

Menuplan for Solgården oktober - 2026

Torsdag	1	Fylt Fiskefilet, tomatsovs, salat, stegte kartofler	Æblekage
Fredag	2	Hamburgerryg, stuvet spinat, kartofler	Regnbue is m. vafler
Lørdag	3	Lasagne, sauteret spidskål m. edamamebønner	Mannagrød, kanelsukker
Søndag	4	Rullesteg, skysovs, rødkål, kartofler	Risdessert m. kirsebærsovs
Mandag	5	Kalkungryde, sauteret peberfrugt, ris	Hyldebærsuppe
Tirsdag	6	Boller i selleri, gulerødder, kartofler	Ananasfromage
Onsdag	7	Fiskefrikadeller, hollandaise, råkost, kartofler	Is m. chokoladesovs
Torsdag	8	Oktober fest se menu i hus avis	
Fredag	9	Benløsefugle drueagurker, kartoffelmos	Blommer i portvin
Lørdag	10	Fars m. porre, skysovs, gulerødder, kartofler	Solbærgrød m. fløde
Søndag	11	Oksesteg, bearnaise, stegte rodfrugter, kartofler	Abrikotrifli m. flødeskum
Mandag	12	Stegt ising, aspargessovs, sauteret grønt, kart	Hønsekødsuppe, boller, urter
Tirsdag	13	Kylling i karry, råkost m. ananas, løse ris	Islagkage
Onsdag	14	Svensk pølseret, ærter, broccoli og bønner	Blommegrød m. fløde
Torsdag	15	Skinkestroganoff, surt, kartoffelmos	Ymerfromage m. kirsebær
Fredag	16	Stegt kylling, paprikasovs, grill grønt, stegte kart	Lun æblekage m. flødeskum
Lørdag	17	Forloren hare, vildtsovs, agurkesalat, kartofler	Panna cotta m. krydrede æbler
Søndag	18	Enebærgryde, bønner, rodfrugtmos	Jordbærgrød m. fløde
Mandag	19	Hakkebøf m. løg, skysovs, blomkål, ærter, kart	Aspargessuppe
Tirsdag	20	Fiskefilet, remoulade, råkost, pommes fritter	Chokolademousse m. skum
Onsdag	21	Guleærter, sprængt nakke, sennep	Hindbærroulade m. flødeskum
Torsdag	22	Stegt flæsk, persillesovs, rødbeder, kartofler	Jordbærkage m. flødeskum
Fredag	23	Stegt kalkun, paprikasovs, rosenkålsaute, kart.	Romfromage
Lørdag	24	Farsbrød, tomatsovs, marinerede bønner, stegte	Fersken m. flødeskum
Søndag	25	Brændende kærlighed, stegte rødbeder, mos	Pandekager m. syltetøj
Mandag	26	Bøf Bourguignon, stegte rodfrugter, ris	Kærnemælkssuppe, rosiner
Tirsdag	27	Ribbensteg, skysovs, rødkål salat, kartofler	Jordbærfromage m. skum
Onsdag	28	Spinatlasagne med bagte timiangulerødder	Æblegrød m. fløde
torsdag	29	Frikadeller, marinerede bønner, kartoffelsalat	Kiks m. ost og druer
Fredag	30	Stegt kylling, skysovs, agurkesalat, kartofler	Citronfromage m skum
Lørdag	31	Skipperlabskovs, smør, rugbrød og rødbede	Græskarsuppe

Ret til ændringer forbeholdes. Trine Christiansen Køkkenansvarlig