



Our signature salad

Protein Salad **سلطة البروتين**

خس - جرجير - دجاج - باذنجان مشوي - طماطم - فلفل مشوي - بطاطس مقرمش - بذور عباد الشمس - حمص - صوص الطحينية

Grilled Chicken - Lettuce - Arugula - Grilled Eggplant - Tomatoes - Chickpeas - Grilled Pepper - Crispy Potatoes - Tahini Sauce - Salad saucia Sauce

33 ☐

KCAL 357 ★ VEG

fitness gym **سلطة فيتنس جيم**

جرجير - لوز - كينوا - برغل - عدس - قرع مشوي - جبنة فيتا - شمندر - صوص البلساميك

Arugula - Quinoa - Bulgur - Beetroot - Lentils - Roasted Pumpkin - Feta Cheese - Balsamic Dressing

24 ☐

KCAL 333 ★ VEG

Antioxidant Salad **سلطة مضادات الأكسدة**

جرجير - بروكلي - افوكادو - جزر - شمندر - حبوب اللوز - الجوز المكرمل - جبنة لبنه - صوص ديس الرمان

Arugula - Broccoli - Avocado - Carrot - Beetroot - Almonds - Candied Walnuts - Labneh Cheese - Strawberries - Pomegranate Molasses Dressing

32 ☐

KCAL 526 ★ VEG GLUTEN FREE

1001 Nights Salad **سلطة ألف ليلة وليلة**

جرجير - شمندر - افوكادو - رمان - تمر - جزر - مكرمل - سماق - صوص بلساميك

Arugula - Beetroot - Avocado - Pomegranate - Dates - Candied Walnuts - Sumac - Balsamic Dressing

24 ☐

KCAL 442 ★ VEG GLUTEN FREE

Cold Pasta Salad **سلطة المكرونة الباردة**

خس - جرجير - فلفل مشوي - ملفوف أحمر - فاصوليا حمراء - زيتون أسود - خبز محمص - المكرونة بذور عباد الشمس - صوص الطحينية

pasta, Lettuce, Arugula, Roasted Bell Pepper, Red Cabbage, Red Kidney Beans, Black Olives, Croutons, Sunflower Seeds, Tahini Dressing

34 ☐

KCAL 403 ★ VEG

Bustan Salad **سلطة البستان**

خس - جرجير - طماطم - ملفوف أحمر - جزر - بطاطس مقرمشة - جوز مكرمل - رمان - صوص - السلانتر

Lettuce - Arugula - Tomato - Red Cabbage - Carrot - Crispy Potatoes - Candied Walnuts - Pomegranate - Cilantro Dressing

25 ☐

KCAL 396 ★ VEG GLUTEN FREE

Mexican Salad **السلطة المكسيكية**

خس - جرجير - الدجاج - فلفل مشوي - خبار - زيتون - أسود - بروكلي - هالابينو - خبز محمص - بذور القرع - صوص مكسيكي

Lettuce - Chicken - Roasted Bell Pepper - Cucumber - Black Olives - Broccoli - Jalapeño - Croutons - Pumpkin Seeds - Mexican Dressing

36 ☐

KCAL 324 ★ VEG GLUTEN FREE

Traditional Caesar Salad **سلطة سيزر التقليدية**

خس - جرجير - دجاج مشوي - ذرة - ملفوف أحمر - بارميزان خبز محمص - رمان - صوص - السيزر التقليدي

Lettuce - Grilled Chicken - Corn - Red Cabbage - Parmesan - Croutons - Pomegranate - Classic Caesar Dressing

35 ☐

KCAL 482 ★ VEG GLUTEN FREE

Avocado & Coriander Salad **سلطة الأفوكادو والكزبرة**

خس - جرجير - ذرة - طماطم - خبار - فاصوليا حمراء - جزر - فلفل مشوي - أفوكادو - رمان - صوص السلانتر

Lettuce - Corn - Tomato - Cucumber - Red Kidney Beans - Carrot - Roasted Bell Pepper - Avocado - Pomegranate - Cilantro Dressing

32 ☐

KCAL 407 ★ VEG GLUTEN FREE

Salad Saucia Salad **سلطة سالاد صوصيا**

خس - جرجير - دجاج - خبار - ذرة - حمص شمندر - بطاطس مقرمشة - جين بارميزان - صوص سالاد صوصيا

Lettuce - Arugula - Chicken - Cucumber - Corn - Chickpeas - Beetroot - Crispy Potatoes - Parmesan Cheese - Salad Saucia Dressing

