

Lions Park Søllerød Seniorcenter

*Menu
September 2023*



September 2023

- Fre 1.* Hovedret: Kalkun i sauce af champignon, bacon og urter, hertil ris
Dessert: Brombærkage med glasur
- Lør 2.* **Italiensk tema**
Forret: Tomatsalat med mozzarella, basilikumsdressing og brød
Hovedret: Porchetta med squash, rosmarin kartofler og cremesauce*
- Søn 3.* Hovedret: Hakkebøf med råstegt blomkål, urtekartofler og skysauce
Dessert: Hindbærfromage med bærpuré
- Man 4.* Forret: Salat med spidskål, blommer, valnødder og brød
Hovedret: Chili sin carne med fennikel, bøftomat og ris
- Tir 5.* **Fiskedag**
Hovedret: Fiskesuppe med laks, kartofler, urter og langtidshævet brød
Dessert: Frugtsalat med vanilje creme 
- Ons 6.* Forret: Cremet aspargessuppe med fuldkornsbrød
Hovedret: Slagter medister med gulerødder, ærter, kartofler, sauce og surt*
- Tor 7.* Hovedret: Klassisk lasagne med blandet salater og godt brød
Dessert: Sensommer koldskål med kammerjunker
- Fre 8.* Forret: Salat med svampe, mandler og grovbrød
Hovedret: Hvidløgskylling med grønsager, skysauce og pestokartofler
- Lør 9.* Hovedret: Krydderkrabinetter af kalv med ovnbagte grønsager, kartofler og sauce
Dessert: Ostetallerken med kiks og druer
- Søn 10.* Hovedret: Oksesteg med rodfrugter, stegte kartofler og flødesauce
Dessert: Syltet pære med sød creme og chokolade
- Man 11.* Hovedret: Kalveboller i mild karri med chutney, bulgur og ovnstegt broccoli
Dessert: Abrikos og havtorn frugtgrød med mælk og sukker

Fiskedag



- Tir 12.* Forret: Tomatsuppe med kernebrød
Hovedret: Hvidvinsdampet torvefisk med squash, gulerødder, sauce og kartofler
- Ons 13.* Hovedret: Oksefarsbrød med grøn kål, sennepssauce og ovnkartofler
Dessert: Romfromage med flødeskum
- Tor 14.* Forret: Frisk hønsesalat med svampe, salat og godt brød
Hovedret: Marineret Nakkefilet med rodfrugter, skysauce og kartofler*
- Fre 15.* Hovedret: Frikadeller med grønne bønner, drueagurker, kartofler og pandesauce*
Dessert: Gulerodskage med creme.
- Lør 16.* Forret: Jordskokkesuppe tilsmagt med æbleeddike serveret med godt brød
Hovedret: Lammesteg med squash og aubergine, sauce og timiankartofler
- Søn 17.* Hovedret: Mørbrad af gris med ristet blomkål & blommer, ris og tomatssauce*
Dessert: Pandekager med is og marmelade
- Man 18.* Forret: Grønsags-Minestrone med hjemmebagt brød
Hovedret: Wienerpølser med varm kartoffelsalat sennep og surt*
- Tir 19.* Hovedret: Tomat-linsesuppe med torskefisk og porre
Dessert: Yoghurtdessert med bærkompot
- Ons 20.* Forret: Klassisk Quiche Lorraine med porre, bacon og salat
Hovedret: Nakkekam med svampesauce, spidskål og kartofler med persille*
- Tor 21.* Hovedret: Millionbøf med kartoffelmos, rødbeder og gulerodssalat
Dessert: Frugtgrød med fløde og sukker
- Fre 22.* Forret: Hønsekøds-suppe med urter og boller samt godt brød
Hovedret: Forlorenhare med vildtsauce, broccoli, kartofler, skysauce og ribsgele*



Lør 23. Hovedret: Flæskesteg med agurkesalat, gulerødder, skysauce og hvide kartofler*
Dessert: Gammeldags æblekage

Søn 24. Forret: Snitte med røget ørred, æggestand, purløg og salat
Hovedret: Kylling Tikka Masala med grønsager og ris

Man 25. Hovedret: Hamburgerryg med flødestuvet spinat, kartofler og sennep*
Dessert: Henkogt frugt med vaniljecreme

Tir 26. **Fiskedag**
Forret: Salat med ristet blomkål, creme dressing og croutoner
Hovedret: Dampet Sejfilet med spinat, kartofler og hvidvinssauce



Ons 27. Hovedret: Kotelet af gris med orangesauce, rosenkål og kartofler*
Dessert: Kanelbagte æbler med nødder og flødeskum

Tor 28. Hovedret: Pasta Bolognese med grønsager og parmesan
Dessert: Is med bærkompot og vafler

Fre 29. **Grønt-menu**
Forret: Vegetariske forårsruller med salat og sweet chili
Hovedret: Karry med varme krydderier, blomkål, kartofler, kokosmælk, urter og ris

Lør 30. Hovedret: Kalkunbryst med ratatouille og Provence kartofler
Dessert: Blommetrifli med makroner og flødeskum

Husk at meddele køkkenet, hvis I påregner gæster til middagen.
Dette skal gøres 2 dage i forvejen, så vi kan fortage ekstra indkøb og forberede os.
Dvs. senest torsdag inden kl. 12.00 hvis man ønsker gæstemiddag i weekenden.

God appetit
Vi glæder os til at se jer i restauranten

*= retten indeholder svinekød
Ret til ændringer i menuen forbeholdes