

Lions Park Søllerød Seniorcenter

Menu

Maj 2024



Maj 2024

- Ons 1.* Hovedret: Frikadeller med søde ærter, kartofler, surt og skysauce*
Dessert: Frisk ananas med is og chokoladesauce
- Tor 2.* Forret: Salat med ristede kikærter og lime-aiolidressing
Hovedret: Kalkun i sur-sødsauce med grønsager, chutney og ris
- Fre 3.* Hovedret: Culotte af gris m. ramsløgsmarineret bønner, svampe og kartofler*
Dessert: Abrikosgrød med mælk og sukker
- Lør 4.* Forret: Rejesalat med dild, citroner, tomater og brød
Hovedret: Fransk Kylling med tomat, citron, oliven og nye kartofler
- Søn 5.* Hovedret: Skinke Mignon m. hvidløg, salvie, rodfrugter, kartofler og skysauce*
Dessert: Modne danske og udenlandske oste med frugt og kiks
- Italiensk tema**
- Man 6.* Forret: Pastasalat med tomater, basilikum og ristet græskarkerner
Hovedret: Frittata, Italiensk æggekage med bacon, grønsager og kartofler
- Fiskedag** 
- Tir 7.* Hovedret: Fiskefrikadeller med laks, gulerødder, kartofler og citron-dildsauce
Dessert: Frisk frugtsalat med vaniljecreme
- Ons 8.* Forret: Svampesuppe med fuldkornsbrød
Hovedret: Slagter Lampe frankfurter med kartoffelsalat, radiser og søde ærter*
- Kristi himmelfartsdag**
- Tor 9.* Hovedret: Herregårds-hakkebøf med asparges, kartofler og bearnaisesauce
Dessert: Limefromage med fløde og revet chokolade
- Fre 10.* Forret: Tomatsuppe med creme fraiche og hvidløgs-croutoner
Hovedret: Nakkefilet med blomkål, gulerødder, flødesauce og kartofler*
- Lør 11.* Hovedret: Middagssalat m. stegt kylling, avokado, cherrytomater og cremedressing
Dessert: Blåbærmousse med ymer og fløde
- Mors dag**
- Søn 12.* Forret: Forårssalat med ærter, radiser, cremedressing og croutoner
Hovedret: Brændende kærlighed med rødbeder og persille*

Man 13. Hovedret: Revelsben med barbecuesauce, coleslaw og nye kartofler*
Dessert: Skovbær frugtgrød med mælk og fløde

Fiskedag



Tir 14. Forret: Thai suppe med grønsager og flute
Hovedret: Stegt kulmule på spidskålssalat med avokado, kikærter og limesauce

Ons 15. Hovedret: Slagter medister med gulerødder, ristede kartofler og sennepssauce*
Dessert: Frugt med is og chokolade

Tor 16. Forret: Proteinsalat med bønnemix, gedeost, mynte og olivenolie dressing
Hovedret: Kyllingekrebinetter med spinat-sauté, råkostsalat, sauce og kartofler

Fre 17. Hovedret: Oksefrikadeller med spæde grønsager, brasede kartofler og tomatsauce
Dessert: Panna Cotta med marinerede jordbær

Lør 18. Forret: Hønsesalat med asparges på smørristet brød
Hovedret: Schnitzel af gris m. peberrodsmør, kapers, ærter og nye kartofler*

Pinsedag

Søn 19. Hovedret: Ribbensteg med bagte rabarber, majroer, nye kartofler og stegesky*
Dessert: Hindbær crumble kage med cremefraiche

2.Pinsedag

Man 20. Forret: Fiskesalat med purløg på smørristet brød
Hovedret: Unghane med forårsgrønt, skysauce og nye kartofler

Tir 21. Forret: Blomkålssuppe med fuldkornsbrød
Hovedret: Biksemad med grønsager, purløg, surt og spejlæg*



Fiskedag/ Ønskemenu

Ons 22. Hovedret: Laks med spinat sauté, fennikel salat, kartofler og hollandaisesauce
Dessert: Lagkage med pyntebær

Tor 23. Hovedret: Amerikansk oksefarsbrød med svampe, ovnkartofler og pebersauce
Dessert: Gammeldags æblekage

Fre 24. Forret: Tærte med rødløg, spinat, skinke og timian
Hovedret: Koteletter med bønner, skysauce, kartofler og salat m. cremedressing*

- Lør 25.* Hovedret: Kalv i forårsklæder med asparges, ærter og gulerødder, og nye kartofler
Dessert: Gammeldags rabarberkage med makroner og flødeskum
- Søn 26.* Forret: Salat med grønne linser, gedeost, peberfrugt, honning dressing og brød
Hovedret: Persillerullesteg, forårsgrønt, stegesky og urtekartofler*
- Man 27.* Hovedret: Pasta Bolognese med grønsager, parmesan og basilikum
Dessert: Økologisk koldskål med citron og kammerjunkere
- Fiskedag** 
- Tir 28.* Hovedret: Bagt torskefisk med stegte kapers, radiser, grønt og kartofler med smør
Dessert: Cremet ymerdessert med ristet kokosmel og bærsirup
- Ons 29.* Forret: Grønærtesuppe med fløde, persille og langtidshævet brød
Hovedret: Hamburgerryg med peberrodssauce, bønner og persillekartofler*
- Tor 30.* Hovedret: Kylling i karry med gulerødder, løg, æbler og couscous
Dessert: Syltede rabarber som trifli med vaniljeflødeskum
- Vegetardag**
- Fre 31.* Forret: Tomat-rødløgs salat med basilikum og brød med olivenolie
Hovedret: Grønsags chili med svampe, gurkemejeris og persille

*= retten indeholder svinekød

Ret til ændringer i menuen forbeholdes

God appetit

Venlig hilsen køkkenteamet