

## Gourmet - Week A

 № 77 995 795
 O Dietdelightsqatar
 Www.dietdelights.com.qa

 2 44 196 441
 Diet Delights-Qatar
 Info@dietdelights.com.qa

	Day	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	Breakfast	☐ Thyme Croissant	□ Egg Shakshouka with Saj Bread	□ Feta Pie	Date Oat Pancakes with Honey	□ Cream Cheese Sandwich	☐ Labneh with Thyme & Sweet Pepper Mix with Grassini Sticks	□ Cocktail Mankoushe
		Savory Oatmeal with Boiled Eggs and Parmesan	<ul><li>Muhammara Rolls with Labneh</li></ul>	□ Spanish Omelet	☐ Kashkaval Cheese & Thyme with Whole Wheat Tortilla	Uegetable and Mushroom Omelet with Toast	□ Protein Pancakes	□ Halloumi Sandwich
	Gourmet	☐ Almond Milk Chia Pudding	☐ Turkey Swiss Cheese Croissant with Cranberry Sauce	Banana Bread with Peanut Butter	□ Boiled Eggs with Arugula & Beetroot	□ Chocolate Chia Pudding	□ Cereals & Almond Milk	Feta Cheese with Rye Crisps
	Am Snack				FRUIT			
	Lunch	🗆 Vegetarian Biryani 🌌	□ Vegetarian Meatballs with sweet Potato Wedges	□ Lasagna Verdure	🗖 Bulgur Bi Banadoura 🍺	☐ Falafel with Tahini and Couscous Salad	☐ Mushroom Risotto 🗾	□ Makhlouta
	Main Dish	□ Potato Souffle	□ Koussa Bi Laban	□ Beef Stroganoff	☐ Kafta Skewers with Yogurt Tahini	☐ Farfalle al Salmone in White Sauce	□ Beef Ragu Lasagna 🌙	Salmon with Honey Mustard Sauce & Beetroot Potato Mash
		□ Shrimp Kabse 🌙	Chicken Kabab with Vermicelli Rice	□ Shrimp Provencal	Asian Chicken Noodles	Oriental Chicken with Rice	Chicken Teriyaki with Mixed Vegetables	□ Chicken Kabse 🌙
Week A	Gourmet	Green Harissa Chicken with Dates Couscous in Pomegranate Vinaigrette	Cajun Salmon with Sundried Tomato Pesto with Veggies in Lemon Dill Sauce	□ Dijon Mustard Chicken with Green Beans, Peas & Carrots tossed in Pesto Sauce	□ Shrimp with Saffron Risotto	Royal Steak in Rosemary sauce with Artichokes, Green Beans & Pumpkin	Firecracker Salmon with Stir Fry Vegetables	Beef Steak in Bordelaise Sauce with Zucchini Gratin
		□ Banana Muffin	Double Chocolate Energy Balls	□ Lazy Cake	Apple Cinnamon Muffin	□ Chocolate Croquant	Biscuit with Turkish Delights	□ Chocolate Kunafa Mousse
	Pm Snack	□ Chocolate Sable	□ Strawberry Cheesecake	□ Tiramissu	□ Carrot Cake	□ Rice Pudding	□ Choco Tahini Balls	□ Maamoul Pistachio
		Philly Steak	☐ Tofu Thai Curry with White Rice	□ Beef Brisket Burger	Mushroom Cheese Pide	BBQ Chicken Pizza	□ Spinach Pie 🌉	☐ Italian Pesto Chicken Pie
	Dinner Main Dish	□ Shrimp Pizza	□ Shawarma Beef Wrap	□ The Green Chicken Story Sandwich	Smoked Salmon Sandwich with Cream Cheese	□ Kabab Orfali	□ Brisket Potato Pie	☐ Mexican Beef Wrap with Thousand Island Sauce in Tortilla Bread
ı	Gourmet	Creamy Dill Salmon with Couscous Salad	Chicken Caprese with Quinoa Salad	Sirloin Beef & Mushroom Gravy with Cauliflower Rice	Minute Steak in Chimichuri Sauce with Potato Cakes	☐ Harissa Chicken With Quinoa Tabbouleh	Shrimp Curry with Mixed Vegetable Rice	Roasted Chicken Rich in Mushroom Sauce with Broccoli, Carrots & Zucchini
	Bowls	□ Mexican Chicken Bowl	☐ Shrimp Mango Bowl	☐ Green Boost Salmon Bowl	□ Chicken Chef Salad	Soy Good Beef Bowl	□ Falafel Bowl	□ Buddha Bowl
	Side Dish	☐ Mediterranean Lentil Soup	☐ Chicken Soup	□ Pumpkin Soup	☐ Chicken Vermicelli Soup	☐ Broccoli Soup	☐ Mushroom Soup	□ Oat Soup
	(Choose one side dish)	□ Garden Salad	Pomegranate Fattoush	□ Tzatziki	☐ Hummus with Crudites	□ Roasted Chickpeas Salad	□ Tabbouleh	Caesar Salad
			ith Avocado Paste & Whole \		ese/Cocktail Mankoushe	Soup : Lentil Soup	OR Vegetable Soup	
	Daily Options		k with Potato Wedges OR Po rita OR Chicken Fajita	asta Primavera		Pm Snack : Chocolate	Tahini Balls OR Lazy Cake	
(		Side Dish : Fattoush OR C	•			Am Snack : Fruit Salad		



