Grønnehaven Bladet

Oktober 2026



Plejehjemmet Grønnehaven

Kære alle sammen

Da jeg startede her på Grønnehaven for 10 måneder siden, var mere information og bedre kommunikation et team for mange af jer. Derfor har vi blandt andet sat os for at fortælle lidt mere om, hvad der sker i hverdagen.

Hver måned udsendes der et nyhedsbrev på mail, og det trykkes også i Grønnehavebladet. Emnerne i nyhedsbrevet er udvalgt med baggrund i, hvad vi tænker, det må være rart at vide som beboer og pårørende.

Det kan jo sagtens være, at der er andre emner, I gerne vil vide mere om. Derfor vil jeg gerne opfordre til, at I fortæller os, hvis der er andet, I har brug for, og så vil vi forsøge at imødekomme det i vores kommunikation til jer.

Aflåsning af døre

Som tidligere skrevet afprøver vi at aflåse huset af hensyn til sikkerheden. Har du problemer med nøglen, så henvend dig i receptionen, så vil vi forsøge at afhjælpe problemet – ofte skal den blot opdateres.

WI-FI

For tiden får vi opdateret vores WI-FI. Det skal først og fremmest sikre at der er dækning nok til de aktiviteter der er nu.

Men da fremtiden også kalder på flere og flere krav om velfærdsteknologiske løsninger og øget dokumentation så vil vi gerne fremtidssikre nettet.

Vi ved det kan rode lidt, men det skulle snart være ovre også så er vi meget bedre rustet til fremtiden.

Nordea Fonden

Vi afsøger hele tiden nye muligheder for at forsøde tilværelsen lidt mere for beboerne her på Grønnehaven.

Og vi kan med glæde fortælle, at vi har fået en donation fra Nordea Fonden til at medfinansiere 100 eksemplarer af Højskolesangbogen. Det er kærkomment til vores nye kor, der synger torsdag eftermiddag 😊

Vi er meget taknemmelige for, at vi blev valgt. Også en stor tak til Linnea fra Alrummet for at skrive ansøgningen.

Har I idéer til andre steder, der kan søges så sig endelig til!

Aktiviteter

Der tilbydes dagligt aktiviteter i Alrummet, men også ude i de enkelte afsnit. Husk, at pårørende er velkomne til at deltage.

Aktiviteter kan jo være alt fra hverdagshandlinger, hvor vi hjælpes ad med daglige opgaver, til fællessang, træning og kreative sysler.

Vi er optagede af at sikre, at så mange som muligt får mulighed for at deltage i det omfang, det er muligt, og man ønsker det.

Hver måned er der en plan for månedens aktiviteter i Alrummet, og her kan I følge med i noget af det, der sker her i huset.

Cykling uden alder

Vi er så heldige, at der er mange, der gerne vil være cykelpiloter og køre ture med jer.

Har du ikke prøvet det endnu, så sig endelig til! Så planlægger vi en tur, så snart det er muligt.

Vandskade – status

Arbejdet med at få tørret op/affugtet i Kysthusets afdeling E er i fuld sving.

Det tager desværre lidt længere tid end først antaget, da skaden har vist sig at omfatte flere rum.

Men de seneste oplysninger tyder på, at det går planmæssigt, og at det forhåbentlig er færdigt i god tid, inden vi går ind i julemåneden.

Pårørende

Vi vil gerne i nær fremtid tage fat på at udarbejde noget materiale med information til nye pårørende.

Der er selvfølgelig fokus på beboerne, der flytter ind og mange praktiske opgaver og hensyn, men vi er klar over, at der kan være emner, vi misser eller ikke får prioriteret godt nok, når det handler om samarbejdet med jer, der er pårørende.

Det vil vi gerne gøre bedre, og derfor vil vi på et tidspunkt spørge jer:

Hvad ville du gerne have vidst inden?

Hvordan kan jeg stadig være en del af min ægtefælles liv, nu hvor han eller hun er flyttet på plejehjem?

Hvad kunne være rart at vide undervejs, og så videre.

Skulle der allerede nu være nogle spørgsmål eller blot noget, I undrer jer over, så kom endelig med jeres input og idéer.

