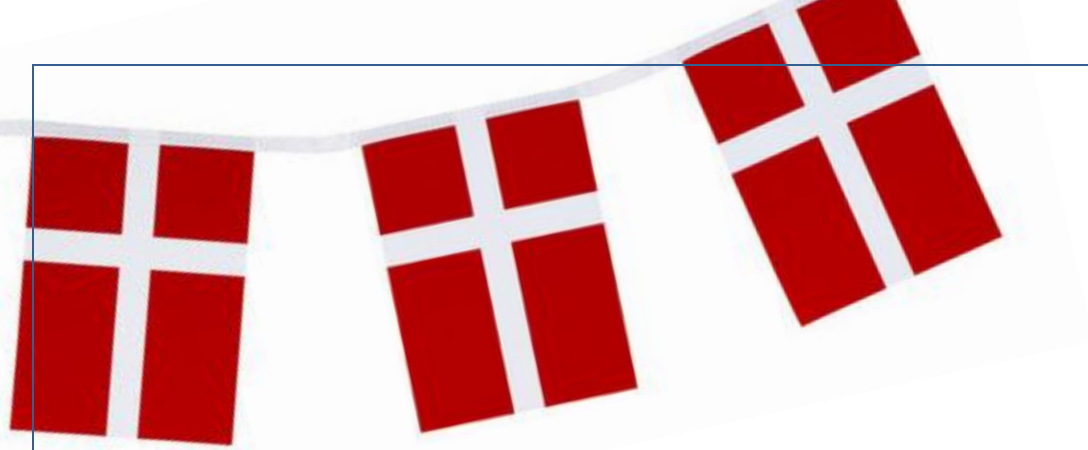


Menu

August 2024

Lions Park Søllerød
Seniorcenter

A scenic landscape featuring rolling hills. The foreground is a lush green field, while the middle ground shows a mix of green and golden-yellow fields, suggesting a harvest season. The sky is a vibrant blue, filled with soft, white, fluffy clouds. The overall atmosphere is bright and open.



Lions Park Søllerød fødselsdag

- Tor 1. Hovedret: Danskbøf af okse med løg, squash, timian kartofler og flødesauce
Dessert: Fødselsdagslagkage
- Fre 2. Forret: Broccolisalat med bacon og rosiner samt grovbrød
Hovedret: Grillede frankfurter med kartoffelvinaigrette, sennep og bønner*
- Lør 3. Hovedret: Sprængt kalvebryst med grønt-sauté, kartofler og flødepeberrodssauce
Dessert: Rabarbersmuldreke med cremefraiche
- Søn 4. Forret: Grøn melon Gazpacho med forårsløg og avokado
Hovedret: Kamsteg med urter, bagte grønsager, danske kartofler og skysauce*
- Man 5. Hovedret: Kogt Club skinke med cremet kartoffelsalat, sennep og surt*
Dessert: Koldskål med citron og kammerjunkere
- Tir 6. **Fiskedag** 
Forret: Kyllingespyd på asiatisk salat
Hovedret: Pestobagt sej med courgetter, ris og lys citrus sauce
- Ons 7. Hovedret: Græske frikadeller med peberfrugt, oliven, tzatziki og kartofler*
Dessert: Frugtgrød med mælk og fløde
- Tor 8. Forret: Melonsalat med skinke, mozzarella og dressing med soltørret tomater
Hovedret: Pasta penne med vegetarsauce, springløg & parmesan
- Fre 9. **Hjerteforeningensmenu**
Hovedret: Oksekødsfyldte auberginer med yoghurt dressing og spicy kartoffelbåde
Dessert: Limemousse med æblesalat
- Lør 10. Forret: Salat med røget makrel, cremefraiche dressing og brød
Hovedret: Mørbradbøf med bløde løg, majs, svampesauce og stegte kartofler*