## Gourmet - Week B

 № 77 995 795
 O Dietdelightsqatar
 Www.dietdelights.com.qa

 2 44 196 441
 Diet Delights-Qatar
 Info@dietdelights.com.qa

	Day	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	Breakfast	□ Cheese Croissant	Feta Almonds Cranberry Balls with Brown Toast	Peanut Butter Date Oatmeal	Baguette with Kashkaval Cheese	□ Spinach Pie	□ Labneh & Olive Mix with Rice Cakes	□ Greek Sandwich in Multigrain Bread
		Fritata Omelet with Toast Bread	□ Thyme Mankoushe	Spinach & Mushroom Omelet with Bread	☐ Crepe with Apricot Jam & Berries	Uegetable Scrambled Eggs with Toast	☐ Yogurt & Granola Mix with Almonds & Dried Fruits	□ Waffles with Chocolate Sauce
	Gourmet	□ Mango Chia Pudding	Boiled Eggs with Avocado and Toast	□ Acai Bowl with Berries	☐ Turkey & Cheese Omelet with Toast	Oats with Coconut Milk, Maple Syrup and Mangoes	□ Protein Pancakes	☐ Zaatar Feta Spread with Rye Crackers & Mixed Vegetables
	Am Snack				FRUIT			
	Lunch	🗆 Bulgur Bi Banadoura 🍺	🗆 Lebanese Moujadara 🍺	☐ Vegan Potato Stew with Vermicelli Rice 🍠	□ Vegetable Curry & Rice 🍺	Lentil & Vegetable Hotpot	🗆 Vegan Lahmajun 🍺	🗖 Pumpkin Kebbe 🍺
	Main Dish	Beef Kafta with Hummus and Tabbouleh	Salmon Creamy Coconut Sauce with Rice	□ Chinese Beef & Rice	Steak with Mushroom Sauce and Mashed Potatoes	□ Spaghetti Bolognese	□ Beef Fettucini	□ Beef Bemieh Bzeyt
		Zaatar Roasted Chicken with Bulgur Wheat Pilaf	Chicken Kabse	☐ Whole Marinated Chicken with Hummus 🥖	☐ Thai Shrimp Noodles	☐ Butter Chicken with Rice	Salmon with Honey Mustard Sauce and Beetroot Potato Mash	🗀 Chicken Biryani 🌙
Week B	Gourmet	☐ Marinara Shrimp with Penne Pasta	Beef Brisket in Rosemary Sauce with Cauliflower, Green Beans & Potato Puree	☐ Hoisin Glazed Baked Salmon with Kimchi Salad	□ Chicken Teriyaki with Mixed Vegetables	Creamy Seabass with Roasted Mixed Vegeta- bles	Paprika Chicken with Roasted Sweet Potato Wedges & Cherry Tomatoes	□ Samke Harra with Traboulsi and Pita Bread
Vec		☐ Chocolate Brownie	□ Mango Cheesecake	□ Chocolate Chips Cookies	☐ Monte Christo	□ Banana Muffin	☐ Chocolate Rice Crispies	□ Eclair
> 	Pm Snack	□ Muhallabieh	☐ Petits Fours	□ Sfouf	□ Strawberry Tart	□ Date & Caramel Cupcake	Double Chocolate Cookies	□ Maamoul Walnut
		Secret Blend Vegetable Pide	Chicken Shawarma Wrap	□ Steak Pizza	☐ Chicken Caesar Wrap	□ Roast Beef Sandwich	Green Harissa Chicken with Dates Couscous	Chicken and Cheese Brown
	Dinner Main Dish	Shrimp Fajita Wrap	Loubieh Bzeit with Arabic Bread	□ Cajun Chicken Spinach Wrap with Peri-Peri Sauce	🗖 Pizza Margarita 🍺	Salmon Burger with Tartar Sauce	□ Turkey & Cheese Sandwich	□ Shrimp Fajita Wrap
	Gourmet	Lettuce Wrap Beef Patties with Cheese, Pickles, Red Onions, Tomatoes & Lettuce	Salmon in Asiatic Sauce with Poke Side Salad	Chicken Paillard with Feta Bulgur Salad and Creamy Lemon Garlic Sauce	Samke Harra Beiruti with Mixed Vegetables	Chicken Parmigiano with Eggplant	☐ Minute Peppersteak in Creamy Peppercorn Sauce with Zucchini Gratin	Balsamic Steak and Cauliflower, Carrots and Zucchini with Herbs
	Bowls	☐ Quinoa Bowl with Roasted Carrots, Mixed Peppers, Zucchini, Pumpkin & Onion	□ Tuna Pasta Bowl	Molokini Bowl (shrimps, mango, rice, mixed vegetables, ginger, sesame soy dressing)	□ Chicken Chef Salad	Sesame Salmon Bowl	□ Buddha Bowl 🍺	□ Mexican Chicken Bowl
	Side Dish	□ Roasted Carrot Soup	□ Ima Soup	☐ Frutti di Marre Soup	□ Vegetable Soup	☐ Chicken & Corn Soup	□ Lentil Soup	☐ Minestrone Soup
	(Choose one side dish)	□ Mixed Beans Salad	□ Rocket Salad	Cobb Salad	☐ Green Salad	☐ Kani Salad	☐ Pumpkin Hummus with Crudites	□ Dried Fruit Salad
		Breakfast : Boiled eggs w	vith Avocado Paste & Whole	Wheat Toast OR Thyme/Ch	eese/Cocktail Mankoushe	Soup : Lentil Soup	OR Vegetable Soup	
	Daily Options		k with Potato Wedges OR Po	asta Primavera		Pm Snack : Chocolate	Tahini Balls OR Lazy Cake	
E		Dinner : Pizza Marghe Side Dish : Fattoush OR C	rita OR Chicken Fajita Garden Salad			Am Snack : Fruit Salad		