I ønskes en dejlig efterårsmåned 😊

Mange hilsner

Nadja



Kryds og tværs

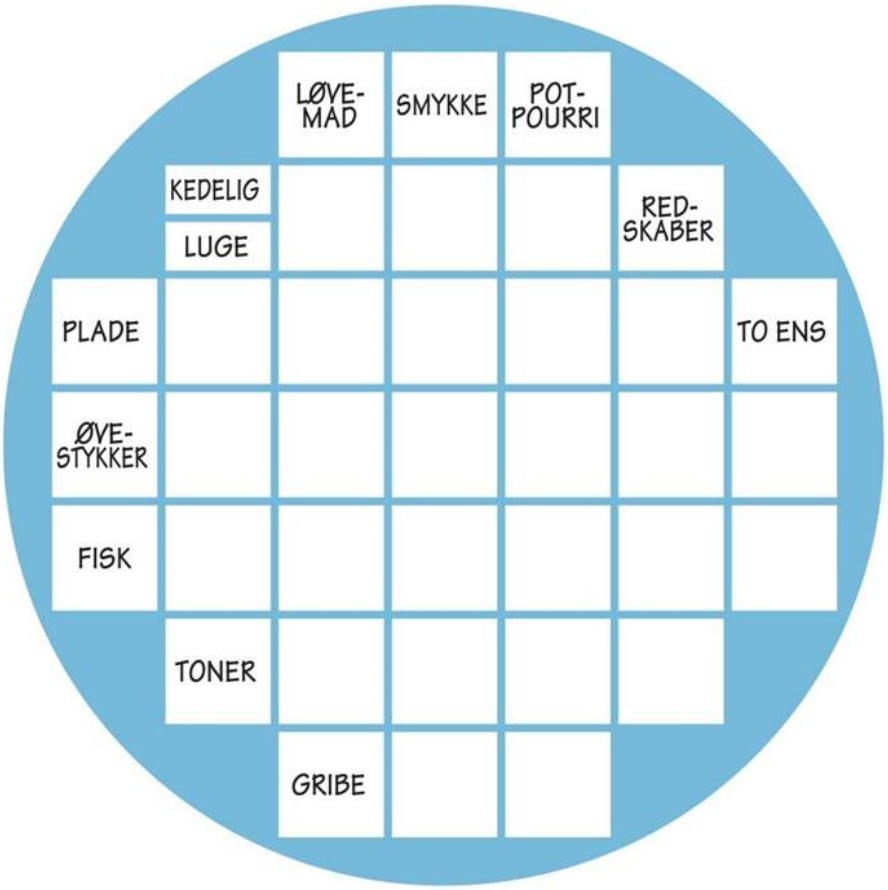
37	RED-SKAB	GUDER	KURS	500	KURBY	★	RET-NING	KORT	EN	DYRE-LYD	SPILLE	FARTØJ
GRUP-PER						FOR-HADTE / LINJE						
ETC.				FAR / MØBEL					METIER / UNGE			
GRINE			PØBEL / KONGE-DØMME				MEGA-BYTE / DEL			DRIK / VED-TÆGT		
SKRÆM-ME					KENDT BRITNEY / FYRE							REMSE
SMALL		HALVØ / LOK						FAIR / KLUB				
BINDE-ORD			TONE / IMAGE			GRAD / MÆRKE					FILM	
ENSEM-BLE				INPUT					TONER			
REGE-RER												

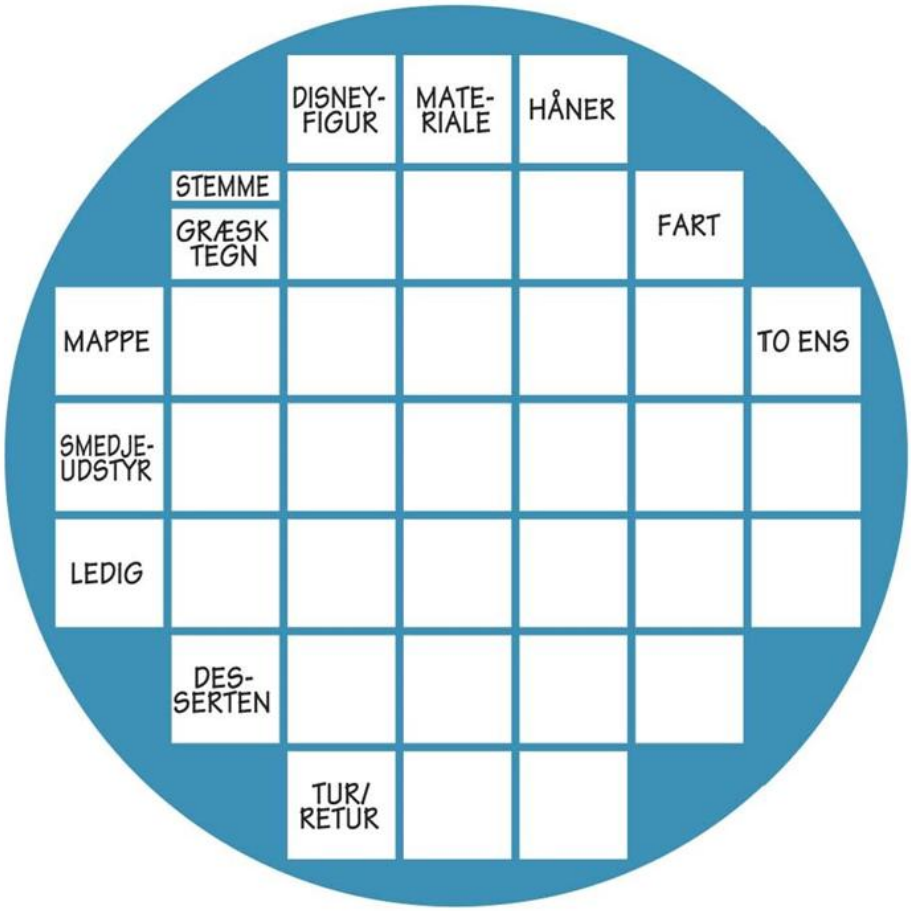
Månedens vinder i kryds- og tværskonkurrencen:

