

Juli 2026



Kære beboere

Mærkedage i juli

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

Tirsdag den 7. juli holder vi international dag med fokus på Spanien. Vi serverer derfor paella, som er en klassisk spansk ret og dagens kage er dejlig mandelkage med mild citrusmag. 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 is-kaffe 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.

Supper i cremet konsistens



Beboere, som har behov for mad i cremet konsistens, tilbydes forskellige typer af supper til hovedret.

Hvis man ikke har lyst til varm suppe i sommervarmen, så spørg efter at få serveret den kold. Supperne kan nydes både kolde og varme, men smagen er en smule anderledes, når suppen er kold.

Hvis suppen serveres kold, kan den være lidt tykkere i konsistens og derfor sørger plejepersonale for at tilsætte en smule fløde, så konsistensen er korrekt.

Tak for jeres værdifulde ris og ros

Tusind tak for jeres tilbagemeldinger på forårets måltidsråd. Jeres feedback er meget værdifuld for os, da det hjælper os med løbende at tilpasse menu til jeres ønsker og behov.



Vi værdsætter også når I sammen med aftenpersonalet giver feedback på både nye og velkendte retter vi tilbereder til jer.

Vi ønsker jer alle en dejlig juli ☺

Med venlig hilsen Køkken Ballerup



Rigtig god sommer