### Gourmet - Week C

🖸 77 995 795 🔯 Dietdelightsqatar 🌐 Www.dietdelights.com.qa

2 44 196 441 Diet Delights-Qatar Info@dietdelights.com.qa

Wednesday Sunday Monday Tuesday **Thursday** Friday Saturday Day Muhammara Rolls with **Chocolate Croissant** Date Oat Pancake with Cheese Mankoushe Banana Bread with Peanut Crepe with Turkey and Cheese Pie Honey **Butter** Cheese Labneh **Breakfast** Egg Shakshouka with Saj Kashkaval Cheese & Waffles with Mango Coulis Omelet with Toast Turkey and Cheese Spanish Omelet **Greek Omelet with Toast** Thyme with Whole Wheat Sandwich Bread & Fresh Berries Tortilla Coconut Almond Chia Almond Milk with Oats, Scrambled Egg Wrap Gluten Free Cereal with **Boiled Eggs with Arugula** Feta Almond Cranberry Feta Cheese with Rye Gourmet Berries & Maple Syrup Pudding Almond Milk, Berries & & Beetroot Balls with Brown Toast Crisps Honey **Am Snack** FRUIT Vegetarian Biryani Quinoa & Lentil Pilaf Vegetarian Red Bean Stew Lasagna Verdure 🏢 Lentil & Vegetable Korma Vegetarian Stuffed Vine Potato Kebbe 🎩 Curry with Rice Leaves Lunch Main Dish Shrimp Curry with Mixed Koussa Ablama Salmon in Creamy Dill Daoud Bacha Beef Rogan Josh with Shrimp with Pink Sauce Pineaple Shrimps with Rice Sauce with Broccoli and Rice White Mint Rice 🌙 Pasta Carrots Mexican Chicken with **Butter Chicken with Rice** Chicken Mouloukhia Oriental Chicken with Rice Chicken Makloube Greek Chicken with Feta Rice Chicken Tandoori with Rice Sauce PepperSteak with Green Walnut Crusted Salmon Fish Curry with Mixed Steak with Mushroom Shrimp with Saffron Royal Steak in Rosemary Beef Steak in Bordelaise Sauce, Potato Puree, with Oyster Sauce with Beans, Peas & Carrots in Vegetable Rice Risotto Sauce with Mashed Sauce with Zucchini Gratin Week C Gourmet Carrots & Green Beans Fresh Herbs Cauliflower & Pesto Sauce Potato Zucchini **Black Forest** Blueberry Cheesecake Lemon Energy Balls Trench Macaron Choco Raspberry Chocolate Cupcake Apple Crumble cupcake Pm Snack Oat Bars with Peanut Cranberry White Chocolate Cookie Petits Fours Marble Cake | Kaak bi Tamer Rice Puddina Kunafa Cheesecake **Butter & Chocolate Chips** Chicken Avocado Chicken Caesar Sandwich Creamy Chicken Brisket Sandwich Chicken Tandoori Tuna Sandwich Chicken Fajita Wrap Sandwich with Dried Sandwich Sandwich 1 Cranberries Dinner 🛾 Lahm Baajin Pide Falafel Rolls Samke Harra Wrap with 🔲 Spinach & Sumac Pide 嬺 Turkey and Cheese Pie 🛾 Vegatarian Quiche 🍺 Shredded Beef Wrap in Saj Main Dish Tajin Sauce 🦼 Bread with Spicy Tahini Sauce 🌶 Chicken Korma with Brown Sirloin Steak & Mushroom Creamy Dill Salmon with Green Harissa Chicken Cajun Salmon with Roasted Chicken Rich in Steak with Chimichuri Gravy with Cauliflower Rice Couscous Salad with Dates Couscous in Sundried Tomato Pesto & Gourmet Mushroom Sauce with Sauce Carrots, Green Rice Pomegranate Vinaegratte Veggies Served in Lemon Broccoli, Carrots & Beans & Zucchini Dill Sauce Zucchini Tuna Pasta Bowl Green Boost Salmon Bowl Tofu Poke Bowl 🏾 📑 Falafel Bowl 🍺 Grilled Harissa Chicken Steak Bowl Shrimp Mango Bowl Bowls with Couscous Bowl Chicken Vermicelli Soup Roasted Cauliflower Soup Creamy Corn Soup Mushroom Soup Mediterranean Lentil Soup **Pumpkin Soup** Roasted Carrot & Tomato Side Dish Soup (Choose one side dish) Crab, Cabbage & Mango Feta Cheese Apple Salad **Beetroot Hummus with** Tuna Pasta Salad Mixed Vegetabes Salad Pomearanate Fattoush Caesar Salad Salad Veaetable Sticks Salad : Boiled eggs with Avocado Paste & Whole Wheat Toast OR Thyme/Cheese/Cocktail Mankoushe Breakfast Soup : Lentil Soup OR Vegetable Soup : Chicken Taouk with Potato Wedges OR Pasta Primavera Lunch Pm Snack : Chocolate Tahini Balls OR Lazy Cake Daily Options Dinner : Pizza Margherita OR Chicken Fajita Am Snack : Fruit Salad Side Dish : Fattoush OR Garden Salad