Sidste måneds vinder i kryds og tværskonkurrencen er: Kirsten Egesø Jensen Bolig 66

Vi siger tillykke og kvitterer med en spiselig præmie 😊

DU kan også aflevere din løsning i receptionen inden den 15. oktober, så deltager du i lodtrækningen om en lille præmie.


LØVE-MAD
SMYKKE
POT-POURRI
KEDELIG
LUGE
RED-SKABER
PLADE
TO ENS
ØVE-STYKKER
FISK
TONER
GRIBE


DISNEY-FIGUR
MATE-RIALE
HÅNER
STEMME
GRÆSK TEGN
FART
MAPPE
TO ENS
SMEDJE-UDSTYR
LEDIG
DES-SERTEN
TUR/ RETUR

Fødselsdage i oktober:

Stina Holmstad Petersen 11-10

Dorte Brodén Jarset 16-10

Finn Scharff Frederiksen 16-10

Rita Nøhr 19.10

Tanja Ravn Jensen 22-10

Sonja Eriksen Søderblom 25-10

Margit Poulsen 27-10

Merete Strabo 28-10

Ulla Busk Rasmussen 29-10

Christian Sennels 30-10

Ib Bechlund Sørensen 30-10



TAK!

I anledning af Aases 100 års fejring ønsker vi at rette en stor tak til personalet på afd. B1 for at gøre dagen uforglemmelig for os alle. Flag-balloner-pyntet over det hele og dertil et dejligt kaffebord med to store lagkager i afdelingens køkken. I taknemmelighed på Aases vegne

Jette, Lone, Kirsten og Mikael.

Frivilligseminar

Vi er så heldige at have fem frivillige i Alrummet, som er med til at skabe gode hverdagsøjeblikke for beboerne. De spiller bingo, holder gudstjeneste, synger fællessang, laver kreative aktiviteter, besøger os med søde hunde, går ture og skubber kørestole. De skaber nærvær, holder i hånd, brygger kaffe og hjælper til ved fælles frokoster og torsdagsbar.

Tusind tak, fordi I er her: Lis, Marit, Michelle, Tanja - og Bo, som er kommet til for nylig 😊

I begyndelsen af september holdt vi et frivilligseminar med fokus på betydningen af det frivillige arbejde og de rammer, der understøtter en tryg og meningsfuld frivillig indsats. Her talte vi blandt andet om samarbejde, forventninger og tavshedspligt.

Vi havde også et fagligt tema til fælles refleksion. Mette Bjerre, som er demenskoordinator her på Grønnehaven, holdt et oplæg om demens. Hun fortalte om, hvad demens er, hvilke tegn man kan være opmærksom på, hvordan man bedst møder og taler med mennesker med demens, og hvordan det kan opleves at være pårørende. Et vigtigt budskab var, at demens ikke er noget, man er, men noget, man har.

Oplægget gav anledning til en rigtig god efterfølgende samtale. Tusind tak til Mette Bjerre for at støtte os i vores faglige refleksioner.

Vi lagde også planer for næste frivilligseminar, som afholdes den 16. november. Her er det faglige tema det eksistentielle skift, der ligger i at flytte på plejehjem.

Det glæder vi os til.