35 ☐

KCAL 430 ★ VEG GLUTEN FREE

Soups

شوربة الروبيان **Shrimp soup**

30 ☐

KCAL 531

شوربة قرع **Pumpkin soup**

20 ☐

KCAL 297

شوربة المشروم **Mushroom soup**

23 ☐

KCAL 513

العدس **Lentil**

17 ☐

KCAL 297

شوربة البروكلي **Broccoli soup**

20 ☐

KCAL 486

Desserts

كنافة **Kunafa**

8 ☐

KCAL 386

تشيز كيك شوكولا **Chocolate Cheesecake**

9 ☐

KCAL 758

كريمة الفواكه بالشوفان **Fruit Cream with Oats**

12 ☐

KCAL 380

تشيز كيك بلو بيري **Blueberry Cheesecake**

9 ☐

KCAL 658

Juices

عصير جزر **Carrot Juice**

10 ☐

KCAL 128

أفوكادو **Avocado**

15 ☐

KCAL 240

ليمون و نعناع **Lemon and Mint**

12 ☐

KCAL 70

الشوربات

الحلويات

العصائر



make your own salad

اصنع طبق السلطة بنفسك

25

اصنع طبق السلطة الخاصة بك

make your own salad

protein

بروتين

تونة +5 ريال

60GM 78KCAL

Tuna

روبيان +10 ريال

50GM 60KCAL

Shrimp

سالمون +20 ريال

100GM 206KCAL

Salmon

دجاج مشوي +7 ريال

60GM 90KCAL

Grilled Chicken

Vegetables

pick 4 free, +3 SAR

خضروات

اختر حتى 4 عناصر مجانية، +3 ريال

زهرة مشوية

30KCAL

Grilled Cauliflower

بطاطا حلوة

60GM 78KCAL

Sweet Potato

فلفل ألوان مشوي

40GM 10KCAL

Grilled Bell Peppers

ملفوف أحمر

35GM 11KCAL

Red Cabbage

رمان

30GM 25KCAL

Pomegranate

هالابينو

20GM 6KCAL

Halbino

بصل أبيض

30GM 13KCAL

White Onions

خيار

60GM 9KCAL

Cucumber

جزر

40GM 16KCAL

Carrot

زيتون أسود

30GM 39KCAL

Black Olives

بروكلي

30GM 10KCAL

Broccoli

ذرة

40GM 30KCAL

Corn

فاصوليا حمراء

60GM 14KCAL

Red Beans

طماطم

30GM 6KCAL

Tomatoes

add-ons

pick 2 free, +3 SAR

ملحقات

اختر حتى 2 عناصر مجانية، +3 ريال

افوكادو

30GM 48KCAL

Avocado

معكرونة

80GM 102KCAL

Pasta

برغل

60GM 50KCAL

Bulgur

بيض مسلوق

77KCAL

Boiled Egg

عدس بني

40GM 46KCAL

Brown Lentils

باذنجان

60GM 46KCAL

Grilled Eggplant

قرع مشوي

60GM 19KCAL

Grilled Pumpkin

شمندر

60GM 25KCAL

Beetroot

كينوا

80GM 96KCAL

Quinoa

حمص

80GM 96KCAL

Chickpeas

nuts

pick 1 free, +2 SAR

مكسرات

اختر حتى 1 عنصر مجاني، +2 ريال

تين مجفف

30GM 105KCAL

Dried figs

مكعبات خبز محمص

40GM 130KCAL

Toasted bread cubes

لوز

30GM 0KCAL

Almonds

بذور الشيا

30GM 60KCAL

Chia Seeds

سمسم

30GM 171KCAL

Sesame

سماق

30GM 48KCAL

Sumac

بذور الكتان

30GM 159KCAL

flax seeds

حب دوار الشمس

30GM 175KCAL

Sunflower Seeds

بذور القرع

30GM 159KCAL

Pumpkin Seeds

جوز مكربل

40GM 180KCAL

caramelized walnuts

ذرة محمصة

30GM 130KCAL

Roasted Corn

عين الجمل

40GM 161KCAL

Walnut

بطاطا مقرمشة

40GM 51KCAL

Crunchy Potato

Cheese

pick 1 free, +3 SAR

الأجبان

اختر حتى 1 عنصر مجاني، +3 ريال

جبنة بارميزان

30GM 150KCAL

Parmesan

جبنة شيدر

40GM 100KCAL

Cheddar cheese

جبنة فيتا

40GM 105KCAL

Feta

جبنة حلومي

40GM 169KCAL

Halloumi

dressings

pick 1 free, +3 SAR

صوصات

اختر حتى 1 عنصر مجاني، +3 ريال

صوص سلانتر

50GM 50KCAL

Cilantro Sauce

بلسميك

50GM 97KCAL

Balsamic

ليمون وسماق وزيت زيتون

50GM 234KCAL

Lemon & Sumac & Olive Oil

طحينية

40GM 51KCAL

Taheena

مكسيكية

50GM 100KCAL

Mexican

دبس الرمان

50GM 151KCAL

Pomegranate molasses

صوص سالاد سوسيا

50GM 68KCAL

salad saucia

سيزر

50GM 125KCAL

Caesar

☐ داخلي

☐ خارجي

Greens

pick 2 free, +6 SAR

خضراوات ورقية

اختر حتى 2 عناصر مجانية، +6 ريال

خس

14KCAL

Lettuce

جرجير

13KCAL

Arugula