#### Gourmet - Week D

🚫 77 995 795 🔯 Dietdelightsqatar 🌐 Www.dietdelights.com.qa

2 44 196 441 Diet Delights-Qatar Info@dietdelights.com.qa

Tuesday Wednesday Sunday Monday Thursday Friday Saturday Day Cocktail Mankoushe Feta Pie Cheese Mankoushe Kaakeh Shamiyi with Egg and Spinach | Halloumi Sandwich Oat Pancakes & Honey Kashkaval Cheese Breakfast Wrap with Feta **Breakfast** Cheese Labneh Spinach Mix with **Peanut Butter Date** Turkey and Cheese Spanish Omelet ] Scrambled Egg Wrap Cereals & Almond Milk Spinach & Mushroom Multiseed Brown Crackers Oatmeal Sandwich Omelet with Bread Turkey & Cheese Omelet Oats with Coconut milk, Acai Bowl with Tropical Protein Pancakes Coconut Almond Chia Vegetables & Mushroom Zaatar Feta Spread with Gourmet with Toast Maple Syrup & Mangoes **Fruits** Pudding Omelet with Bread Rye Crackers & Mixed Vegetables **Am Snack FRUIT** Sweet Potato Lentil with Bulgur Bi Banadoura Eggplant Lasagna 💣 🛾 Vegetarian Burger 🏾 📺 Vegetable Curry & Rice 📺 Pumpkin Kebbe 🏾 🍺 Vegetarian Noodles Rice 👅 Lunch Main Dish Chicken & Potatoes with Grilled Beef Skewers with Red Beans Stew with Beef Fettucine Alfredo Spinach Stew with Minced Cajun Steak with Noodles Spaghetti with Meatballs Lemon Garlic Sauce Chimichurri Sauce Cubes & Vermicelli Rice Meat & Vermicelli Rice Honey Garlic Chicken with Kibbe Bil Sayniye Shrimps Fried Rice Chicken Stroganoff Samke Harra Traboulsi Chicken Biryani 🌙 Rice Chicken Rolls with Potato with Pita Bread 🌙 Puree Samke Harra Beiruti with Chicken Terivaki with Firecracker Salmon with Beef Brisket in Rosemary Shrimp Oregano with Creamy Salmon with Shrimp Kabse Mixed Vegetables & Rice Mini Poke Bowl Sauce with Cauliflower, Rice Pasta Potato Wedges Week D Green Beans & Potato Gourmet Puree Mocha Bars Maamoul Walnut **Double Chocolate Cookies** Cranberry White Blueberry Cheese Cake Chocolate Croquant Coconut Cranberry Energy Chocolate Cookie Balls Pm Snack Raspberry Creams Puffs Yogurt Berry Panna cotta Monte Christo Pumpkin & Carrot Energy Marble Cake Orange Cake Lazy Cake Ralls Brisket Burger Chicken Burger Mexican Kafta ☐ Chicken Sub Chicken Shawarma Wrap Arayes Kafta Steak Pizza Dinner Vegetable Moussaka with 🛾 Feta Rainbow Wrap 🏾 🤛 Shrimp and Cheese Boat Crab Sandwich Grilled Vegetables with Chicken Tikka Kebab with Turkey & Cheese Kaakeh Main Dish Eggplant and Sweet Halloumi Pesto Sandwich Mixed Vegetables and Potatoes **\*\*** Yoghurt Mint Sauce Lettuce Wrap Beef Patties Sumac Spiced Baked Chicken Paillard with Feta Shrimp Provencal with Chicken Parmigiano with Minute Peppersteak with Paprika Chicken with with Cheese, Pickles, Red Salmon with Lentil Salad **Bulgur Salad and Creamy** Mixed Vegetables Beef Juz & Zucchini Gratin Eggplant **Roasted Sweet Potato** Gourmet Onions, Tomatoes & Lettuce Lemon Garlic Sauce wedges and Cherry Tomatoes Quinoa Bowl with Roasted Chicken Freekeh Bowl Shrimp Mango bowl Tuna Pasta Bowl Sesame Salmon Bowl Molokini Bowl (shrimps, Buddha Bowl Bowls Carrots, Mixed Peppers, Zucchini, Pumpkin & Onion mango, rice, mixed vegetables, ginger, sesame soy dressing) Celeriac Soup 🗌 Frutti Di Mare Soup Potato Leek Soup Ima Soup 🛚 Lentil Soup ☐ Vegetable Soup Minestrone Soup Side Dish (Choose one side dish) **Beetroot Moutabbal with** Chef Salad → Hawaii Salad 🗍 Feta Balls Salad Grilled Halloumi Salad Orange Crab Salad Baba Ghanoui **Cucumber and Carrot Sticks** : Boiled eggs with Avocado Paste & Whole Wheat Toast OR Thyme/Cheese/Cocktail Mankoushe Breakfast Soup : Lentil Soup OR Vegetable Soup : Chicken Taouk with Potato Wedges OR Pasta Primavera Lunch Pm Snack : Chocolate Tahini Balls OR Lazy Cake Daily Options Dinner : Pizza Margherita OR Chicken Fajita Am Snack : Fruit Salad Side Dish : Fattoush OR Garden Salad