Vision om frivillighed

På Plejehjemmet Grønnehaven ser vi frivillighed som en naturlig brobygger mellem plejehjemmet og lokalsamfundet, så plejehjemmet forbliver en aktiv del af lokalsamfundet.

Vi skaber rammer og udviklingsmuligheder, hvor frivillige er med til at øge beboernes livskvalitet samt mental og fysisk sundhed gennem kontakt, nærvær og gode fællesskaber. Det er samtidig et mål, at de frivillige selv oplever fællesskab, mening og mental trivsel i resonans med beboerne og samarbejdet med huset som helhed.

I tråd med Ældrelovens intentioner understøtter frivillighed den ældres selvbestemmelse, livsglæde og deltagelse i meningsfulde fællesskaber. Frivillige bidrager til at skabe et mere levende hverdagsliv, hvor den enkeltes ønsker, relationer og ressourcer bringes i spil.

Frivillighed er mere end ekstra hænder. Frivillighed bygger på værdien om, at målrettet og organiseret udveksling mellem mennesker – frivilligt og ulønnet – skaber hverdagsmagi, der gavner alle involverede.

Vi har fokus på både beboernes og de frivilliges trivsel. Derfor arbejder vi med aktiviteter, cykelture, vågetjeneste, besøgshunde og fællesskaber, samtidig med at vi skaber gode rammer for de frivillige gennem introduktion, faglige tilbud og sociale arrangementer.

Pårørende er ligeledes en vigtig samarbejdspartner, og vi ønsker at styrke deres muligheder for at deltage i livet på Grønnehaven.

Målet er et Grønnehaven, hvor beboere, pårørende, medarbejdere og frivillige sammen bidrager til et miljø præget af fællesskab, mening, livsglæde og omsorg.



Sensommerfrokost

Vi holdt sensommerfrokost tirsdag d. 8. september. Køkkenet havde lavet en stor buffet med hjemmelavede frikadeller, grillede pølser og der var forskellige salater og hjemmebagt brød til. På bordene var der dækket fint op og hvert bord havde yndige små blomsterbuketter. Beboere og pårørende var inviteret og vi var i alt ca. 90 personer. Snakken gik om bordet og vi fik sunget sange sammen både som velkomst og afslutning. Vi takker for en god frokost.





Besøg på de enkelte afdelinger og gåture

Vi sørger for daglige aktiviteter i alrummet, hvor alle er velkomne. Når vi ikke planlægger og udfører en aktivitet i alrummet, tager vi flere dage på besøg på de forskellige afdelinger. Her har vi bl.a. spillet brætspil, læst højt fra eventyr, tegnet og taget en snak over en kop kaffe. Nogle gange triller vi et par beboere med os på tur udenfor. Vi er kun to hænder til at skubbe, men det giver mulighed for mere fordybende samtaler og det er en stor glæde for alle at besøge livet udenfor ved biblioteket, værftsmuseet eller akvariet fx. Det er alt sammen noget beboerne er utroligt glade for.



Hvilke klassiske danske retter er mest populære?

De 10 bedste og mest klassiske danske retter spænder fra hyggelig hverdagsmad til traditionelt smørrebrød:

- **Stegt flæsk med persillesovs**: Kåret som Danmarks officielle nationalret, serveret med sprødt flæsk, kogte kartofler og persillesovs.
- **Smørrebrød**: Højtbelagt rugbrød med forskelligt pålæg som sild, æg, rejer eller roastbeef.
- **Frikadeller**: Saftige, svineryg- eller kalvefars-frikadeller, der ofte serveres med brun sovs, kartofler eller stuvet hvidkål.
- **Boller i karry**: Kødboller af svine- eller kalvekød i en mild, cremet karrysovs med ris.
- **Tarteletter**: Sprød skaldej med fyld af høns i asparges.
- **Hakkebøf med bløde løg**: Serveres med brun sovs, kartofler og rødbeder.
- **Mørbradgryde**: En smagfuld ret med svinemørbrad, bacon, cocktailpølser og champignon i en fløde- og tomatsovs.
- **Brændende kærlighed**: Mos af kartofler med sprøde bacontern og løg.
- **Krebinetter (eller karbonader)**: Panerede og stegte kødhapsere af hakket svinekød, serveret med stuvet grønt.
- **Rødgrød med fløde**: Den klassiske danske dessert med røde bær og fløde.

Er du enig eller har du en særlig favorit der ikke er med på listen? Fortæl os om hvilke retter du savner på listen eller som er din personlige favorit!



