

Menuplan, Sløjfen & Amager Seniorklub

Fra 01. november til 22. december

Ret til ændringer forbeholdes

Dato	Menu/ tilbud - <u>Prisen er 30 kr –</u> <u>Smørrebrød dog: 15 kr/1 stk, 25 kr/2 stk, 35 kr/3 stk.</u>
Man 2.11.	Kartoffel-porre-suppe m hvidløgsbrød, stegt bacontern/ græskarkerner
Tirs 3.11.	Tortilla-pandekager med kød- og grøntfyld + spidskålssalat
Ons 4.11	Ribbensteg m wokgrønt
Tors 5.11.	Stegt fisk m kartofler, persillesovs og gulerod
Fre 6.11	Smørrebrød
Man 9.11.	Tomatsuppe – med grønt, pasta og ostebrød
Tirs 10.11	Fiskefilet m gulerod-tranebærsalat -
Ons 11.11.	Braiserede svinekæber m kartoffelmos og rød spidskålssalat
Tors 12.11	Frikadeller m kartofler og persillesovs/selleridelle.
Fre 13.11	Smørrebrød
Man 16.11.	Grønkål/kartoffelsuppe m let majs-ærte-risotto
Tirs 17.11.	Stegt kyllingebryst m ris og wokgrønt
Ons 18.11.	Stegt lever m kartofler og sovs + surt
Tors 19.11.	Ovnstegt laks m grøntsags-æggekage -
Fre 20.11.	Smørrebrød
Man 23.11.	Gulerodssuppe m kokosmælk, grønt – og tomat/hvidløgsbrød
Tirs 24.11.	Stegt makrelfilet - med kold kartoffelsalat m grønt
Ons 25.11.	Kylling – asiatisk - og grønt i wokgryde
Tors 26.11.	Karamelliseret hamburgryg m stuvet grønkål
Fre 27.11.	Smørrebrød
Man 30.11.	Sandwiches -

Tirs 1.12.	Ovnstegt torsk i fad m flødekartofler og grønt
Ons 2.12.	Oksesteg m kartofler og peberrodssovs
Tors 3.12.	Stegt andebryst m rødkålssalat
Fre 4.12.	Smørrebrød
Man 7.12.	Blomkålssuppe m ærter og bacon. Gulerodsmix fra wok.
Tirs 8.12.	Selleri-ostedeller m wokgrønt
Ons 9.12.	Hakkebøf, stegte løg og spejlæg + spidskålssalat
Tors 10.12.	Pandestegt laks – m persille, citron og wokgrønt
Fre 11.12.	Smørrebrød
Man 14.12.	Gule ærter m kalvespidsbryst og grøntsager
Tirs 15.12.	Fiskefrikadeller m gulerod-rosin-salat
Ons 16.12.	Sløjfen Julemiddag – se opslag
Tors 17.12.	Rester fra julemiddag + indisk risotto m kylling
Fre 18.12.	Smørrebrød
Man 21.12.	Risengrød m kanel og juleøl
Tirs 22.12.	Biksemad m.m.