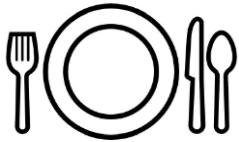


# Folkehuset Vestervang



## Menuplan oktober 2024

Åbningstider: kl. 09.00-13.00 på hverdage.

kl. 11.00-13.00 i weekenden.

Den varme mad serveres fra kl. 11.30 til kl. 13.00.

**OBS: der er også mulighed for at bestille vegetarretter.**



Ugedag	Dato	Hovedret (pris 52 kr.) og evt. dessert (pris 24 kr.)
Tirsdag	1	Medisterpølse med kartofler, brun sovs, rødkål og salat.
Onsdag	2	Fiskefilet med kartofler, persillesovs og råkost. Dessert: Æblekage.
Torsdag	3	Frikadeller med kartofler, sovs og blandet salat.
Fredag	4	Bolognesesauce med oksekød, pasta eller kartofler og salat. Dessert: Frugtsalat.
Lørdag	5	Rullesteg med svesker, skysovs, kartofler og grøntsager.
Søndag	6	Grillkølle med kartofler, skysovs og grønt. Dessert: Appelsinfromage.
Mandag	7	Stegt kyllingelår med kartofler, skysovs og bagte gulerødder.
Tirsdag	8	Boller i karry med ris eller kartofler og blomkålssalat.
Onsdag	9	Brændende kærlighed med mos, rødbeder og spidskålssalat. Dessert: Skyrkage.
Torsdag	10	Klar suppe med kød- og melboller og flutes + tarteletter med høns i asparges.
Fredag	11	Fish and chips m. remoulade eller tatarsovs og pommes frites. Dessert: Tiramisu.
Lørdag	12	Forloren hare med vildtsauce, kartofler. Ribsgelé og grønt.
Søndag	13	Honningmarineret svinekam med skysovs, kartofler & grønt. Dessert: Romfromage
Mandag	14	Kalkun i rød karry med basmati ris eller kartofler og hjertesalat med tomater.
Tirsdag	15	Vestervangsgryde med mørbrad, bacon, cocktailpølser og kartofler samt salat.
Onsdag	16	Bøf med løg, kartofler, brun sovs og bulgursalat. Dessert: Kirsebærtrifli.
Torsdag	17	Tapasmenu (frikadeller, kyllingespyd, kartofler med bacon, tzatziki, humus & brød)
Fredag	18	Paneret kulmule med kartofler, hollandaisesovs og kålsalat. Dessert: Safranis
Lørdag	19	Ølbraiseret svinekæber med kartofler, skysovs og dampet blomkål.
Søndag	20	Farseret porrer med kartofler, porresovs og grønt. Dessert: Islagkage.
Mandag	21	Thaigryde med kylling, ris eller kartofler og olivensalat.
Tirsdag	22	Wienerschnitzel med drenge, brasede kartofler og smørsovs samt ærter.
Onsdag	23	Ribbensteg med kartofler, skysovs og rødkål. Dessert: Bondepige med slør.
Torsdag	24	Fiskefrikadeller med kartofler, persillesovs og gulerodssalat.
Fredag	25	Stegt/krydret kalkunbryst med flødekartofler og bønnesalat med tomat og pesto.
Lørdag	26	Mørbradbøf med løg, champignonsovs, kartofler og grønt.
Søndag	27	Lasagne med oksekød, kinesisk wokblanding og brød. Dessert: Citronfromage.
Mandag	28	Butter chicken med ris eller kartofler og agurkesalat.
Tirsdag	29	Stegt kalvelever med løg, kartofler, champignonsovs og grønt.
Onsdag	30	Karbonader med stuede ærter/gulerødder og kartofler. Dessert: Rabarberkage.
Torsdag	31	Stegt sejfilet med persillesovs, kartofler og råkost.

\*Ret til ændringer forbeholdes NB: Mulighed for frossen takeaway fra caféen Telefon: 87 13 46 26

