


*Lions Park Søllerød
Seniorcenter
Menu
Juni 2022*



Juni 2022

- Ons 1.* Hovedret: Lammefrikasse med urter og cremet kartoffelmos
Dessert: Hindbærtrifli med makroner og vanilje
- Tor 2.* Forret: Tærte med løg og peberfrugt samt salat med vinaigrette
Hovedret: Kalvekrebnetter med let stuvet asparges, grøn salat og nye kartofler
- Fre 3.* Hovedret: Revelsben med persillesovs, sennep, blomkål og kartofler*
Dessert: Henkogt fersken med råcreme og bær
- Lør 4.* Forret: Tomat og mozzarella salat med basilikum og flute
Hovedret: Herregårdshakkebøf med ærter, brasede kartofler og bearnaise
- Pinsedag**
- Søn 5.* Hovedret: Dansk kylling med rabarber, bønner, sky sauce og persillekartofler
Dessert: Rød frugtgrød med økologisk fløde
- 2.pinsedag**
- Man 6.* Forret: Let krydret tomatsuppe med italiensk brød
Hovedret: Sommer Porchetta med sommergrønsager, skysauce og nye kartofler*
- 

Fiskedag

- Tir 7.* Hovedret: Hvid fisk i filet med salat af squash, avokado, mango, lime og ris
Dessert: Mokka-fromage med chokolade og flødeskum

- Ons 8.* Forret: Søde meloner med landskinke og balsamisk glace
Hovedret: Hamburgerryg med spinat-porresauté, sennep, og små kartofler*

- Tor 9.* Hovedret: Hønsefrikasse med grønt, hvide kartofler, persille og surt
Dessert: Gammeldags æblekage med vanilje, rørsukker og flødeskum

Græsk tema

- Fre 10.* Hovedret: Gyros marineret nakke, græsk mikset salat og kartofler med tzatziki*
Dessert: Cremet Græsk yoghurt med mango, honning og ananas

- Lør 11.* Hovedret: Barbecue grillkøller med ratatouille og flødebagte kartofler*
Dessert: Koldskål med jordbær og kammerjunkere

- Søn 12.* Forret: Blomkålssuppe med grønt og trøffel-brød
Hovedret: Honning marineret kam med stegte grønsager, kartofler og cremesauce*

Man 13. Hovedret: Sommerbiksemad fyldt med grønt, spejlæg og purløg*
Dessert: Frisk abrikosgrød med fløde



Fiskedag
Tir 14. Forret: Svampesuppe på hønsfond med godt brød
Hovedret: Fiskefrikadeller med persillesauce, kartofler, porre og gulerødder

Ons 15. Hovedret: Spaghetti Bolognese med urter og parmesan
Dessert: Cremet ymerdessert med ristet kokos og bærsirup

Grill aften / Valdemarsdag
Tor 16. Hovedret: 3 udskæringer fra grillen med kold-kartoffelsalat, grønt og grilldressinger
Dessert: Friske jordbær med fløde

Fre 17. Hovedret: Kalve-deller med ærter og kold spinat-kartoffelsalat
Dessert: Kold rabarbersuppe med flødeskum

Lør 18. Forret: Letrørt tunsalat med søde majs og dild på lille salat med brød
Hovedret: Sommergullasch på okse med grønsager og ovnbagte kartofler

Søn 19. Hovedret: Ramsløgs marineret svinekød, stegte grønt, kartofler & cremesauce*
Dessert: Appelsinfromage med flødetoppe.

Man 20. Forret: Sommersalater med skinke, balsamicoglace, tomater og grovbrød
Hovedret: Kalkunbryst med æbler, vindruer, karrysauce og ris pilaf



Fiskedag
Tir 21. Hovedret: Røget makrel med kold kartoffelsalat, radiser, agurk og purløg
Dessert: Vaniljeis med chokoladesauce og sprøde vafler

Ons 22. Forret: Grønne salater med radiser, ærter, cremedressing og godt brød
Hovedret: Pasta Carbonara med bacon, hvidløgsbrød og grøn salat*

Sankthans aften
Tor 23. Forret: Skaldyrssuppe med urter og godt brød
Hovedret: Kalveculotte med sommer grønt, små kartofler og cremesauce
Dessert: 1 glas mousserende vin og jordbær med chokolade

Fre 24. Forret: Ærtesuppe med spinat, creme fraiche og solsikkebrød
Hovedret: Skinkeschnitzel med tomatsauce, søde majs og ovnbagte kartofler*

Lør 25. Hovedret: Krydret Coq au vin med skalotteløg, urter og mos med persille
Dessert: Modne danske og udenlandske oste med kiks og frugt

Søn 26. Forret: Provence paté med syltede peberfrugter, salat og brød
Hovedret: Roastbeef med grill tomater, urter kartofler, rødvinsauce og salat

Vegetardag

Man 27. Hovedret: Grønne deller med varm kartoffel/spinat salat, rugbrød og sweet chili
Dessert: Vaniljeis med råsyltet rabarber



Fiskedag

Tir 28. Hovedret: Fiskefrikadeller med let remoulade, blomkålssalat og kartofler
Dessert: Kræmmerhus med syltede rabarber, flødeskum og chokolade

Ons 29. Forret: Tarteletter med ærter, gulerødder og skinke
Hovedret: Klassisk æggekage med bacon, asparges, tomat, agurk, purløg, og brød

Tor 30. Hovedret: Svinekotelet med tomatsauce, peber, ærter og løse ris*
Dessert: Frugtsalat med råcreme

God appetit
Vi glæder os til at se jer i restauranten

*= retten indeholder svinekød
Ret til ændringer i menuen forbeholdes