Søn 11. Hovedret: Panko-paneret schnitzel med karrysauce og thai nudelsalat*
Dessert: Fromage lavet på italienske citroner

Man 12. Forret: Majssuppe med brød og urtedrys
Hovedret: Sommer æggekage med tomater, agurker, purløg, kartofler og bacon

Fiskedag/ Hjerteforeningensmenu

Tir 13. Hovedret: Asiatisk laks med bagte peberfrugter og soja og løse ris
Dessert: Panna cotta med karamelliserede pærer og nøddedrys



Ons 14. Forret: Bagt kartoffel med aubergine kaviar, persille og cremefraiche dressing
Hovedret: Indisk karryret med kylling, grønt, ris og mangochutney

Tor 15. Forret: Salat med spidskål, blommer, citrus dressing og godt brød
Hovedret: Italiensk farsbrød med spinat, mozzarella, tomatsauce og kartofler

Grill aften

Fre 16. Hovedret: Skiver af oksekød, slagter lampe grillpølser, dressinger og kartoffelsalat
Dessert: Brombærkage med vaniljeskum

Lør 17. Hovedret: Lynstegt kalkun med grønsager, ingefær, chili og nudler med chilisauce
Dessert: Klassisk fløderand med spiritus marineret bær og frugter

Søn 18. Forret: Blomkåls-gazpacho med brødcroustons
Hovedret: Kalveinderlår med sommer sauté, Provence kartofler og rosmarinsauce

Man 19. Hovedret: Biksemad med purløg, spejlæg og rødbeder*
Dessert: Blommegrød med fløde & sukker



Fiskedag

Tir 20. Forret: Tartelet med skinke, ærter, gulerødder og persille*
Hovedret: Torskfisk i fad med cherrytomater, sorte bønner, basilikum og brød

Ons 21. Hovedret: Pastaret med tomatflødesauce, bacon, revet ost og grønne bønner
Dessert: Hindbærkoldskål med kammerjunkere

Tor 22. Forret: Søde meloner med balsamico glace og gårdskinke
Hovedret: BBQ-revelsben m. kold sommer-kartoffelsalat og smørdampet porre*

Hjerteforeningensmenu

Fre 23. Forret: Reje-snitte med avokadosmør, dild og rugbrød
Hovedret: Hjerteforenings grønne lasagne med hytteost og salat

Lør 24. Forret: Nektarinsalat med perlespelt, rødløg, salatost, spidskål og brød
Hovedret: Dansk Kylling med rabarber, agurkesalat og skysauce og kartofler

Søn 25. Hovedret: Kalvesteg m. flødesauce, couscous salat med abrikos, mynte og mandler
Dessert: Pandekager med is og syltetøj

Italiensk menu

Man 26. Forret: Minestrone suppe med focaccia brød
Hovedret: Italiensk spaghetti ret med persilleolie, ærter og pinjekerner



Fiskedag

Tir 27. Hovedret: Fiskefrikadeller med laks, remoulade, citron, kartofler og fennikelsalat
Dessert: Citronkoldskål med sommerbær og kammerjunker

Ons 28. Forret: Fransk Peber pate med smørristet rugbrød, drueagurker og salat
Hovedret: Kyllingeboller i karry med baby spinat, broccoli og ris

Frokostmenu til Sundhedsdag

Tor 29. Hovedret: Anretning med sunde salater, lyst kød og fisk
Dessert: Skyr med sommerfrugter og rabarbersirup

Hjerteforeningensmenu

Fre 30. Forret: Stegt sild med løg, kapers og rugbrød
Hovedret: Kikærteret med bønner, spicy kokosmælk og spæde grønsager

Lør 31. Hovedret: Kalvekrebnet med rå-blomkålssalat, skysauce og urtekartofler
Dessert: Frugt og bær som trifli med makroner

God appetit

Vi glæder os til at se jer i restauranten

*= retten indeholder svinekød

Ret til ændringer i menuen forbeholdes