

Lions Park Søllerød Seniorcenter

Menu
Maj 2022



Maj 2022

Søn 1. Hovedret: Kalv i forårsklæder med asparges, ærter og gulerødder, og nye kartofler
Dessert: Brombærtærte med smuldre dej og let cremefraiche

Man 2. Forret: Indisk inspireret linsesuppe med godt brød
Hovedret: Kyllingekrebinetter med spinatsauter, råkostsalat og kartofler



Fiskedag
Tir 3. Hovedret: Hvidvinsdampet Sej med broccoli, hollandaise og citron ris
Dessert: Vaniljeis med råsyltet rabarber

Ons 4. Forret: Grønærtesuppe med fløde, persille og langtidshævet brød
Hovedret: Pasta Bolognese med grønsager, parmesan og basilikum

Tor 5. Hovedret: Kyllingelår med blomkåls-couscous, frisk mynte og spicy sauce
Dessert: Abrikostrifli med flødeskum og mandelflager

Fre 6. Forret: Letrørt Tunsalat med dild, majs og hjemmebagt brød
Hovedret: Kalve-boller i karry med ananas, løg og æbler, råkost og løse ris

Lør 7. Hovedret: Persillerullesteg, forårsgrønt, stegesky og nye kartofler*
Dessert: Frugtgrød med sukker og sødmælk

Søn 8. Forret: Cæsarsalat med kyllingebryst, parmesan og brød
Hovedret: Ramsløgsmarineret skinkeculotte med bønner, svampe & flødekartofler*

Man 9. Hovedret: Oksefrikadeller med sprøde grønsager, brasede kartofler og tomatsauce
Dessert: Frisk ananas med is og karamelsauce



Fiskedag
Tir 10. Forret: Grøn rissalat med edamamebønner, champignon og frisk babyspinat
Hovedret: Fiskefilet med persillesauce, nye kartofler, porre og løg

Ons 11. Hovedret: Braiseret nakkefilet af gris, skysauce, rødkål og persillekartofler*
Dessert: Gammeldags æblekage med vanilje, rørsukker og flødeskum

Tor 12. Forret: Tomatsalat med basilikum og brød med olivenolie & havsalt
Hovedret: Kyllingefrikassé med to slags asparges og kartoffelmos med urter

Bededag

Fre 13. Hovedret: Ribbensteg med bagte rabarber og majroer, nye kartofler og stegesky*
Dessert: Pandekage med nougatis og syltetøj

Lør 14. Forret: Røget ørred med purløg som fiskesalat på smørristet brød
Hovedret: Farseret kalkun med nye løg og champignon, hertil pasta i cremesauce

Søn 15. Hovedret: Herregårds-hakkebøf med grønne bønner, kartofler og pebersauce
Dessert: Cremet Hindbærdessert med let pisket fløde

Man 16. Forret: Forårssalat med ærter, radiser, cremedressing og rugcroutoner
Hovedret: Bagt farsbrød af okse med feta, persille, skysauce, kartofler og rødder



Fiskedag

Tir 17. Hovedret: Rejer, broccoli og squash som sauté med citronperlebyg og urteolie
Dessert: Modne danske og udenlandske oste med frugt og kiks

Ons 18. Forret: Cremet kokosmælks-suppe med peberfrugter og flute
Hovedret: Pandestegte frikadeller, skysauce, kartofler og gulerødder*

Italiensk aften

Tor 19. Hovedret: Kalveculotte med stegte zucchini, rosmarinkartofler, og marsalasaucé
Dessert: Hvid chokolade Panna Cotta med marinerede jordbær

Fre 20. Forret: Tomatsuppe med creme fraiche og krydderurte-croutoner
Hovedret: Koteletter, ærter, skysauce, kartofler og hovedsalat med cremedressing*

Lør 21. Hovedret: Boeuf sauté Stroganoff m. bagte grønsager, asier og kartoffelmos
Dessert: Lime og- citronfromage med fløde og revet chokolade

Søn 22. Forret: Vitello tonnato, koldt kalvekød med tun, kapers, salat og godt brød
Hovedret: Unghane med rabarber, bønner, skysauce og nye kartofler

Man 23. Hovedret: Æggekage Italiano med soltørrede tomater, svampe, hvidløg og brød
Dessert: Mango yoghurt Lassi med frisk frugt

Tir 24.



Fiskedag

Forret: Lufttørret skinke, sød melon og italiensk brød

Hovedret: Nordiske Fiskefrikadeller med æbler, spinat, kartofler og cremesauce

Ons 25.

Hovedret: Slagter Lampe frankfurter med kartoffelsalat, radiser og søde ærter*
Dessert: Hofdessert med marengs, chokolade og fløde

Kristi himmelfartsdag

Tor 26.

Forret: Lun Quiche med Asparges, bacon, porre og salat

Hovedret: Skinkemignon med hvidløg, salvie, persillerødder, skysauce og kartofler*

Fre 27.

Hovedret: Kalvefrikadeller med forårskål, nye gulerødder, timiansky og kartofler
Dessert: Blåbærmousse med ymer og fløde

Lør 28.

Hovedret: Kyllingebryst m. kalkunbacon, grønne asparges, perlebyg og dilledressing
Dessert: Syltede rabarber som trifli med vaniljeflødeskum

Søn 29.

Forret: Salat Nicoise med tun, spinat, forårsløg, æg og smørbagt rugbrød
Hovedret: BBQ marineret grillkøller med coleslaw og stegte kartofler*

Grønt dag

Man 30.

Hovedret: Ærtefrikadeller med varmkartoffelsalat, grov sennep og rugbrød
Dessert: Frisk frugtsalat med vaniljecreme



Tir 31.

Fiskedag

Hovedret: Laks med spinat, gulerødder, hasselbagte kartofler og cremesauce
Dessert: Koldskål med mandel-rugbrødsknas

God appetit

Vi glæder os til at se jer i restauranten

*= retten indeholder svinekød

Ret til ændringer i menuen forbeholdes

