

Juli 2025



Kære beboere

Mærkedage i juli

Vi har skruet ned for mærkedagene i juli, men vi nyder alle sommerdagene.

Torsdag den 3. juli holder vi international dag med fokus på England. Vi serverer derfor en klassisk engelsk aftenmenu og dagens kage er scones med lemon curd og flødeskum. Vi håber at I sammen vil drømme jer på ferie – og nyde hyggelige samtaler om ferieminder.

Nyt på Fristevognen

I juli måned tilbydes der **koldskål med kammerjunker**.

Der vil også være dage med **friske bær**. Hvilke bær vi serverer, afhænger af hvordan sæsonen arter sig, og hvad vi kan få hjem.

Derudover har I også altid mulighed for at få et bæger med **hjemmelavet flødeis, salte peanuts eller chips**, da det er en del af vores faste tilbud på fristevognen.

Så spørg endelig efter lidt lækkerier, når afdelingens personale kommer forbi med fristevognen.



Kølige drikkevarer



Her i sommervarmen er det vigtigt at få nok væske, så du ikke bliver dårlig. Faktisk har kroppen brug for mindst 1½ liter væske om dagen, også selvom du ikke kan mærke, at du er tørstig.

Hvis du plejer at drikke en kop varm kaffe eller te om eftermiddagen, men synes det er for varmt, så prøv en iskaffe eller is-te i stedet. Tal med personalet om det.

Hjemmelavet iste

1 liter vand
1,5 spsk honning
2 tebreve, earl grey
1 citron
Isterninger



- Hæld kogende vand i en kande. Opløs honning heri.
- Skær citron i skiver og tilsæt dem sammen med tebreve.
- Lad teen trække 2 timer på køl.
- Tilsæt isterninger lige inden servering.

Rabarbersuppe i cremet konsistens



Vi har udvidet vores sortiment af supper i cremet konsistens til beboere med dysfagi.

Beboere, som har behov for mad i cremet konsistens, kan fremover få serveret rabarbersuppe til mellemmåltid eller dessert.

Supperne kan nydes både kolde eller varme.

Madspild i hverdagen

I uge 21 målte vi hvor meget mad der var tilbage på tallerkner og fade efter frokost og aftensmad på alle 7 plejehjem. Resultaterne viser, at der efter frokost var 24% af maden tilbage og efter aftensmad var der 27% af maden tilbage.



Vores fælles indsatser mod madspild virker, men vi skal fortsat holde fast i de gode vaner i hverdagen, der hjælper med at begrænse madspildet. Det er vigtigt – både for klimaets skyld og af respekt for jeres madpenge.

Vi ønsker jer alle en dejlig juli ☺

Med venlig hilsen Køkken Ballerup



Rigtig god sommer