

# ASTERSPPOSTEN

April 2018



## Seniorhøjskolen.

42. årgang

Hjemmeside: [astersvej.roskilde.dk](http://astersvej.roskilde.dk)

Mail: [astersvej@roskilde.dk](mailto:astersvej@roskilde.dk)

# SENIORHØJSKOLEN - ASTERSVEJ 9

## TLF. 46 31 61 34

Telefontid alle hverdage mellem kl. 8.00 - 15.00

---

**Leder:** Træffes på hverdage og efter aftale  
Centerleder Gitte W. Limkilde, tlf. 46 31 61 10  
Afdelingsleder Julie Flink Brandt, tlf. 46 31 61 33  
Afdelingsleder Anders Christensen, tlf. 46 31 61 12



---

**Frisør:** Åben mandage, tirsdage & onsdage i ulige uger fra kl. 9.30  
– ring evt. for øvrige tider ..  
Karina Munk, tlf. 22 78 50 21



---

**Fodterapeut:** Åben hver onsdag fra kl. 9.00  
Dorte Amstrup, tlf. 25 39 82 22

---

**Gudstjeneste:** Den 3. tirsdag i hver måned  
kl. 13.15 - 14.15 i salen, bagefter er der kaffebord.  
Til jul, påske og høst fejres gudstjenesten i Jakobskirken.

---

### Bruger/pårørenderåd:

Lizzi Pedersen (formand).....tlf. 27 63 51 32      Frit Valgte

Jørgen Jeppesen (næstformand).....tlf. 22 38 67 95

Anette Olsen ..... tlf 26 33 60 22

Bodil Hansen, Afd. 3.....tlf. 46 13 81 34

Ulla Kjergaard.....tlf. 23 34 58 92      Frit Valgte

Jytte Nielsen.....tlf. 46 35 96 48      Frit Valgte

Kaj Nielsen.....tlf. 61 85 11 76

Jytte Jensen ..... (suppleant)..... tlf. 21 73 41 43

Marianne Lund.....

Gitte Limkilde.....tlf. 46 31 61 10      Ældrerådets kontaktperson

Centerleder



### REDAKTIONSUDVALGET:

Gitte W. Limkilde, Merete Sigen.

# Aktiviteter for alle på Seniorhøjskolen

\*

April 2018

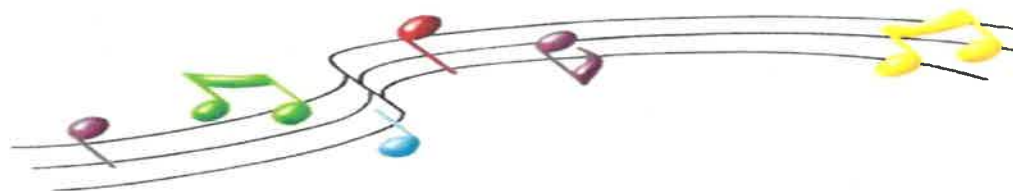


Dag	Dato	Formiddagsaktiviteter	Eftermiddagsaktiviteter
Søndag	1.		Påskedag
Mandag	2.		2. påskedag
Tirsdag	3.		Sang med Johannes
Onsdag	4.		Gåtur
Torsdag	5.		Dorthes skosalg
Fredag	6.		Gymnastik
Lørdag	7.		Weekend
Søndag	8.		Weekend
Mandag	9.		Dans med Thomas
Tirsdag	10.		Spil på storskærm
Onsdag	11.	10,.30	Foredrag i kirken
Torsdag	12.		Gymnastik
Fredag	13.		Gåtur
Lørdag	14.		Weekend
Søndag	15.		Weekend
Mandag	16.		Højtlesning
Tirsdag	17.		Gåtur
Onsdag	18.		Motofliser
Torsdag	19.		Wellnes
Fredag	20.		Gymnastik
Lørdag	21.		Weekend
Søndag	22.		Weekend
Mandag	23.		Gåtur
Tirsdag	24.		Gymnastik
Onsdag	25.		Wellnes
Torsdag	26.		Spil på storskærm
Fredag	27.		St. bededag
Lørdag	28.		Weekend
Søndag	29.		Weekend
Mandag	30.		Gymnastik

LILLE BANKO 10 kr.

STORT BANKO 15 kr.