Fra bondedreng til bykonge

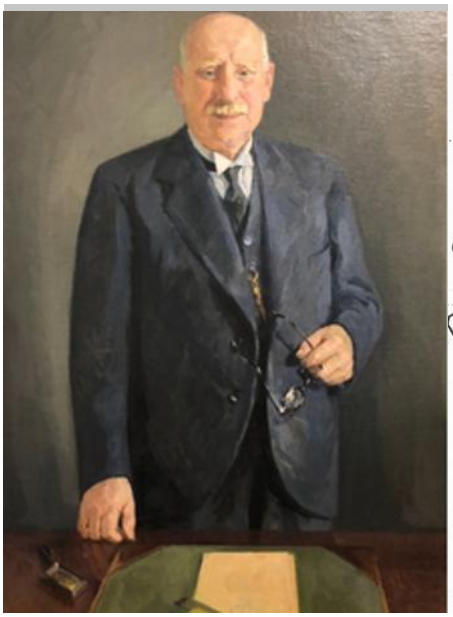
Kom til foredrag med Tom Sinding

21.10 kl. 13.30-14.30

Emne: Peder Christensen (1874-1954): Fra bondedreng til bykonge.
Født og opvokset på Århus-egnen, drog som 18-årig til Helsingør for at gå i lære som maskinbygger på skibsværftet.
Peder Christensen blev udlært i 1896 og forlod aldrig byen igen. I 1919 blev han Helsingørs første folkevalgte borgmester. Han sad – som socialdemokrat - på posten i 27 år med et absolut flertal indtil 1943, og han blev i folkemunde kendt som Kong Peder og var et yndet offer i satire tegninger i landspressen.

Tom Sinding vil fortælle om de politiske forhold i Kong Peders bormesterperiode. I dag står Peder Christensen som en af byens helt store mænd, som fik opført alderdomshjem, kolonihaver, sociale boliger, strandpark, grønne områder og meget andet. Peder Christensen havde visionerne og som egenrådig bykonge kunne han få sat gang i tingene, men han mødte også betydelig modstand.

Tom Sinding er cand.mag. i historie, geografi og erhvervsøkonomi og formand for Helsingør Historiske Forening





Plejehjemmet Grønnehaven

Månedsplan - alrummet - oktober

Ugedag	Dato	Tidspunkt	Aktivitet
Torsdag	1.	10.30-11.30	Stolegymnastik
Fredag	2.	10-11.30	Åbent alrum
Lørdag	3.		
Søndag	4.		
Mandag	5.	10-11	Højtlæsning og hygge
Tirsdag	6.	10-11	Musikquiz
Onsdag	7.	10-11.30	Åbent alrum
		13.30-14.30	Grønnehavens eget kor
Torsdag	8.	10-11.30	Bingo
Fredag	9.	10.30-11.30	Stolegymnastik
Lørdag	10.		
Søndag	11.		
Mandag	12.	13-14.45	Film "Mød mig på Cassiopeia"
Tirsdag	13.	10.30-11.30	Tegne- og maledag
Onsdag	14.	10-11.30	Åbent alrum
		13-15	Bingo
Torsdag	15.	13.30-14.30	Koncert m/Louise Dubiel
Fredag	16.	10.30-11.30	Stolegymnastik
Lørdag	17.		
Søndag	18.		
Mandag	19.	10-11	Højtlæsning og hygge
Tirsdag	20.	13.45-15	Gudstjeneste
Onsdag	21.	10-11.30	Bingo
		13.30-14.30	Foredrag om Kong Peder
Torsdag	22.	13.30-14.30	Grønnehavens eget kor
Fredag	23.	10.30-11.30	Stolegymnastik
Lørdag	24.		
Søndag	25.		
Mandag	26.	13-14.30	Lau synger
Tirsdag	27.	14-15	Gudstjeneste med babysalmesang
Onsdag	28.	10-11.30	Åbent alrum
		13-15	Bingo
Torsdag	29.	13.30-15	Oktoberfest-torsdagsbar
Fredag	30.	10.30-11.30	Stolegymnastik
Lørdag	31.		

Tirsdag og torsdag tager vi fast på besøg på skiftende afdelinger.
Hver anden mandag hjælper elever os med at tage på tur med beboere fra skiftende afdelinger.