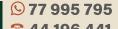
خيارات يوميّة

العشا ء

O Dietdelightsqatar

: بيتزا مارغريتا أو فاهيتا الدجاج

طبق جانبيّ : فتّوش أو سلطة الخضار الخضراء









الثّلاثاء الإثنين الأحد السنت الأرىعاء الحمعة الخميس اليوم لبنة مع الزعتر والفلفل الحلو مع أصابع الخبز ساندويش جبنة كريمية فطيرة الفيتا شكشوكة البيض مع خبز صاج كرواسان زعتر منقوشة كوكتيل بانكيك التمر والشوفان مع العسل الفطور جبنة قشقوان و زعتر مع خبز تورتيلا القمح الكامل دقيق الشوفان مع البيض المسلوق والبارميزان بانكيك البروتين ساندویش حلوم أومليت الخضار والفطر مع توست اومليت اسبانية لفائف المحمرة مع اللبنة بودينج حليب اللوز الشوكولاتة بالشيا خبز الموز مع زبدة الفول السوداني كرواسون الديك الرومي و الجبنة السويسرية مع صلصة التوت البري بودنغ الشيا بحليب اللوز الجبنة فيتا مع رقائق الجاوادار رقائق الحبوب وحليب اللوز بيض مسلوق مع الجرجير والشمند غورفيه السناك الصباحي فاكهة فلافل مع الطحينة وسلطة الكسكس 📷 برياني نباتي 🍺 مخلوطة 嬺 برغل بالبندورة 🏿 لازانيا بالخضار 🌌 ريسوتو الفطر 嬺 كرات لحم نباتية مع بطاطا حلوة سالمون مع صلصة الخردل بالعسل والبطاطا المهروسة "" لازانيا باللحم المفروم الطبقالرئيسي باستا السالمون بالصلصة البيضاء السياخ الكفتة مع الزبادي والطحينة ستروغانوف اللحم كوسا باللبن سوفليه البطاطا للغداء دجاج مع الأرز الشرقي کبسة دجاج <sup>ا</sup> دجاج تریاکی مع خضار مشکلة تودلز الدجاج الآسيوية ا كباب دجاج مع أرز بالشعيرية كبسة الروبيان روبيان بروفنسيال سالمون الكاجون مع صلصة البيستو والطماطم المجففة مع دجاج مع صلصة ديجون الخردل مع الفاصوليا الخضراء والبازلاء والجزر ستيك بصلصة الروزماري مع الخرشوف والفاصوليا الخضراء هريسة الدجاج مع كسكس بالتمر و خل الرمان ستيك بصلصة البورديليز مع غراتان الكوسا سالمون حار مع الخضار 🗼 لريزوتو روبيان بالزعفران غورفيه ⋖ في صلَّصة البيسُتو Week مافن التفاح والقرفة بسكويت مع اللقم التركية مقرمشات الشوكولاتة موس كنافة الشوكولاتة ليزي كيك كرات التمر و الشوكولاته مافن الموز السناك المسائي معمول بالفستق كرات الشوكولاتة بالطحينة رز بحلیب كيك الجزر تيراميسو تشيز كيك الفراولة سابليه الشوكولاته كاري التوفو التايلاندي مع الأرز الأبيض 🍺 فطيرة الدجاج و البيستو الإيطالية فطيرة السبانخ 灰 بيتزا الدجاج بالباربيكيو فطيرة الجبن و الفطر 嬺 برغر البريسكيت ساندويتش فيلى ستيك الطبق الرئيسس للعشاء لحم مكسيكي مع صلصة ثاوزند آيلاند في خبز التورتيلا 🗖 بيتزا الروبيان ساندويش الدجاج و صلصة الشيمشوري 🔏 فطيرة البطاطا و البريسكيت کباب اورفلی ساندویش سالمون مدخن مع جبنة کریمیة شاورما لحم سالمون بالشبت الكريمي مع سلطة الكسكس دجاج مشوي بصلصة الفطر مع البروكلي والجزر والكوسا ستيك مع صلصة تشيميشوري مع البطاطا روبيان بالكارى مع الأرز والخضار هريسة الدجاج مع تبولة الكينوا ستيك بصلصة الفطر مع أرز دجاج كابريزي مع سلطة الكينوا غورفيه وعاء بودا وعاء اللحم و فول الصويا وعاء سلطة الشّيف مع الدّجاج وعاء الخضار الخضراء مع السّلمون المدخّن 🗖 وعاء الدّجاج المكسيكيّ وعاء الفلافل وعاء الرّوبيان و المانجو سلطة مع بروتين شوربة البروكلى 🗖 شوربة اليقطين <sup>]</sup> شوربة الشوفان شوربة الفطر شوربة الدجاج بالشعيرية شوربة دجاج 🗖 شوربة عدس طبق جانبیّ سلطة الحمص المشوي (صلصة زيت الليمون) حمص مع الخضار 🗖 لبن و خيار على الطريقة اليونانية ا سلطة سيزر (صلصة السيزر) تبولة (صلصة الفتوش) فتّوش مع جبوب الرمّان سلطة خضراء اختر طبق جانبي واحد) : بيض مسلوق مع الافوكادو و توست القمحة الكاملة/منقوشة زعتر /منقوشة جبنة/ منقوشة كوكتيل الفطور : شوربة العدس أو شوربة خضار الشوربة : دجاج طاووق مع أجنحة البطاطا أو باستا بالخضار الغداء

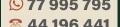
سناك مسائى : كرات الشوكولاتة بالطحينة أو ليزى كيك

