



Salad Saucia Meal Service Menu

قائمة وجبات سالاد صوصيا



Our signature salad

سلطة البروقين Protein Salad

خس - جرجير - دجاج - باندجان مشوي -
طماطم - فلفل مشوي - بطاطس مقشر -
بذور عباد الشمس - حمص - صوص الطحينة
- صوص سالاد صوصيا
- Grilled Chicken - Lettuce - Arugula - Grilled
Eggplant - Tomatoes - Chickpeas - Grilled
Pepper - Crispy Potatoes - Tahini Sauce -
Salad saucia Sauce

KCAL 357 ★ VEG

33



سلطة فيتناس جيم fitness gym

جرجير - لوز - كيتو - برغل - عدس - قرع
مشوي - جبنة فيتا - شمندر، صوص
البساميك
Arugula - Quinoa - Bulgur - Beetroot - Lentils
- Roasted Pumpkin - Feta Cheese - Balsamic
Dressing

KCAL 333 ★ VEG

24



سلطة مضادات الأكسدة Antioxidant Salad

جرجير - بروكلي - افوكادو - جزر - شمندر -
حبوب اللوز الجوز المكرمل - جبنة لبنة -
صوص دبس الرمان
Arugula - Broccoli - Avocado - Carrot -
Beetroot - Almonds - Candied Walnuts -
Labneh Cheese - Strawberries -
Pomegranate Molasses Dressing

KCAL 526 ★ VEG GLUTEN FREE

32



سلطة ألف ليلة وليلة 1001 Nights Salad

جرجير - شمندر، افوكادو - رمان - تمر - جوز -
مكرمل - سماق - صوص بنساميك
Arugula - Beetroot-Avocado - Pomegranate -
- Dates - Candied Walnuts - Sumac -
Balsamic Dressing

KCAL 442 ★ VEG GLUTEN FREE

24



سلطة المكرونة الباردة Cold Pasta Salad

خس - جرجير - فلفل مشوي - ملطف أحمر
فاصولياء حمراء - زيتون أسود - خبز محمص -
المكرونة بذور عباد الشمس - صوص
الطحينة
pasta, Lettuce, Arugula, Roasted Bell Pepper, Red Cabbage, Red Kidney Beans, Black Olives, Croutons, Sunflower Seeds, Tahini Dressing

KCAL 403 ★ VEG

34



اختر من سلطتنا

سلطة البستان Bustan Salad

خس - جرجير - طماطم - ملطف أحمر - جزر -
بطاطس مقشرة - جوز مكرمل - رمان صوص
السلاتن
Lettuce - Arugula - Tomato - Red Cabbage - Carrot - Crispy Potatoes - Candied Walnuts - Pomegranate - Cilantro Dressing

KCAL 396 ★ VEG GLUTEN FREE

25



السلطة المكسيكية Mexican Salad

خس - جرجير - الدجاج - فلفل مشوي - خيار -
زيتون - أسود - بروكلي - هالبينو - ثوم -
محمص بذور القرع صوص مكسيكي
Lettuce - Chicken - Roasted Bell Pepper - Cucumber - Black Olives - Broccoli - Jalapeño - Crotons - Pumpkin Seeds - Mexican Dressing

KCAL 324 ★ VEG GLUTEN FREE

36



سلطة سيسير Traditional Caesar Salad

خس - جرجير - دجاج مشوي - ذرة - ملفوف
أحمر - بارميزان خبز محمص - رمان - صوص
السيسير التقليدي
Lettuce - Grilled Chicken - Corn - Red Cabbage - Parmesan - Crotons - Pomegranate - Classic Caesar Dressing

KCAL 482 ★ VEG GLUTEN FREE

35



سلطة الأفوكادو والكريمة Avocado & Coriander Salad

خس - جرجير - ذرة - طماطم - خيار - فاصوليا
حراء - جزر - فلفل مشوي - أفوكادو - رمان -
صوص السلاتن
Lettuce - Corn - Tomato - Cucumber - Red Kidney Beans - Carrot - Roasted Bell Pepper - Avocado - Pomegranate - Cilantro Dressing

KCAL 407 ★ VEG GLUTEN FREE

32



سلطة سالاد صوصيا Salad Saucia Salad

خس - جرجير - دجاج - خيار - ذرة - حمص -
شمندر - بطاطس مقشرة - جبن بارميزان -
صوص سالاد صوصيا
Lettuce - Arugula - Chicken - Cucumber - Corn - Chickpeas - Beetroot-Crispy Potatoes - Parmesan Cheese - Salad Saucia Dressing

