

Lions Park Søllerød
Seniorcenter
Menukort
November 2025



November 2025

- Lør 1.* Hovedret: Benløse fugle med vinter grønt, ribsgele og kartoffelmos*
Dessert: Græsk yoghurt med frugt, akaciehonning og nødder
- Søn 2.* Forret: Græskarsuppe med brød og ristede kerner
Hovedret: Dansk bøf med bløde løg, stuvet hvidkål, kartofler og skysauce
- Man 3.* Hovedret: Grønne frikadeller med spinat, kartofler og flødesauce
Dessert: Hindbærkage med creme fraiche
- Tir 4.* **Fiskedag** 
Forret: Hønsesalat med svampe på smørristet toastbrød
Hovedret: Fiskefilet Florentine med grønt, citroner og kartofler
- Ons 5.* Hovedret: Braiseret Spoleben med bagt selleri, kartoffelmos og drueagurker
Dessert: Panna cotta med rabarberkompot
- Tor 6.* Forret: Kold pastasalat med rodfrugter, cremefraiche dressing og brød
Hovedret: Kalveboller i mild karry med pastinakker og kartofler
- Fre 7.* Hovedret: Hvidløgskylling med grønsager, rødpesto-kartofler og skysauce
Dessert: Is med chokoladesauce
- Lør 8.* Forret: Tartelet med skovsvampe og danske æbler
Hovedret: Orangemarineret kalkun med spinat sauté, paprikasauce og ris
- Søn 9.* Hovedret: Simregryde med gris, cocktailpølser, flødesauce, kartoffelmos og asier*
Dessert: Fløderand med citrussauce
- Man 10.* **Mortensaften - Husk tilmelding**
Hovedret: Andesteg med æbler, rødkål, andesauce, chips og brunede kartofler
Dessert: Gammeldags æblekage med æblerasp og flødeskum 
- Tir 11.* **Fiskedag**
Hovedret: Torvefisk i filet med broccoli, kartofler og sauce monteret med smør
Dessert: Henkogt ananas med råcreme
- Ons 12.* Forret: Tærte med jordskokker, løg og salat med granatæble
Hovedret: Pastaret med svampesauce og bacon*

Tor 13. Hovedret: Frikadeller med kålsalat, surt, pandesauce og kartofler*
Dessert: Abrikos-trifli med makroner

Fre 14. Forret: Kokosmælk suppe med linser, porre og brød
Hovedret: Chili sin carne med ris og syltede peber

Lør 15. Hovedret: Unghanebryst med bagte rodfrugter, skysauce og á la creme kartofler
Dessert: Blåbærmousse med vanilje

Søn 16. Forret: Paté med syltede valnødder, brød og sprød salat
Hovedret: Lamsteg med grønsags saute og stegte kartofler

Man 17. Hovedret: Biksemad med spejlæg, rugbrød, sennep og surt*
Dessert: Skovbær-frugtgrød med sødmælk

Tir 18. **Kommunalvalg**
Forret: Minestrone suppe med italiensk brød
Hovedret: Stegt flæsk med kartofler, rødbeder og persillesauce*

Ons 19. **Fiskedag/ Ønskemenu**
Hovedret: Fiskesuppe med laks, porre, kartofler og fløde
Dessert: Pandekager med is



Tor 20. Forret: Fransk løgsuppe med ostebrød
Hovedret: Salat med Kylling, cherrytomater, peberfrugt, cremedressing og brød

Fre 21. Hovedret: Glaseret skinke med sennep, grønlangkål og brunede kartofler*
Dessert: Risengrød med kanelsukker og økosmør

Lør 22. Forret: Cremet Jordskokkesuppe med ristet svampe og brød
Hovedret: Svinemørbrad med blomkål, stegte kartofler og karrysauce*

Søn 23. Hovedret: Hvid-labskovs på kalvekød med rødbeder, persille og ærter
Dessert: Æbleskiver med solbærsyltetøj og flormelis

Man 24. Forret: Honningmarineret skinke med sprød salat og brød
Hovedret: Krydret kødboller med pasta, urter og tomat sauce

Tir 25. **Fiskedag**
Hovedret: Fiskedeller med remoulade, gulerødder, kartofler og citron
Dessert: Ymerfromage tilsmagt med mørk rom



- Ons 26.* Forret: Sylte med cornichoner, salat, sennep og rugbrød
Hovedret: Karbonade med rosenkål, skysauce og kartofler*
- Tor 27.* Hovedret: Klassisk lasagne med rodfrugter og brød
Dessert: Frugtsalat med vaniljecreme
- Fre 28.* Hovedret: Plantebaseret millionbøf med kartoffelmos og syltede rødbeder
Dessert: Gammeldags hyldebærsuppe med æbler
- Lør 29.* Forret: Appelsinsalat med avokado, kål og brød
Hovedret: Schnitzel med ærter, citroner, ovnkartofler og brun sauce*
- Søn 30.* **1.søndag i advent**
Hovedret: Flæsketeg med rødkål, brun sauce, og hvide kartofler*
Dessert: Alliance frugtgrød med fløde, mælk og strøsukker

God appetit

Vi glæder os til at se jer i restauranten

*= retten indeholder svinekød

Ret til ændringer i menuen forbeholdes