: سلطة فواكه

صباحی



طبق جانبيّ : فتّوش أو سلطة الخضار الخضراء









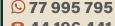


صباحي



	اليوم	الأحد	الإثنين	الثّلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
		🗖 کرواسان جبنة	🗖 كرات الفيتا واللوز والتوت البري مع التوست	دقيق الشوفان وزبدة الفول السوداني	🗖 خبز باغیت مع جبنة قشقوان	🗖 فطيرة السبانخ	مزيج اللبنة والزيتون مع كعك الأرز	🗖 ساندویش جبنة یونانیة
	الفطور	🗖 أومليت فريتاتا مع خبز التوست	- منقوشة زعتر 	" أومليت السبانخ والفطر مع الخبز	🗖 كريب مع مربى المشمش والتوت	🗖 بيض مخفوق مع الخضار و توست	□ مزيج الزبادي والجرانولا مع اللوز والفواكه المجففة	🗖 وافل مع الشوكولاتة
	غورفيه	🗖 بودينج المانجو والشيا	ا أومليت السبانخ والفطر مع التوست	🗖 وعاء أساي مع التوت	ا أومليت الديك الرومي والجبن مع التوست	□ شوفان مع حليب جوز الهند، شراب القيقب والمانجو	🗖 بانكيك البروتين	בليط الزعتر و الفيتا مع رقائق الجاوادار والخضار
	السناك الصباحي				فاكهة			
		🗖 برغل بالبندورة ّ	🗖 مجدرة لبنانية ّ	يخنة البطاطا النباتية مع أرز 🗾 بالشعيرية 🍠	🗖 كاري الخضار مع الارز 🌅	🗖 وعاء العدس و الخضار	🗖 لحم بعجين نباتي 🎜	🗾 كبة اليقطين 🍠
	الطبقالرئيسي للغداء	🗖 كفتة لحم مع الحمص والتبولة	□ سالمون بصلصة جوز الهند الكريمية مع الأرز	الحم على الطريقة الصينية مع الأرز	□ ستيك مع صلصة الفطر والبطاطا المهروسة	🗖 سباغيتي اللحم	<ul> <li>فيتوتشيني اللحم</li> <li>سالمون مع صلصة الخيدا.</li> </ul>	🗖 بامية بزيت مع اللحم
		🗖 دجاج بالزعتر مع بيلاف البرغل	🗾 كبسة دجاج 🌙	دجاًجة كاملة متبلة مع الحمص	🗖 نودلز الروبيان التايلاندي	🗖 دجاج بالزبدة مع الأرز	<ul> <li>سالمون مع صلصة الخردل</li> <li>بالعسل والبطاطا المهروسة</li> <li>بالشمندر</li> </ul>	🗕 برياني الدجاج 🤳
K B	غورفيه	روبيان بصلصة المارينارا مع باستا القمح الكامل	□ لحم البريسكيت بصلصة الروزماري مع القرنبيط والفاصوليا الخضراء	□ سالمون بصلصة الهويسن مع سلطة الكيمتشي	🗖 دجاج ترياكي مع خضار مشكلة	□ سمك السيباس الكريمي مع الخضار المشوية المشكلة	دجاج بالبابريكا مع البطاطا الحلوة و الطماطم الكرزية	□ سمكة حارة طرابلسية مع خبز البيتا
Wee	السناك	🗖 براوني	🗖 تشيز كيك المانجو	🗖 كوكيز رقائق الشوكولاتة	🗖 مونتي کريستو	🗖 مافن الموز	🗖 مقرشمات الأرز بالشوكولاتة	🗖 اکلیر
3	المسائي	🗖 مهلبیة	🗖 بوتي فور	🗖 صفوف	🗖 تارت الفراولة	🗖 كب كيك التمر والكراميل	🗖 كوكيز الشوكولاتة	🗖 معمول الجوز
	الطبق الرئيسس	🗖 فطيرة الخضار 🌈	🗖 راب شاورما الدجاج	🗖 بيتزا الستيك	🗖 راب دجاج مع صلصة السيزر	🗖 ساندویش لحم الروستو	□ هريسة الدجاج الخضراء مع الكسكس بالتمر	<ul> <li>كعكة القمحة الكاملة مع الدجاج والجبن</li> </ul>
	الطبق الرئيسس للعشاء	🗖 فاهيتا الروبيان	🗖 لوبيا بزيت مع الخبز 🍃	راب دجاج الكاجون بالسبانخ مع صلصة بيري بيري	🗖 بیتزا مارغیریتا 🌈	🗖 برجر السالمون مع صلصة التارتار	🗖 ساندويش الديك الرومي والجبن	🗖 راب فاهيتا الروبيان
	غورفيه	أ شرائح لحم البرغر ملفوفة بالخس مع الجبن والمخلل والبصل الأحمر والطماطم والخس	□ سالمون بصلصة آسيوية مع سلطة البوكي	دجاج بيلارد مع سلطة الفيتا و البرغل (صلصة كريمة الثوم بالليمون)	🗖 سمكة حارة بيروتية مع خضار مشكلة 🌙	<ul> <li>حجاج مع صلصة الطّماطم و الجبئة مع باذنجان</li> </ul>	□ ستيك بصلصة الفلفل الكريمية مع غراتان الكوسا	□ ستيك بصلصة البلسميك مع القرنبيط والجزر والكوسا مع الأعشاب
	سلطة مع بروتين	🗖 وعاء كينوا مع جزر مشويّ ، فلفل أحمر وأخضر ، كوسا ، قرع ، بصل	🗖 وعاء التونا و الباستا	□ وعاء مولوكيني <sub>(ل</sub> وبيان، مانجو، أرز، خضار مشكلة، زنجبيل، صلصة الصويا والسمسم)	🗖 وعاء سلطة الشّيف مع الدّجاج	□ وعاء سلطة السالمون بصلصة السّمسم و الافوكادو	🗖 وعاء بودا 🍠	🗖 وعاء الدّجاج المكسيكيّ
		🗖 شوربة الجزر	🗖 شوربة الايما	🗖 شوربة ماكولات بحرية	🗖 شوربة الخضار	🗖 شوربة الدجاج و الذرة	🗖 شوربة العدس	🗖 شوربة مينيسترون
	<b>طبق جانبيّ</b> (اختر طبق جانبي واحد)	🗖 سلطة الفاصوليا المشكلة	🗖 سلطة الجرجير	🗖 سلطة الخضار و الذرة	🗖 سلطة الخضار الخضراء	🗖 سلطة كاني (قبقب)	🗖 حمص اليقطين مع الخضار	🗖 سلطة الفاكهة المجففة
			مع الافوكادو و توست القمحة		جبنة/ منقوشة كوكتيل	الشوربة : شوربة العدس أ	و شوربة خضار	
	خيارات يوميّة		مع أجنحة البطاطا أو باستا بالخد و فاهيتا الدجاج	<u>ض</u> ار		سناك مسائي : كرات الشوكولاتن	ة بالطحينة أو ليزي كيك	
$\mathbf{B}$		انعساء . بيترا فارغريتا ار طبق دانيي : فتّوش أو ساد	_			صباحی : سلطة فواکه	سناك	



