

Kære beboer

Mærkedage i februar

Den 5. februar fejrer vi Dronning Marys fødselsdag. Dagens kage er i denne anledning en hjemmebagt lagkage.

Den 10. februar fejrer vi Bælgfrugternes dag, hvor vi serverer retter med bælgfrugter til frokost, aftensmad og mellemmåltider.

Den 15. og 16. februar fejrer vi Fastelavn. Fastelavns-søndag er dagens kage mini-spandauer pyntet med farvet glasur og fastelavns-mandag er dagens kage hjemmebagte fastelavnsboller med cremefyld pyntet med glasur.



Nyt på Fristevognen

I denne måned vil der være **forskellige lækre smoothies**

Uge 6: Jordbær/banan smoothie

Uge 7: Passionsfrugtsmoothie

Uge 8: Kirsebærmoothie

Uge 9: Kokos/ananas smoothie

De er frisklavet mandag morgen og kan holde sig på køl i 3 dage.

Den 10/2 tilbydes der hummus og kiks fra fristevognen i anledningen af bælgfrugternes dag.

Afmelding og tilmelding af måltider

Køkken Ballerup har modtaget spørgsmål om retningslinjerne for afmelding af måltider og tilmelding af gæster. Her finder du en oversigt over, hvordan det foregår.

1. Afmelding af enkelte måltider

Hvis du skal ud af huset, kan du overveje at afmelde mad- og drikkevarer i et bestemt tidsrum. Økonomisk hænger hovedmåltider, mellemmåltider og drikkevarer sammen og derfor kan alle mad- og drikkevarer afmeldes i et af følgende tidsrum:

	Morgen & formiddag Alle mad- og drikkevarer afmeldes fra kl. 5.00–12.00
	Middag & eftermiddag Alle mad- og drikkevarer afmeldes fra kl. 12.00–17.30
	Aften & nat Alle mad- og drikkevarer afmeldes fra kl. 17.30–5.00 (næste morgen)

I tidsrummet, hvor mad og drikkevarer er afmeldt, er du selv ansvarlig for fuld forplejning.

Hvis du ønsker dette, skal du blot give plejepersonalet besked, så informationen når frem til Køkken Ballerup senest hverdagen før kl. 12.00.

2. Fast afmelding af måltid

Det kan være fristende at overveje at afmelde mad- og drikkevarer fast i et helt tidsrum, særligt hvis du har en lille appetit. Ifølge Sundhedsstyrelsens nyeste vejledning er fast afmelding i et tidsrum uhensigtsmæssigt, da det gør det svære at få spist og drukket nok til at dække dit behov.

Selvom du spiser lidt af egne snacks eller vælger at rykke dine spisetider til de tilmeldte tidsrum, bliver din samlede ernæring stadig planlagt og leveret af Køkken Ballerup. Derfor skal du fortsat være tilmeldt den fulde kostpakke, så længe dine daglige måltider samlet set dækkes gennem vores forplejning.

3. Gæst til spisning

Du er velkommen til at invitere en gæst eller evt. to til at spise sammen med dig i din bolig.

Plejepersonalet hjælper med at bestille maden, og Køkken Ballerup skal vide besked hurtigst muligt, men senest hverdagen før kl. 12.

Pris for gæstemåltid:

Frokost/kold menu 50 kr.

Aftensmad/varm menu 80 kr.



Ved plejehjemmets arrangementer er det muligt at tilmelde flere gæster. Den aktuelle menu pris bliver oplyst i forbindelse med tilmelding.

**Vi ønsker dig en dejlig februar ☺
Med venlig hilsen Køkken Ballerup**