# Folkehuset Vestervang

## Aktivitetsoversigt oktober 2024

Dato	Arrangement	Yderligere oplysninger
Tirsdag d. 1.10	Kl. 10-13 - tøjsalg i caféen. Kl. 18.45 - Foredrag v. professor David Lundbek Egholm om Jordens 4,6 mia. år lange klimahistorie. Hvordan livet på Jorden påvirker Jordens geologi, og hvordan geologien har påvirket livet på jorden.	Streaming af foredraget. Drikkevarer kan købes.
Onsdag d. 2.10	Kl. 10-12 - IT-vejledning. Tag din telefon, tablet eller PC med i cafeen og få vejledning af 2 konsulenter fra Ældresagen.	Et samarbejde mellem Ældresagen og Vestervangrådet.
Torsdag d. 3.10	Kl. 13 - Kvindegruppen.	Alle kvinder er velkomne.
Mandag d. 7.10	Kl. 18 - Spis sammen. Saeid serverer karbonader med grønærter og gulerødder samt kartofler. Prisen er 25 kr. Inkl. tilskud fra Markus Kirken. Børn op til 10 år spiser gratis. Dessert kan tilkøbes.	<b>70 billetter kan købes i caféen fra den 1. oktober.</b>
Tirsdag d. 8.10	Kl. 13-16 - Introduktion til træværkstedet. Opsætning af ugle-redekasse på hemmeligt sted. Kl. 19 - Filmcafe. 121-årige Jack Crabb er vokset op hos indianere. Han ser tilbage og fortæller om sit farverige liv.	Festligheden afsluttes på værkstedet med kaffe og kage ca. kl. 14.30 og med snak om nye fælles projekter.
Torsdag d. 10.10	Kl. 16 -18 - Torsdagsbar med vin, øl, vand, chips og peanuts.	Det koster 50 kr. at deltage, hvis man drikker vin eller øl og 25 kr., hvis man drikker sodavand.
Fredag d. 11.10	Kl. 13 - Mandegruppen.	Alle mænd er velkomne.
Mandag d. 14.10	Kl. 10-12 - Strik og hygge. Alle er velkomne. Husk at medbringe et håndarbejde. Kl. 13.30-15 - Højtlesning ved Ulla Skaarenborg, som læser "Det forjættede land" af Henrik Pontoppidan. Kl. 19-21 - Højskolesang i Folkehuset. Kirsten Mehlsen sidder ved klaveret og spiller både kendte og mindre kendte sange, og vi andre synger med så godt vi kan.	Markus kirken er vært ved kaffe og brød. Markus kirken er vært ved kaffe og kage under oplæsningen. Markus kirken er vært ved kaffe og kage efter en times sang.
Torsdag d.17.10	Kl. 18 - Suppeaften. Saeid har lavet hønsekødssuppe med mel- og kødboller til os.	En portion koster 40 kr.
Lørdag d. 19.10	Kl. 9-11 - Brunchbuffet med mange lækkerier.	60 kr. pr. person inkl. kaffe eller te samt juice.
Tirsdag d. 22.10	Kl. 13-16 - Introduktion og andre aktiviteter i træværkstedet. Kl. 18.45 - Foredrag v. professor Hans Kjeldsen & museumsinspektør Hans Buhl om teleskoper - deres historiske og teknologiske udvikling og hvad astronomerne bruger dem til. Fra de første teleskoper på landjorden til de nyeste og kraftigste teleskoper i rummet.	Streaming af foredraget. Drikkevarer kan købes.
Mandag d. 28.10	Kl. 10-12 - Strik og hygge. Alle er velkomne. Husk at medbringe et håndarbejde. Kl. 13.30-15 - Højtlesning ved Ulla Skaarenborg, som læser "Det forjættede land" af Henrik Pontoppidan.	Markus kirken er vært ved kaffe og brød. Markus kirken er vært ved kaffe og kage under oplæsningen.
Onsdag d. 30.10	Kl. 13.30 - Banko med amerikansk lotteri. 	Prisen er 50 kr. for kaffe/te med brød og 2 bankoplader. Ekstra plader kan købes for 10 kr. pr. stk.
Torsdag d. 31.10	Kl. 14.30 - Gudstjeneste.	Efterfølgende kirkekaffe.

**Husk** at der **hver mandag kl. 15-17.30** er der akvarelmaling i kælderens i lokalet ved siden af værkstedet. Man skal selv medbringe papir, pensler, farver, sakse osv. Man kan evt. også lave f.eks. decoupage.

**Husk** at der er **hver onsdag kl. 10.00** er en gåtur på ca. 5 km, samt en gåtur på ca. 2 km. Mødested: Garagen ved Café Vestervang

**Husk også**, at der **hver lørdag er spilcafé fra kl. 13.00** med diverse brætspil og kortspil. Også mulighed for at spille bordtennis og petanque. Kaffe, vin, vand, øl m.m. kan købes indtil kl. 13.30.

**Tjek også på Facebook: Folkehuset Vestervang**

# Folkehuset Vestervang

Til vores gratis arrangementer ser vi gerne, at gæsterne støtter cafeen ved at købe noget, så cafeen fortsat kan holde åbent 😊

**Tjek også på Facebook: Folkehuset Vestervang**