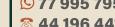






	اليوم	الأحد	الإثنين	الثّلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
		🗖 كرواسان الشوكولاتة	بانكيك التمر والشوفان مع العسل	🗖 منقوشة جبنة	🗖 خبز الموز مع زبدة الفول السوداني	🗖 كريب مع الديك الرومي والجبن	🗖 فطيرة الجبنة	🗖 لفائف المحمرة باللبنة
"	فطور	🗖 أومليت مع توست	¯ □ ساندويش الديك الرومي و الجبنة	🗖 اومليت اسبانية بالخضار	🗖 شکشوکة البیض مع خبز صاج	جبنة قشقوان و زعتر مع تورتيلا القمح الكامل	🗖 أومليت يوناني مع توست	<ul> <li>وافلز مع مربی المانجو والتوت الطازج</li> </ul>
غر	ورفيه	□ حليب اللوز مع الشوفان و التوت و شراب القيقب	🗖 راب البيض المخفوق	🗖 بودينج جوز الهند واللوز والشيا	تحبوب خالية من الغلوتين مع حليب اللوز والتوت والعسل	ييض مسلوق مع الجرجير والشمندر	□ كرات الفيتا واللوز والتوت البري مع توست	🗖 رقائق الحبوب وحليب اللوز
Л	سناك الصباحي				فاكهة			
		🗾 برياني نباتي 🍺	🗾 بيلاف الكينوا والعدس	🗖 يخنة الفاصوليا الحمراء النباتية	🗾 لازانيا الخضار 🍠	اري كورما العدس والخضار مع الأرز 🥊 الأرز	🗖 ورق عنب محشي نباتي 🍺	🗖 كبة البطاطا 🏓
Д	طبقالرئيسي غداء	🗾 كاري الروبيان مع الارز 🌙	🗖 کوسا ابلما	المون بصلصة الشبت الكريمية مع البروكلي والجزر	🗖 داوود باشا	🗖 لحم بصلصة الروجان جوش الحارة مع أرز أبيض بالنعناع	روبيان مع باستا بالصلصة الوردية	🗖 روبیان مع الاناناس و الأرز
		🗖 مقلوبة دجاج	🗖 دجاج بالزبدة مع الأرز	🗖 ملوخية مع دجاج	🗖 ارز شرقي مع الدجاج	🗖 دجاج يوناني مع صلصة الفيتا	🗖 دجاج مكسيكي مع الارز	🗖 دجاج تندوري مع الارز 🄰
عر غر	ورفيه	□ ستيك مع صلصة الفطر هريس البطاطا والجزر والفاصوليا الخضراء	□ سمك السالمون مع الجوز مع صلصة المحار و القرنبيط والكوسا	□ ستيك الفلفل مع الفاصوليا الخضراء والبازلاء والجزر بصلصة البيستو	🗖 كاري السمك مع أرز بالخضار 🎉	ريزوتو الروبيان بالزعفران	□ ستيك بصلصة الروزماري مع البطاطا المهروسة	□ ستيك بصلصة البورديليز مع غراتان الكوسا
11 Q	سناك	🗖 كيك الغابة السوداء	🗖 تشيز كيك التوت	🗖 كرات التمر و الليمون	🗖 ماكرون فرنسي	🗖 كب كيك الشوكولاته و التوت	🗖 كب كيك الشوكولاتة	🗖 كرمبل التفاح
≶ الد	عسائي	🗖 بوتي فور	🗖 كيك ناشف بالفانيلا و الشكولاته	ً ألواح الشوفان مع زبدة الفول السوداني ورقائق الشوكولاتة	🗖 کعك بتمر	کوکیز الشوکولاتة البیضاء و التوت البري	🗖 ارز بالحليب	🗖 تشيز كيك الكنافة
П	طىق الرئىسس	🗖 ساندويش الدجاج و الافوكادو	🗖 ساندویش دجاج سیزر	□ ساندويش الدجاج بالكريمة مع التوت البري المجفف	🗖 ساندويش لحم البريسكت	🗾 ساندويش دجاج التندوري 🌙	🗖 ساندویش تونا	🗖 راب فاهيتا الدجاج
Ш	طبق الرئيسس عشاء	🗖 فطیرة لحم بعجببن	🗖 لفائف الفلافل ّ	🗖 راب السمكة الحارة مع الطاجين	🗖 فطيرة السبانخ والسماق 🍠	🗖 فطيرة الديك الرومي والجبنة	🗖 فطيرة الكيش النباتية 🍺	راب اللحم بخبز الصاج مع صلصة الطحينة الحارة
μċ	ورفيه	🗖 كورما الدجاج مع أرز بني	□ ستيك مع مرق الفطر و أرز القرنبيط	🗖 سالمون بصلصة حارة مع الخضار 🌶	□ هريسة الدجاج الخضراء مع الكسكس بالتمر و خل الرمان	□ سالمون الكاجون مع بيستو و الطماطم المجففة والخضار بصلصة الليمون والشبت	دجاج بصلصة الفطر مع البروكلي والجزر والكوسا	<ul> <li>ستيك بصلصة التشيميشوري مع الجزر، الفاصوليا الخضراء و الكوسا</li> </ul>
ш	لطة مع بروتين	🗖 وعاء الباستا و التونة	وعاء الخضار الخضراء مع السّلمون المدخّن	🗾 وعاء التوفو 🍺	🗖 وعاء سلطة الفلافل 🍺	🗖 وعاء هريسة الدجاج و الكسكس	🗖 وعاء السّتيك	🗖 وعاء الروبيان و المانجو
		🗖 شوربة الدجاج بالشعيرية	🗖 شوربة القرنبيط	🗖 شوربة الذرة الكريمية	🗖 شوربة الفطر	🗖 شوربة العدس	🗖 شوربة اليقطين	🗖 شوربة الجزر و الطماطم
	بق جانبيّ تر طبق جانبي واحد	🗖 سلطة القبقب والملفوف والمانجو	🗖 سلطة التفاح و جبنة الفيتا	🗖 حمص الشمندر مع الخضار	🗖 سلطة التونا و الباستا	🗖 سلطة الخضار المشكلة	🗖 سلطة الفتوش و الرمان	🗖 سلطة السيزر
		الفطور : بيض مسلوق	<u>ا</u> مع الافوكادو و توست القمحة	الكاملة/متعقدة عتد المتعقدة/الماكال	دىنة/ منقوشة كوكتيا،	ا الشوربة : شوربة العدس أ	المشرية فرات	
à	بارات يوميّة		مع أجنحة البطاطا أو باستا بالخد مع أجنحة البطاطا أو باستا بالخد		ببته المسوسة توسين	سناك مسائى : كرات الشوكولاتن		
C			و فاهيتا الدجاج				<b>.</b>	
		طبق جانبيّ : فتّوش أو سلد	طة الخضار الخضراء			صباحي : سلطة فواكه	سناك	

