

Szent Kamil Idősek Otthona  
4220 Hajdúböszörmény Apafi Mihály utca 106

| Reggeli                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2026. 09. 21.                              |          |                      | 2026. 09. 22.                                  |          |                      | 2026. 09. 23.                                        |          |                      | 2026. 09. 24.                                                                               |          |                      | 2026. 09. 25.                                                                           |          |                      | 2026. 09. 26.                                       |          |                      | 2026. 09. 27.                                                         |          |                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------|----------------------|------------------------------------------------|----------|----------------------|------------------------------------------------------|----------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------|-----------------------------------------------------|----------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------|----------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | TEA<br>TEPERTŐKRÉM<br>KENYÉR<br>LILAHAGYMA |          |                      | TEA<br>HOT-DOG<br>MUSTÁR                       |          |                      | TEA<br>MARGARIN KENYÉR<br>PÁRIZSI FELVÁGOTT<br>RETEK |          |                      | TEA<br>KENŐMÁJAS<br>VIZES ZSEMLE                                                            |          |                      | KAKAOSTEJ<br>MARGARIN<br>KALÁCS                                                         |          |                      | TEA<br>DISZNÓSÁJT<br>KENYÉR<br>Disznósajt           |          |                      | TEA<br>SOPRONI FELVÁGOTT<br>MARGARIN<br>KENYÉR<br>RETEK               |          |                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | energia:                                   | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                       | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                             | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                    | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                            | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                              | fehérje: | zsír / telített zs.: |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 472 Kcal                                   | 14 g     | 24 g / 8,4 g         | 395 Kcal                                       | 17 g     | 14 g / 4,9 g         | 452 Kcal                                             | 21 g     | 19 g / 5,2 g         | 420 Kcal                                                                                    | 19 g     | 23 g / 10,3 g        | 577 Kcal                                                                                | 20 g     | 16 g / 6 g           | 571 Kcal                                            | 24 g     | 24 g / 8,5 g         | 579 Kcal                                                              | 27 g     | 22 g / 7,7 g         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | szénhidrát:                                | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                    | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                          | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                                 | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                             | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                         | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                           | cukor:   | só:                  |
| Tízórai <td colspan="3">Túró Rudi</td> <td colspan="3">Light rostos sárgabaracklé</td> <td colspan="3">Cottage cheese light</td> <td colspan="3">Gyümölcsös túrókrém</td> <td colspan="3">Vitaminokkal dúsított élőflórás joghurtital</td> <td colspan="3">Anikó sajt</td> <td colspan="3">Csokoládé, Balaton szelet</td>                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Túró Rudi                                  |          |                      | Light rostos sárgabaracklé                     |          |                      | Cottage cheese light                                 |          |                      | Gyümölcsös túrókrém                                                                         |          |                      | Vitaminokkal dúsított élőflórás joghurtital                                             |          |                      | Anikó sajt                                          |          |                      | Csokoládé, Balaton szelet                                             |          |                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | energia:                                   | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                       | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                             | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                    | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                            | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                              | fehérje: | zsír / telített zs.: |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 91 Kcal                                    | 4 g      | 4 g / 2,2 g          | 56 Kcal                                        | 0 g      | 0 g / 0 g            | 151 Kcal                                             | 21 g     | 4 g / 1,5 g          | 278 Kcal                                                                                    | 13 g     | 12 g / 6,5 g         | 91 Kcal                                                                                 | 3 g      | 1 g / 0,7 g          | 119 Kcal                                            | 8 g      | 9 g / 5,8 g          | 169 Kcal                                                              | 2 g      | 9 g / 4 g            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | szénhidrát:                                | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                    | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                          | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                                 | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                             | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                         | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                           | cukor:   | só:                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 10 g                                       | 10 g     | 0 g                  | 14 g                                           | 14 g     | 0 g                  | 6 g                                                  | 5 g      | 1,4 g                | 28 g                                                                                        | 28 g     | 0 g                  | 16 g                                                                                    | 16 g     | 0,1 g                | 1 g                                                 | 1 g      | 0,8 g                | 19 g                                                                  | 12 g     | 0,1 g                |
| Ebéd <td colspan="3">ALMALEVES<br/>RAKOTT KARFIOL</td> <td colspan="3">GULYÁSLEVES<br/>LEKVÁROS DERELYE<br/>NUDLI</td> <td colspan="3">UBORKALEVES<br/>BAKONYI SERTÉSRAGU<br/>FŐTT TÉSZTA</td> <td colspan="3">BECSINÁLT LEVES (csirke aprólékból)<br/>RÁNTOTT CSIRKECOMB<br/>KUKORICÁS PÁROLT RIZS<br/>CÉKLA</td> <td colspan="3">ZELLERKRÉMLEVES (pkk)<br/>BRASSÓI APRÓPECSENYE<br/>TÖRTBURGONYA<br/>Brassói aprópecsenyene</td> <td colspan="3">PIRÍTOTT TARHONYALEVES<br/>TÖKFŐZELÉK<br/>SÜLT VIRSLI</td> <td colspan="3">MÁJGOMBÓCLEVES<br/>DEBRECENI APRÓPECSENYE<br/>FŐTT TÉSZTA<br/>SAVANYÚSÁG</td> | ALMALEVES<br>RAKOTT KARFIOL                |          |                      | GULYÁSLEVES<br>LEKVÁROS DERELYE<br>NUDLI       |          |                      | UBORKALEVES<br>BAKONYI SERTÉSRAGU<br>FŐTT TÉSZTA     |          |                      | BECSINÁLT LEVES (csirke aprólékból)<br>RÁNTOTT CSIRKECOMB<br>KUKORICÁS PÁROLT RIZS<br>CÉKLA |          |                      | ZELLERKRÉMLEVES (pkk)<br>BRASSÓI APRÓPECSENYE<br>TÖRTBURGONYA<br>Brassói aprópecsenyene |          |                      | PIRÍTOTT TARHONYALEVES<br>TÖKFŐZELÉK<br>SÜLT VIRSLI |          |                      | MÁJGOMBÓCLEVES<br>DEBRECENI APRÓPECSENYE<br>FŐTT TÉSZTA<br>SAVANYÚSÁG |          |                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | energia:                                   | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                       | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                             | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                    | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                            | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                              | fehérje: | zsír / telített zs.: |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 897 Kcal                                   | 31 g     | 55 g / 21 g          | 1301 Kcal                                      | 43 g     | 30 g / 5,3 g         | 1088 Kcal                                            | 36 g     | 67 g / 16,6 g        | 1006 Kcal                                                                                   | 72 g     | 37 g / 5,9 g         | 976 Kcal                                                                                | 31 g     | 54 g / 18,7 g        | 592 Kcal                                            | 18 g     | 32 g / 9,2 g         | 873 Kcal                                                              | 36 g     | 49 g / 13,1 g        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | szénhidrát:                                | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                    | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                          | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                                 | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                             | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                         | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                           | cukor:   | só:                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 68 g                                       | 12 g     | 3,3 g                | 212 g                                          | 36 g     | 4,2 g                | 84 g                                                 | 5 g      | 5,9 g                | 94 g                                                                                        | 20 g     | 6,3 g                | 88 g                                                                                    | 6 g      | 5,5 g                | 56 g                                                | 8 g      | 3,4 g                | 70 g                                                                  | 12 g     | 6,8 g                |
| Uzsonna <td colspan="3">Alma</td> <td colspan="3">Diabetikus vegyes gyümölcsbefőtt</td> <td colspan="3">Ízes piskótatekercs</td> <td colspan="3">Fekete áfonya</td> <td colspan="3">Háztartási keksz</td> <td colspan="3">Sajtos rúd, vajjal</td> <td colspan="3">Gyümölcsös müzliszelet</td>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Alma                                       |          |                      | Diabetikus vegyes gyümölcsbefőtt               |          |                      | Ízes piskótatekercs                                  |          |                      | Fekete áfonya                                                                               |          |                      | Háztartási keksz                                                                        |          |                      | Sajtos rúd, vajjal                                  |          |                      | Gyümölcsös müzliszelet                                                |          |                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | energia:                                   | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                       | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                             | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                    | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                            | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                              | fehérje: | zsír / telített zs.: |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 52 Kcal                                    | 1 g      | 1 g / 0 g            | 89 Kcal                                        | 1 g      | 0 g / 0 g            | 122 Kcal                                             | 3 g      | 2 g / 0,5 g          | 90 Kcal                                                                                     | 1 g      | 1 g / 0 g            | 207 Kcal                                                                                | 5 g      | 3 g / 1 g            | 235 Kcal                                            | 7 g      | 17 g / 8,7 g         | 77 Kcal                                                               | 1 g      | 3 g / 1,2 g          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | szénhidrát:                                | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                    | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                          | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                                 | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                             | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                         | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                           | cukor:   | só:                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 11 g                                       | 9 g      | 0 g                  | 20 g                                           | 11 g     | 0,4 g                | 23 g                                                 | 17 g     | 0,1 g                | 20 g                                                                                        | 17 g     | 0 g                  | 39 g                                                                                    | 9 g      | 0,5 g                | 13 g                                                | 0 g      | 0,8 g                | 12 g                                                                  | 4 g      | 0,1 g                |
| Vacsora <td colspan="3">TEA<br/>BUNDÁSKENYÉR</td> <td colspan="3">TEA<br/>KEVERT SAJTKRÉM<br/>KENYÉR<br/>PARADICSOM</td> <td colspan="3">TEJESKÁVÉ<br/>VAJDASÁGI</td> <td colspan="3">PAPRIKÁSBURGONYA<br/>KENYÉR<br/>SAVANYÚSÁG</td> <td colspan="3">TEA<br/>TEPERTŐ<br/>KENYÉR<br/>HAGYMA</td> <td colspan="3">TEA<br/>TOJÁSOS LECSÓ<br/>KENYÉR</td> <td colspan="3">VANILIÁSTEJ<br/>LEKVÁROS BÉLES</td>                                                                                                                                                                                                  | TEA<br>BUNDÁSKENYÉR                        |          |                      | TEA<br>KEVERT SAJTKRÉM<br>KENYÉR<br>PARADICSOM |          |                      | TEJESKÁVÉ<br>VAJDASÁGI                               |          |                      | PAPRIKÁSBURGONYA<br>KENYÉR<br>SAVANYÚSÁG                                                    |          |                      | TEA<br>TEPERTŐ<br>KENYÉR<br>HAGYMA                                                      |          |                      | TEA<br>TOJÁSOS LECSÓ<br>KENYÉR                      |          |                      | VANILIÁSTEJ<br>LEKVÁROS BÉLES                                         |          |                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | energia:                                   | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                       | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                             | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                    | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                                                | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                            | fehérje: | zsír / telített zs.: | energia:                                                              | fehérje: | zsír / telített zs.: |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 780 Kcal                                   | 23 g     | 37 g / 5,5 g         | 319 Kcal                                       | 13 g     | 8 g / 4,7 g          | 586 Kcal                                             | 18 g     | 34 g / 10,5 g        | 545 Kcal                                                                                    | 13 g     | 16 g / 5,8 g         | 634 Kcal                                                                                | 15 g     | 42 g / 15,6 g        | 584 Kcal                                            | 27 g     | 18 g / 3,7 g         | 515 Kcal                                                              | 17 g     | 17 g / 6,9 g         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | szénhidrát:                                | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                    | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                          | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                                 | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                                             | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                         | cukor:   | só:                  | szénhidrát:                                                           | cukor:   | só:                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 88 g                                       | 8 g      | 5,4 g                | 48 g                                           | 4 g      | 1,9 g                | 52 g                                                 | 17 g     | 1,4 g                | 86 g                                                                                        | 14 g     | 6,8 g                | 47 g                                                                                    | 4 g      | 2,1 g                | 77 g                                                | 13 g     | 3,7 g                | 73 g                                                                  | 54 g     | 1,1 g                |