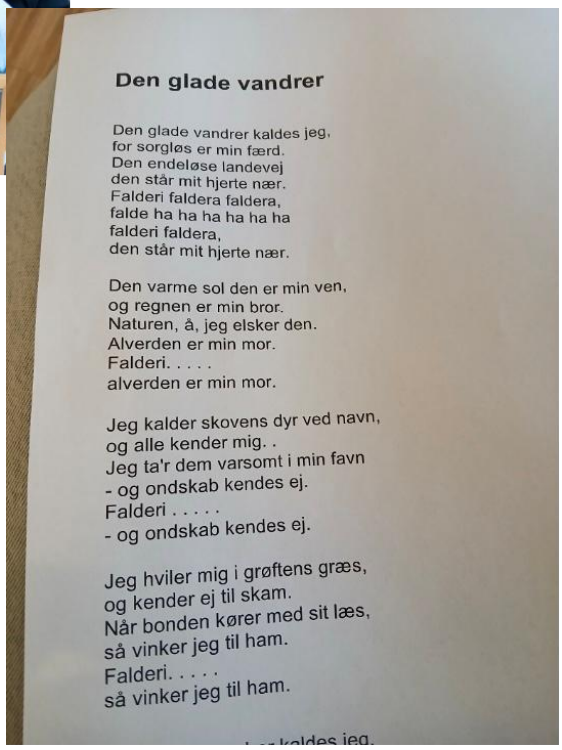
Plejehjemmet Grønnehaven

Grønnehaven Koret

D.3.9 startede vi vores helt eget kor.
Torsdage frem til jul bliver ca.25 sangglade beboere dirigeret af vores dygtige korleder Bjarne Kiel, som til dagligt er tilknyttet Helsingør Domkirkes kantori.
Repertoiret består af gamle, velkendte danske sange. Vi synger kanons og lægger også en lille anden stemme på i ny og næ. Det er tydeligt at sang er velgørende for humøret og alle der har været med til en koreftermiddag går opløftede og glade hjem. Det er derfor en meget stor glæde for Grønnehaven at vi kan tilbyde denne aktivitet.







Den glade vandrer

Den glade vandrer kaldes jeg,
for sorgløs er min færd.
Den endeløse landevej
den står mit hjerte nær.
Falderi faldera faldera,
falde ha ha ha ha ha
falderi faldera,
den står mit hjerte nær.

Den varme sol den er min ven,
og regnen er min bror.
Naturen, å, jeg elsker den.
Alverden er min mor.
Falderi. . . . .
alverden er min mor.

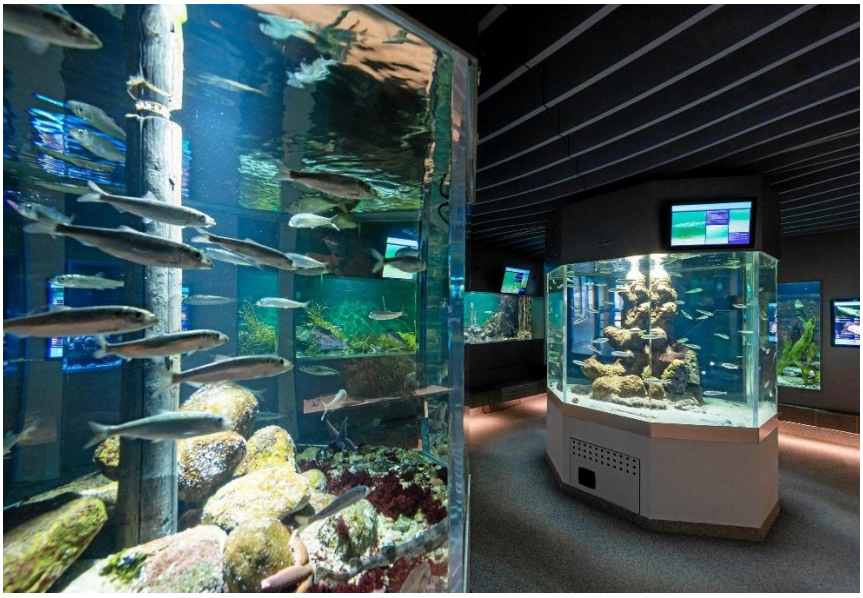
Jeg kalder skovens dyr ved navn,
og alle kender mig. .
Jeg ta'r dem varsomt i min favn
- og ondskab kendes ej.
Falderi . . . . .
- og ondskab kendes ej.

Jeg hviler mig i grøftens græs,
og kender ej til skam.
Når bonden kører med sit læs,
så vinker jeg til ham.
Falderi. . . . .
så vinker jeg til ham.

