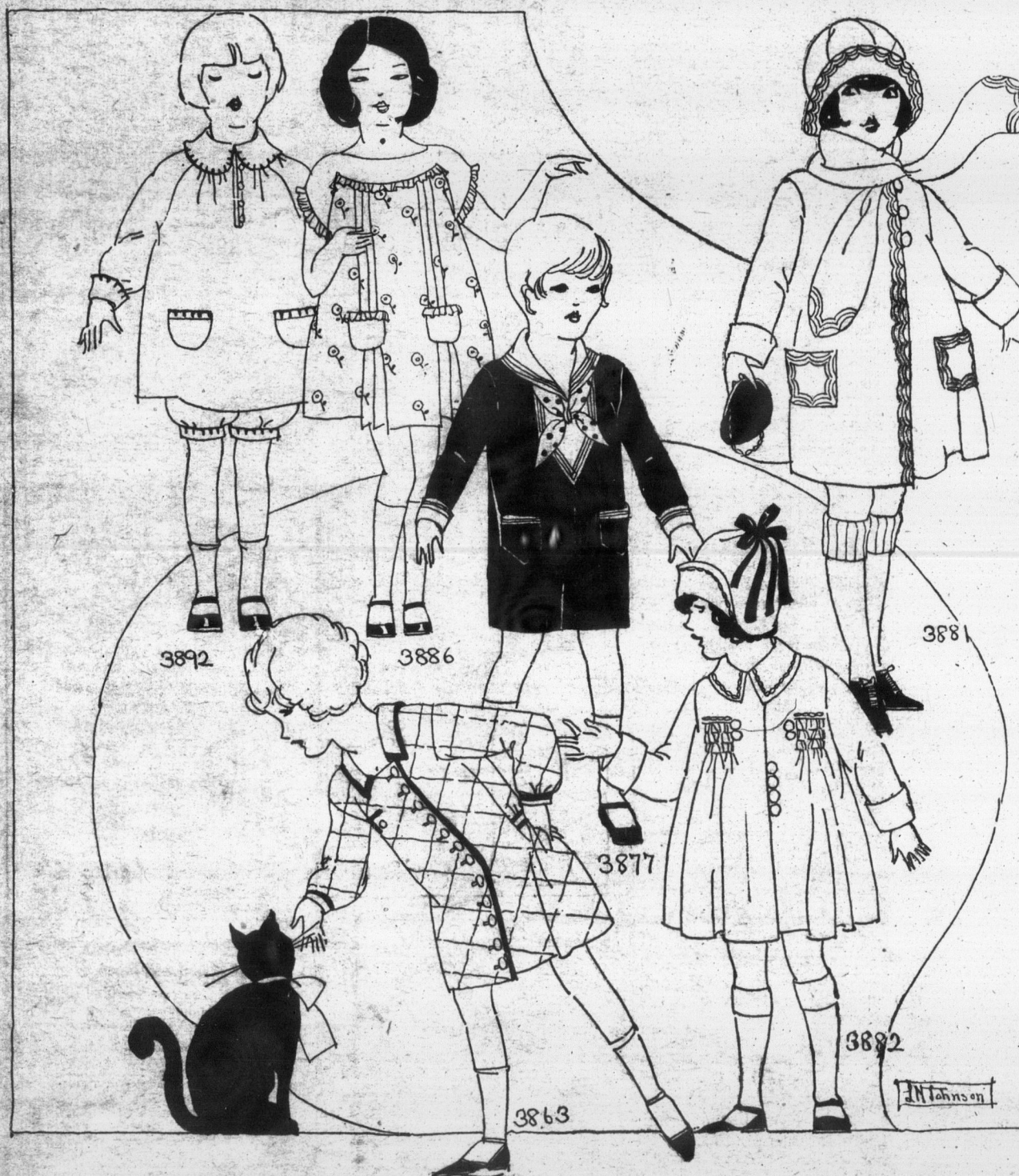
THÉ VERT

"SALADA"

est un délice exquis. Sa saveur est pure, agréable et d'un arôme remarquable. Faites-en l'essai dès aujourd'hui.

dyspeptique et du rhumatisant. Mais, il dyspeptique choisisse du veau de quelques mois et qu'il adopte le grillage comme mode de cuisson.

La mode pour les enfants



Les mères aiment toujours à ce que leurs enfants soient bien mis et c'est très légitime surtout lorsqu'elles peuvent à l'aide de patrons confectionner elles-mêmes ces habits.

La mode heureusement ne change pas aussi souvent pour eux que pour les grandes personnes, mais il y a des petits détails auxquels on peut quand même faire attention.

La longueur des robes, pour les petites filles est juste au-dessus du genou, surtout lorsqu'on leur fait porter un petit pantalon de même tissu que la robe. Les collets sont les mêmes que pour les aînés, les petits collets hollandais ont beaucoup de vogue.

Quant aux garnitures on voit beaucoup de point de fantaisie sur les collets, les poignets, les poches, comme on peut le voir dans le No 3892. Les plissures en nid de guêpe, comme on en voit sur le No 3882, surtout faites en fil de couleur sur les robes des petites filles et les habits de petits garçons, sont pratiques et faciles à laver lorsque le vêtement est en coton.

Vous pouvez avoir tous les modèles de cette page dans les magasins où l'on vend les patrons McCall, ou en écrivant à 232 West 37e Rue, New York. Le No. 3892 vient dans les grandeurs de 2 à 8 ans et se vend 25 sous. Il peut se faire en chambray ou pour la saison froide en jersey ou en flanelle.

Le No 3886 s'emploie plus pour des robes d'après-midi, il se fait en tissu plus léger en soie pongée ou en challis ou peut-être en toile. Il vient dans les mêmes âges et au même prix.

Le petit manteau No 3881 est aussi fait pour des enfants de 2 à 8 ans, et vaut 35 sous. Le collet écharpe

remplace une fourrure. Il est boutonné sur le côté. Il y a dans la même enveloppe un patron de chapeau qui peut faire avec le même matériel. L'habit de garçon No 3877 se fait de 2 à 6 ans et le patron vaut 25 sous. C'est un joli modèle marin. Il y a des poches et un pantalon très court.

Le No 3862 convient aux petites filles de 6 à 14 ans et se vend 30 sous. Il serait fort joli en flanelle carrutée bordée d'étoffe unie. Il boutonne du haut en bas ou il peut être cousu une partie.

Le manteau dont le modèle est illustré au No 3882 se fait pour 1, 2, 3, 4 et six ans (35 sous) et peut être fait très simplement, l'ampleur en avant peut être plissée en nid de guêpes ou faite par plis.