KCAL 430 ★ VEG

35



Soups

شوربة الروبيان Shrimp soup

KCAL 531

شوربة القرع Pumpkin soup

KCAL 297

شوربة المushroom Mushroom soup

KCAL 513

30



20

23

العدس Lentil

KCAL 297

شوربة البروكلي Broccoli soup

KCAL 486

17



الشوربات

الحلويات

العصائر

كنافة Kunafa

KCAL 386

تشيز كيك شوكولات Chocolate Cheesecake

KCAL 758

كريمة الفواكه بالشوفان Fruit Cream with Oats

KCAL 380

تشيز كيك بلو بيري Blueberry Cheesecake

KCAL 658

Juices

عصير جزر Carrot Juice

KCAL 128

أوكادو Avocado

KCAL 240

ليمون ونعناع Lemon and Mint

KCAL 70

10



15

12

العصائر



اصنع طبق السلطة بنفسك

اصنع طبق السلطة الخاصة بك

make your own salad

25

make your own salad

protein

تونة Tuna	+5 60GM 78KCAL
بيهان Shrimp	+10 50GM 60KCAL
سالمون Salmon	+20 100GM 206KCAL
دجاج مشوي Grilled Chicken	+7 60GM 90KCAL

Vegetables

زهرة مشوية Grilled Cauliflower	30KCAL
بطاطا حلوة Sweet Potato	60GM 78KCAL
فلفل الون مشوي Grilled Bell Peppers	40GM 10KCAL
ملفوظ أحمر Red Cabbage	35GM 11KCAL
مان Pomegranate	30GM 25KCAL
حالبینو Halibut	20GM 6KCAL
بصل ابيض White Onions	30GM 13KCAL
خيار Cucumber	60GM 9KCAL
بروكلي Broccoli	30GM 10KCAL
ذرة Corn	40GM 30KCAL
طماطم Tomatoes	30GM 6KCAL

بروتين

add-ons

pick 2 free, +3 SAR

افوكادو Avocado	30GM 48KCAL
معكرونة Pasta	80GM 102KCAL
برغل Bulgur	60GM 50KCAL
بيض مسلوق Boiled Egg	77KCAL
عدس بني Brown Lentils	40GM 46KCAL
باذنجان Grilled Eggplant	60GM 46KCAL
قرع مشوي Grilled Pumpkin	60GM 19KCAL
شمندر Beetroot	60GM 25KCAL
كينوا Quinoa	80GM 96KCAL
حمص Chickpeas	80GM 96KCAL

ملحقات

اختر حتى 2 عناصر مجانية، 3+ ريال

Cheese

pick 1 free, +3 SAR

جبنه بارميزان Parmesan	30GM 150KCAL
جبنه شيدر Cheddar cheese	40GM 100KCAL
جبنه فيتا Feta	40GM 105KCAL

الأجبان

اختر حتى 1 عناصر مجانية، 3+ ريال

صوصات

اختر حتى 1 عناصر مجانية، 3+ ريال

dressings

pick 1 free, +3 SAR

صوص سلانت Cilantro Sauce	50GM 50KCAL
بلسميك Balsamic	50GM 97KCAL
ليمون وسماق وزيت زيتون Lemon & Sumac & Olive Oil	50GM 234KCAL
طحينة Taheena	40GM 51KCAL

مكسرات

اختر حتى 1 عناصر مجانية، 2+ ريال

nuts

pick 1 free, +2 SAR

تين مجفف Dried figs	30GM 105KCAL
مكعبات خبز محمص Toasted bread cubes	40GM 130KCAL
لوز Almonds	30GM OKCAL
بذور الشيا Chia Seeds	30GM 60KCAL
سمسم Sesame	30GM 171KCAL
سماق Sumac	30GM 48KCAL
بذور الكتان Flax seeds	30GM 159KCAL
حب دوار الشمس Sunflower Seeds	30GM 175KCAL
بذور القرع Pumpkin Seeds	30GM 159KCAL
جوز مكرمل caramelized walnuts	40GM 180KCAL
ذرة محمصة Roasted Corn	30GM 130KCAL
عين الجمل Walnut	40GM 161KCAL
بطاطا مقرمشة Crunchy Potato	40GM 51KCAL

Greens

pick 2 free, +6 SAR

خس Lettuce	14KCAL
جرجير Arugula	13KCAL

خضروات ورقية

اختر حتى 2 عناصر مجانية، 6+ ريال