Beboere og elever besøgte Øresundsakvariet

Hver anden mandag er vi så heldige at vi i Alrummet får stærk assistance at de elever der er ansat på Grønnehaven. Det betyder at vi kan begynde at lave nogle flere aktiviteter ude af huset.

Mandag d.7.9 besøgte vi Øresundsakvariet og det var en spændende og berigende oplevelse for alle der var med. Turene betyder ualmindeligt meget for de fleste. Som en af beboerne sagde på hjemvejen, så er det med til 'at holde sansen for virkeligheden ved lige'. Det var meget smukt formuleret i al sin rigtighed.





Plejehjemmet Grønnehaven





GRØNNEHAVE
Uge 40

Plejehjemmet Grønnehaven

Mandag, 28. september	Tirsdag, 29. september	Onsdag, 30. september	Torsdag, 1. oktober	Fredag, 2. oktober	Lørdag, 3. oktober	Søndag, 4. oktober
Smørrebrød	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**
Æg	Frikadeller	Æg	Nakkesteg	Æg	Kyllingefrikadeller	Lune mørbradbøffer m/ champignon og bløde løg
Uspec.	Ålerøget skinke	Rullepølse	Spegepølse	Leverpostej	Asier	Rugbrød
Tunsalat	Torskerognssalat med kapers	Russisk salat	Hønsesalat	Fiskesalat	Rugbrød	Drueagurker
					Skaldyrssalat	
Aftensmad	**Aftensmad**	**Aftensmad**	**Aftensmad**	**Aftensmad**	**Aftensmad**	**Aftensmad**
Frikadeller	Grillet grøntsagssuppe med tomater og peberfrugt	Ovnstegt kylling	Stegt kullerfilet	Forloren hare	Enebærgryde	Kalkuncuvette stegt med orange og timian
Stuvet spidskål	Creme fraiche	Skysauce	Kartofler	Vildtsauce	Kartoffelmos	Dagens grønt
Kartofler	Gryderet med kalvekød, svampe og rødløg	Kartofler	Bagte rodfrugter	Kartofler	Broccoli	Flødekartofler
Persilledrys	Kartoffelmos	Stegte æbler, løg og salvie	Kaperssauce	Drueagurker	Pærer Belle Helene	Brombærmousse med flødeskum
Skovbærgrød med fløde* - RH	Syltede tyttebær* - RH	Hyldebærsyltede pærer med råcreme	Ymerfromage med saftsauce	Æblekage med crumble		
				Flødeskum		





GRØNNEHAVE
Uge 41

Mandag, 5. oktober	Tirsdag, 6. oktober	Onsdag, 7. oktober	Torsdag, 8. oktober	Fredag, 9. oktober	Lørdag, 10. oktober	Søndag, 11. oktober
Smørrebrød	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**	**Smørrebrød**
Uspec.	Skinkesteg	Æg	Leverpostej	Farsbrød	Lun leverpostej med bacon og svampe	Æggekage med bacon og tomat
Sprængt kalvebryst	Hamburgerryg	Uspec.	Rullepølse	Rg. kalkunbryst	Rugbrød	Purløg
Frikadeller	Tunsalat	Hønsesalat	Laksesalat	Skinkesalat	Rødbeder	Rugbrød
					Frugtsalat	
Aftensmad	**Aftensmad**	**Aftensmad**	**Aftensmad**	**Aftensmad**	**Aftensmad**	**Aftensmad**
Boller i karry	Laksefarseret rødspættefilet	Kalkungryde med årstidens grønsager	Pasta med kylling og chorizo	Kogt hamburgerryg	Forloren and med æbler og svesker	Benløse fugle med vildtsauce
Ris	Hollandaise sauce	Kartofler	Madbrød	Stuvet spinat	Skysauce	Kartofler
Æblechutney	Kartofler	Persilledrys	Cheesecake med hvid chokolade og passion	Kartofler	Kartofler	Revet waldortsalat
Hindbærgrød m/ fløde	Ærtepure	Vaniljeis med brombærsirup		Gulerødder	Rødkål	Gammeldags æblekage
	Vaniljebudding med saftsauce			Hybensuppe med flødeskum	Saltkaramelmousse med flødeskum	





GRØNNEHAVE
Uge 42

Mandag, 12. oktober

Smørrebrød

Æg

Uspec.

