



الأكل الشرقي Oriental Food

70kcal
100g

بامية
Okra

5
ريال

بروتين 2 دهون 4 كرب 8

50kcal
100g

ملوخية
Molokhia

5
ريال

بروتين 1 دهون 2 كرب 4

90kcal
100g

فاصوليا
Beans

5
ريال

بروتين 6 دهون 4 كرب 13

70kcal
100g

تورلي
Turley

6
ريال

بروتين 2 دهون 4 كرب 6

الكارب Carb

120kcal
150g
رز برياني
Biryani Rice
1.5
ريال
بروتين 3 دهون 5 كارب 26

100kcal
150g
رز بشعرية
Sheria Rice
1.5
ريال
بروتين 2 دهون 1 كارب 21

112kcal
150g
رز بني
Brown rice
6
ريال
بروتين 5 دهون 1 كارب 30

120kcal
150g
سباجيتي سبانغ
Spinach Spaghetti
1.5
ريال
بروتين 3 دهون 2 كارب 26

110kcal
150g
بطاطا مهروسة
Mashed Potatoes
6
ريال
بروتين 2 دهون 2 كارب 17

90kcal
150g
رز ابيض
White Rice
1.5
ريال
بروتين 2 دهون 0 كارب 19

100kcal
150g
رز كبسة
Kabsa Rice
1.5
ريال
بروتين 2 دهون 1 كارب 21

130kcal
150g
رز ناسيجوري
Nasiguri Rice
1.5
ريال
بروتين 3 دهون 2 كارب 26

120kcal
150g
بينيا اربياتا
Pina Arabiata
6
ريال
بروتين 4 دهون 2 كارب 22

70kcal
150g
بطاطا مشوية
Grilled Potato
6
ريال
بروتين 3 دهون 0 كارب 16

120kcal
150g
بطاطا حلوة مهروسة
Mashed Sweet Potato
6
ريال
بروتين 2 دهون 4 كارب 17

70kcal
150g
بطاطا حلوة مشوية
Roasted sweet potato
6
ريال
بروتين 1 دهون 0 كارب 18

القيم الغذائية المذكورة أعلاه فقط لمصدر الكارب
The above mentioned nutritional facts are only for the Carb

السلطات Salad

50kcal
150g

شمندر
Beet

9
ريال

بروتين 2 دهون 1 كارب 10

25kcal
150g

فتوش
Fattoush

14
ريال

بروتين 1 دهون 0 كارب 5

135kcal
150g

سلطة كلاسيك
Classic Salad

18
ريال

بروتين 16 دهون 3 كارب 6

35kcal
150g

سلطة خضراء
Green Salad

9
ريال

بروتين 2 دهون 0 كارب 8

45kcal
150g

تبولة
Tabbouleh

14
ريال

بروتين 1 دهون 2 كارب 3

60kcal
150g

سلطة فواكة
Fruit Salad

9
ريال

بروتين 1 دهون 0 كارب 15



البروتين Protein

180kcal 150g دجاج بينك صوص
Pink Sauce Chicken
ريال 24
بروتين 27 دهون 6 كرب 1

180kcal 150g دجاج سويت اند صور
Chicken sweet & Sour
ريال 24
بروتين 28 دهون 4 كرب 1

220kcal 150g لحم تشيلي بيف
Chili Beef
ريال 34
بروتين 30 دهون 8 كرب 1

200kcal 150g لحم سيزلنج
Sizzling Meat
ريال 34
بروتين 26 دهون 11 كرب 3

190kcal 150g لحم استيك
Meat Steak
ريال 36
بروتين 27 دهون 9 كرب 5

180kcal 150g برجر لحم
Meat Burger
ريال 31
بروتين 23 دهون 12 كرب 23

220kcal 150g داود باشا
Dawood Bashaa
ريال 34
بروتين 25 دهون 12 كرب 3

140kcal 150g سمك فيليه مشوي
Grilled Fish Fillet
ريال 26
بروتين 22 دهون 2 كرب 1

180kcal 150g دجاج تندوري
Tandoori Chicken
ريال 24
بروتين 27 دهون 4 كرب 6

135kcal 150g دجاج مشوي
Grilled Chicken
ريال 24
بروتين 30 دهون 3 كرب 0

180kcal 150g دجاج بالليمون
Lemon Chicken
ريال 24
بروتين 28 دهون 5 كرب 2

160kcal 150g دجاج فاهيتا
Fajita Chicken
ريال 24
بروتين 25 دهون 5 كرب 4

150kcal 150g دجاج زعتر
Thyme Chicken
ريال 24
بروتين 25 دهون 3 كرب 2

180kcal 150g دجاج بالشبت
Dill Chicken
ريال 24
بروتين 27 دهون 6 كرب 1

170kcal 150g دجاج تشيلي
Chilli Chicken
ريال 24
بروتين 30 دهون 5 كرب 4

200kcal 150g دجاج استرجانوف
Chicken Stroganoff
ريال 24
بروتين 25 دهون 8 كرب 6

200kcal 150g سالمون صوص
Salmon Sauce
ريال 46
بروتين 25 دهون 13 كرب 2

180kcal 150g سالمون
Salmon
ريال 46
بروتين 28 دهون 12 كرب 2

150kcal 150g سمك فيليه
Fish Fillet
ريال 26
بروتين 23 دهون 3 كرب 2

140kcal 150g روبيان ايطالي
Italian Shrimp
ريال 37
بروتين 25 دهون 4 كرب 3



السناكات Snacks

310kcal
150g

كيك برتقال
Orange Cake

9
ريال

بروتين 5 دهون 6 كارب 30

230kcal
150g

رز بالحليب
Rice with Milk

13
ريال

بروتين 3 دهون 7 كارب 28

360kcal
150g

تشيز كيك
Cheese Cake

14
ريال

بروتين 4 دهون 7 كارب 21

345kcal
150g

كيك تمر
Dates Cake

9
ريال

بروتين 4 دهون 6 كارب 30

160kcal
150g

شوفان
Oats

13
ريال

بروتين 6 دهون 2 كارب 33

220kcal
150g

فطيرة دجاج
Chicken Pie

7
ريال

بروتين 10 دهون 7 كارب 28