

Kære beboere

Mærkedage i november

Ernæringsuge den 3.-9. november. I denne uge sætter vi ekstra fokus på ernæring som led i den nationale ernæringsuge. Målet er at forebygge underernæring blandt ældre.

I Køkken Ballerup afholder vi to temadage for plejepersonale. Den ene dag har fokus på "Tværfagligt samarbejde om det gode måltid", mens den anden har fokus på "nye ernæringsanbefalinger og hvad det betyder i hverdagen for jer."

Derudover har vi fokus på muskler og protein – og med madvognen følger et lille skriv med sjov og vigtig viden, som I sammen kan læse.

Mortens aften den 10. november.

Vi serverer stegt andebryst med andeskysauce, kogte hvide kartofler, brunede kartofler og hjemmelavet rødkål.



1. søndag i advent den 30 november serveres æbleskiver med syltetøj og flormelis samt gløgg med rosiner og mandler.

Nyt på Fristevognen

Fra fristevognen i november kan I tilbydes: små focaccine med jomfruolivenolie eller små focaccine med tomat og chili smag.

På fristevognen er der også grøn pesto som enten kan smøres i et tyndt lag på de små focaccine eller på blødt brød til jer der har behov for blød kost.



Er du glad for ost? Så er ost i tern et skønt tilbehør og en nem måde at få ekstra protein. Protein er vigtigt, fordi det er med til at styrke dine muskler.

Vi måler madspild

Mandag d. 17. til fredag d. 21. november vil I måske bemærke, at plejepersonale sender alle madrester efter jeres frokost og aftensmad tilbage til køkkenet i stedet for at hælde det i skraldespanden.

Årsagen er, at vi vejer madspildet for at undersøge om portionsstørrelserne er passende.



Vi ønsker jer alle en dejlig november ☺

Med venlig hilsen Køkken Ballerup