Makrelsalat

Aftensmad

Skipperlabskovs

Smør

Purløg

Rødbeder

Rugbrød

Blommegrød med fløde

Tirsdag, 13. oktober

Smørrebrød

Marinerede sild

Rg. kalkunbryst

Æggesalat

Aftensmad

Krydret farsruller med bacon

Kartoffelfad med squash og soltørret tomater

Lun æblesuppe

Flødeskum

Onsdag, 14. oktober

Smørrebrød

Rullesteg

Ålerøget skinke

Torskerognsalat med purløg og dild

Aftensmad

Fiskefrikadeller med remouladesauce

Kartofler

Ærtepure

Chokolade budding

Flødeskum

Torsdag, 15. oktober

Smørrebrød

Æg

Fiskefrikadeller

Wienersalat

Aftensmad

Kylling i estragon-sennepssauce

Kartofler

Broccoli

Kvarkdessert med kirsebær

Fredag, 16. oktober

Smørrebrød

Uspec.

Kyllingefilet med spinat

Skinkesalat

Aftensmad

Glaseret skinke

Flødekartofler

Bagte gulerødder

Henkogte ferskner med makronflødeskum

Lørdag, 17. oktober

Smørrebrød

Frikadeller

Kartoffelsalat

Flutes

Hønsesalat

Aftensmad

Fiskepate med urtecreme

Madbrød

Moussaka

Grøn salat

Vinaigrette

Søndag, 18. oktober

Smørrebrød

Tærte med skinke, porrer og ost

Grøn salat

Creme fraiche dressing

Aftensmad

Nakkesteg

Skysauce

Kartofler

Rødkål

Hvid chokolademousse med lemoncurt





GRØNNEHAVE
Uge 43

Mandag, 19. oktober

Smørrebrød

Æg

Uspec.

Russisk salat

Aftensmad

Frikadeller

Stuvet spidskål

Kartofler

Persilledrys

Skovbærsuppe med flødeskum

Tirsdag, 20. oktober

Smørrebrød

Karrysild

Rg. kalkunbryst

Skinkesteg

Aftensmad

Kylling i tomat, karry og kokossauce

Ris

Grønt drys

Stikkelsbærgrød med fløde

Onsdag, 21. oktober

Smørrebrød

Farsbrød

Ålerøget skinke

Tunsalat

Aftensmad

Stegt langefilet

Citronsauce

Kartofler

Bagte rødbeder

Æbletærte med flødeskum

Torsdag, 22. oktober

Smørrebrød

Æg

Hamburgerryg

Hønsesalat

Aftensmad

Mørbradbøffer af gris

Champignon á la creme

Kartofler

Broccoli

Henkogte frugter med råcreme

Fredag, 23. oktober

Smørrebrød

Torskerogn med remoulade

Spegepølse

Æggesalat

Aftensmad

Gullasch-suppe

Cremefraiche 38%

Madbrød

Citronfromage med flødeskum

Lørdag, 24. oktober

Smørrebrød

Biksemad

Rødbeder

Rugbrød

Wienersalat

Aftensmad

Tunmousse

Dilddressing

Grøntsagsgratin

Persillesmør

Grøn salat

Vinaigrette

Søndag, 25. oktober

Smørrebrød

Stegt fiskefilet

Remoulade

Citron

Rugbrød

Skinkesalat

Aftensmad

Hakkebøffer i fad

Kartofler

Agurkesalat

Fløderand

Kirsebærsauce





GRØNNEHAVE
Uge 44

Mandag, 26. oktober

Smørrebrød

Leverpostej

Uspec.

Torskerognssalat

Aftensmad

Boller i selleri

Kartofler

Persilledrys

Jordbærgrød med fløde

Tirsdag, 27. oktober

Smørrebrød

Æg

Rullepølse

Tunsalat

Aftensmad

Shepherds pie

Madbrød

Blommecrumble

Flødeskum

Onsdag, 28. oktober

Smørrebrød

Kryddersild

Rg. kalkunbryst

Hønsesalat

Aftensmad

Fiskefrikadeller

Sauce tartare

Kartofler

Lun hyldebærsuppe med æbler

Torsdag, 29. oktober

Smørrebrød

Pate med grøn peber

Spegepølse

Wienersalat

Aftensmad

Kylling Tikka Masala

Ris

Grønt drys

Panna cotta

Bærcoulis

Fredag, 30. oktober

Smørrebrød

Æg

Dyrlægens natmad

Hummus

Aftensmad

Italiensk farsrulle

Tomatsauce

Stegte kartofler

Broccoli

Brombær tiramisu

Lørdag, 31. oktober

Smørrebrød

Dagens lune ret

Skaldyrssalat

Aftensmad

Biksemad

Spejlæg

Rødbeder

Abrikostrifli med konditorcreme og flødeskum

Søndag, 1. november