



OKTOBER 2025

KOSTPLAN
ÆLDREVENLIG

Onsdag	1	Boller i selleri m. kartofler, ærter (Af hakket grise- og kalvekød)	Pandekager m. syltetøj
Torsdag	2	Hamburgerryg m. bearnaise, kartofler, blomkålsblanding	Ymerkoldskål m. ristet havregryn
Fredag	3	Argentinsk biksemad m. rødbeder, rugbrød Hk. oksekød m. hvidkål, kart., gulerod, worchestersauce	Frisk frugt
Lørdag	4	Nordisk simregryde m. kartoffelmos, rosenkål, græskar (Oksekød i tern, øl, selleri, porre, gulerod, timian)	Cappuchinomousse m. skum (Mousse m. chokolade og kaffesmag)
Søndag	5	Nakkesteg ala Hvissinge, kartofler, skysauce, bagte gulerødder	Hyldebærsuppe m. æbler og skum
Mandag	6	Stegt fisk m. kartofler, persillesauce, råkost	Aspargessuppe m. kødboller
Tirsdag	7	Bankekød m. svampe, kartofler, skysauce, grøntblanding (Okseyderlår i skiver i sauce m. laurbær og champignon)	Muldvarpeskud (Sveskegrød, vaniljecreme m. ristet rugbrød og chokolade)
Onsdag	8	Hvidkålsroulet m. kartofler, skysauce, rødbeder (Fars af grise- og oksekød svøbt i hvidkål)	Blandet frugtgrød m. fløde
Torsdag	9	Kalvesteg m. kartofler, skysauce, honningbagt selleri og gulerod	Appelsinfromage m. skum
Fredag	10	Millionbøf m. kartoffelmos m. krydderurter, majs (Hakket oksekød m. løg, worchestersauce)	Is m. marengs
Lørdag	11	Dampet fisk m. kartofler, hummersauce, kålsalat m. hasselnød	Risdessert, tranebær/hindbærsauce (Kold risengrød vendt m.
Søndag	12	Simregryde m. stegte æbler og porre, kartofler (Nakkefilet af gris i tern, jordskokker, selleri, æblesaft. Pyntet m. stegte æbler og porrer)	Stikkelsbærkage m. skum
Mandag	13	Italiensk farsbrød m. tomatssauce, stegte kartofler, bagte løg Fars af grise- og kalvekød m. hvidløg, urter	Tiramisu (Ladyfingers, kaffe, mascarponecreme, cacao)
Tirsdag	14	Kogt oksetykkam i peberrodssauce, kartofler, broccoli, blomkål, gulerod	Kold kirsebærsuppe m. vaniljecremefraiche
Onsdag	15	Fiskefrikadeller m. kartofler, remouladesauce, broccoli/bønner/gulerod	Frugttærte m. skum



OKTOBER 2025

KOSTPLAN
ÆLDREVENLIG

Torsdag	16	Flæskesteg m. skysauce, kartofler, rødkål	Rabarbertrifli
Fredag	17	Benløse fugle m. kartofler, skysauce, kålsalat m. gulerod og persille (<i>Skankeklumper af gris m. svesker, æbler</i>)	Karamelrand m. skum
Lørdag	18	Stegt kyllingebryst m. portvinssky, kartofler, gulerod/selleri/rødløg	Blommesmuldreke m. creme
Søndag	19	Kalvegullasch m. kartofler, broccoli, surt (<i>Kalvekød i tern, flødeost, gulerødder, hvidvin</i>)	Abrikosris (<i>Kold risengrød rørt m. abrikosmarmelade og flødeskum</i>)
Mandag	20	Barbecuemarineret kam, kartofler, barbecuesauce, grøntsymfoni <i>Kam af gris</i>	Fuglereder m. frugt og skum
Tirsdag	21	Torsk i sennepssauce, kartofler, karotter/bønner	Flødedessert m. brombærsauce
Onsdag	22	Boller i karri m. ris, ærter (<i>Fars af grise- og kalvekød, løg</i>)	Henkogte pærer m. makronskum
Torsdag	23	Røget medister m. kartofler, stuvet hvidkål (<i>Fars af grisekød, spæk, røget</i>)	Hindbærgrød m. sødmælk
Fredag	24	Kotelet i vildtsauce, kartofler, bagte gulerødder <i>Nakkekotelet af gris</i>	Cheesecake m. frugt
Lørdag	25	Coq Au Riesling m. kartofler, bønner, ærter	Bailyesfromage m. skum
Søndag	26	Røget nakke m. kartofler, grønlangkål, karotter (<i>Røget kam af gris</i>)	Chokoladebudding m. skum
Mandag	27	Fisk m. kartofler, mangosauce, stegt spidskål m. citron, persille	Kærnemælkssuppe m. rosiner
Tirsdag	28	Knuste hjerter m. grov kartoffelmos, rosenkål, surt (<i>Hakket kalvehjerter m. tomat, løg, persille, fløde</i>)	Ymerfromage m. kirsebærsauce
Onsdag	29	Frikadeller m. kartofler, stuv. spinat, gulerod (<i>Fars af grise- og kalvekød, løg</i>)	Æblegrød m. mælk
Torsdag	30	Kalkunsnitzel m. flødekartofler, råkost m. spidskål	Vaniljeis m. blommekompot
Fredag	31	Irsk stuvning, rødbeder, rugbrød (<i>Saltet nakke i tern, hvidkål, gulerod, kartoffel</i>)	Frugtsalat m. råcreme