# *Rebekkasøstrene`s kor*



**Kommer og synger i salen**

**torsdag d. 12-4-2018**

**13-14.30**

**Der vil være kaffe og kage.**



# April måneds menu-kort

<b>SØN</b>	<b>Flæskesteg</b>	<b>Islagkage</b>
1	Med skysovs og hjemmekogt rødkål	Hjemmelavet nøddebund og bailey is
<b>MAN</b>	<b>Lammesteg</b>	<b>Æbletrifli</b>
2	Med flødebagte kartofler, spinatsalat med appelsin	Med karameliserede mandler
<b>TIR</b>	<b>Hakkebøf</b>	<b>Vafler</b>
3	Med skysovs, bløde løg og asier	Med syltetøj og flødeskum
<b>ONS</b>	<b>Fiskefrikadeller</b>	<b>Alliancegrød</b>
4	Med Kaperssovs, citron og råkost	Med fløde
<b>TOR</b>	<b>Forloren hare</b>	<b>kærnemælkssuppe</b>
5	Med skysovs, ribsgele og drueagurker	Med rosiner
<b>FRE</b>	<b>Kogt oksekød</b>	<b>Oksekødsuppe</b>
6	Med peberrodssovs og bagte gulerødder	Med urter og boller
<b>LØR</b>	<b>Benløse fugle</b>	<b>Romfromage</b>
7	Med skysovs, rødløgskompot og asier	Med cacao flødetop og appelsin
<b>SØN</b>	<b>Kalvesteg</b>	<b>Chokoladebudding</b>
8	Med stegte kartofler og hvidløgsbagte rødbeder	Med flødeskum
<b>MAN</b>	<b>Boller i karry</b>	<b>Vanilleis</b>
9	Med løse ris og dampede ærter	Med Jordbærsovs
<b>TIR</b>	<b>Gryderet</b>	<b>Æblegrød</b>
10	Med svinekød, cocktailpøler, bacon og grønt drys	Med fløde
<b>ONS</b>	<b>Medister</b>	<b>Blommer i rom</b>
11	Med stuvet ærter og gulerødder og surt	Råcreme
<b>TOR</b>	<b>Chili laks</b>	<b>Tomatsuppe</b>
12	Med hollandaise, citron og råkost	Med forårsløg
<b>FRE</b>	<b>Svensk pølseret</b>	<b>Chokoladeparfait</b>
13	Med frisk klippet purløg	Med hindbærcoulis
<b>LØR</b>	<b>Nakkesteg</b>	<b>Citronfromage</b>
14	Stegt som vildt med waldorfsalat og drueagurker	Med flødeskum og chokoladepynt
<b>SØN</b>	<b>Stegt kylling</b>	<b>Svesketrifli</b>
15	Med skysovs, rabarberkompot og agurkesalat	Med flødeskum
<b>MAN</b>	<b>Millionbøf</b>	<b>Pandekage</b>
16	Med kartoffelmos og rødbeder	Med vanille is og rabarbersyltetøj
<b>TIR</b>	<b>Frikadeller</b>	<b>Spinatsuppe</b>
17	Med skysovs, smørdampede gulerødder og agurkesal.	Med et halv æg
<b>ONS</b>	<b>Kotelet i fad</b>	<b>Tunmousse</b>
18	Tomat, bacon, peberfrugt, ærter og løse ris	Med sauce verte og flute
<b>TOR</b>	<b>Kalvekrebnet</b>	<b>Aspargessuppe</b>
19	Med stegte kartofler og radisesalat	Med kødboller
<b>FRE</b>	<b>Fisk i fad</b>	<b>Rødgrød</b>
20	Med æble, hvidvinssovs, citron og ærter	Med fløde
<b>LØR</b>	<b>Sprængt kam</b>	<b>Fersken</b>
21	Med stuvet spinat og gulerødder	Med makronflødeskum
<b>SØN</b>	<b>Bøf stroganoff</b>	<b>Ymerfromage</b>
22	Med kartoffelmos, asier og grønt drys	Kirsebærsaube
<b>MAN</b>	<b>Paneret flæsk</b>	<b>Abrikosgrød</b>
23	Med hvid løgsovs og agurkesalat	Med fløde

# April måneds menu-kort

<b>TIR</b>	<b>Kogt kylling</b>	<b>Høsekødssuppe</b>
24	Aspargesovs, smørdampede gulerødder, grønt drys	Med boller og urter
<b>ONS</b>	<b>Stegt rødspætte</b>	<b>Rabarbergrød</b>
25	Med persillesovs, citron og rysteribs	Med fløde
<b>TOR</b>	<b>Baconrulle</b>	<b>Tarteletter</b>
26	Med enebærsovs og rødbedesalat	Med høns i asparges
<b>FRE</b>	<b>Revelsben</b>	<b>Fragilite roulade</b>
27	Med skysovs rabarberkompot og agurkesalat	Med hindbærpure
<b>LØR</b>	<b>Kalvekød</b>	<b>Stikkelsbærgrød</b>
28	I forårsgrønt med asparges, gulerødder og springløg	Med fløde
<b>SØN</b>	<b>Oksesteg</b>	<b>Is dessert med knas</b>
29	Glaseret perleløg, tyttebærskum og franske kartofler	Med chokolade, appelsin

Spørgsmål omkring allergener kontakt køkkenet