طبق جانبيّ : فتّوش أو سلطة الخضار الخضراء









	اليوم	الأحد	الإثنين	الثّلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
		🗖 منقوشة كوكتيل	🗖 فطيرة الفيتا	🗖 منقوشة جبنة	🗖 كعكة شامية مع جبنة القشقوان	راب البيض والسبانخ مع جبنة الفيتا	🗖 ساندوتش حلوم	🗖 بانكيك الشوفان والعسل
	لفطور	لبنة بالسبانخ مع رقائق القمح الكامل	🗖 اوملیت اسبانیة بالخضار	🗖 راب البيض المخفوق	دقيق الشوفان وزبدة الفول السوداني	🗖 ساندويش الديك الرومي والجبن	🗖 رقائق الحبوب وحليب اللوز	🗖 أومليت السبانخ والفطر مع الخبز
Ė	<u>بورفیه</u>	أومليت الديك الرومي والجبن مع توست	دقيق الشوفان مع حليب جوز الهند وشراب القيقب والمانجو	□ وعاء الاساي مع الفاكهة الاستوائية	🗖 بانكيك البروتين	🗖 بودينج جوز الهند واللوز والشيا	🗖 أومليت الخضار والفطر مع الخبز	<ul> <li>خليط الزّعتر مع الفيتا مع رقائق الجاوادار و الخضار</li> </ul>
	لسناك الصباحي				فاكهة			
		يخنة العدس و البطاطا الحلوة مع الأرز 🥡	🗾 برغل بالبندورة 🏿	🗖 لازانيا الباذنجان 🍯	🗖 برغر نباتتي 🍺	🗖 كاري الخضار مع الارز 🍺	🗖 كبة اليقطين 🍺	🗖 نودلز نباتي
A	لطبقالرئيسي لغداء	دجاج وبطاطا مع صلصة الليمون والثوم	أسياخ اللحم المشوي مع صلصة تشيميتشوري	يخنة الفاصوليا الحمراء مع مكعبات اللحم والأرز بالشعيرية	🗖 فيتوتشيني ألفريدو	يخنة السبانخ مع اللحم المفروم والأرز بالشعيرية	🗖 ستيك الكاجون مع النودلز	🗖 سباغيتي مع كرات اللحم
	اعداد	و دخوم D كبة بالصينية	ــ ددي ط أرز مقلي مع الروبيان	ت بروغانوف الدجاج	🗖 سمكة حارة طرابلسية مع خبز البيتا 📞	🗖 بریاني دجاج 🌙	- دجاج بالثوم والعسل مع الأرز	🗖 لفائف الدجاج مع بطاطا مهروسة
	ورفيه	🗖 سمكة حارة بيروتية مع الارز 🂋	□ دجاج ترياكي مع الخضار المشكلة والأرز	🗖 سالمون حار مع وعاء البوكي	□ لحم بريسكيت مع القرنبيط والفاصوليا الخضراء وهريس	روبيان بصلصة الاوريجانو مع الباستا	🗖 سالمون كريمي مع البطاطا	🗾 کبسة روبیان 🌽
	لسناك	🗖 الواح الموكا	🗖 معمول الجوز	🗖 كوكيز الشوكولاته	🗖 كوكيز الشوكولاتة البيضاء بالتوت البري	🗖 تشيز كيك بالتوت	🗖 مقرمشات الشوكولاتة	□ كرات الطاقة مع جوز الهند و التوت
	لمسائي	🗖 اكلير محشو بالتوت	🗖 بانا كوتا الزبادي مع التوت	🗖 كرات الطاقة باليقطين و الجزر	صونتي کريستو	کیك ناشف بالفانیلا و الشكولاته	🗖 كعك البرتقال	سو ـــ ـــــ ليزي كيك
	لطيق الرئيسس	🗖 برغر البريسكيت	🗖 برغر دجاج	🗖 كفتة مكسيكية	🗖 تشیکن ساب	🗖 راب شورما الدجاج	🗖 عرایس کفتة	🗖 بيتزا الستيك
	لطبق الرئيسس لعشاء	🗖 راب جبنة الفيتا و الخضار 🍠	🗖 فطيرة الروبيان و الجبنة	🗖 مسقعة الخضار مع الباذنجان والبطاطا الحلوة 🌉	🗖 ساندويش القبقب	🗖 ساندويش خضار مشوية مع الحلوم والبيستو 🌉	□ كباب دجاج تكا مع خضار مشكلة وصلصة الزبادي والنعناع	🗖 كعكة الديك الرومي و الجبن
ċ	<u>ور</u> فیه	<ul> <li>شرائح لحم البرغر ملفوفة بالخس مع الجبن والمخلل والبصل الأحمر والطماطم والخس</li> </ul>	□ سالمون مع السماق و سلطة العدس	□ دجاج بيلارد مع سلطة الفيتا والبرغل وصلصة الليمون والثوم الكريمية	وبیان بروفنسال مع خضار مشکلة 🗖	دجاج مع صلصة الطَّماطم و الجبنة مع باذنجان	□ ستيك بصلصة الفلفل مع مرق اللحم وغراتان الكوسا ﴿	دجاج بصلصة البابريكا مع شرائح البطاطا الحلوة والطماطم الكرزية
u	ىلطة مع بروتين	🗖 وعاء كينوا مع جزر مشويّ ، فلفل أحمر وأخضر ، كوسا ، قرع ، بصل	🗖 وعاء فريكة الدّجاج	🗖 وعاء الرّوبيان و المانجو	🗖 وعاء الباستا و التونا	<ul> <li>وعاء سلطة السالمون بصلصة السمسم و الافوكادو</li> </ul>	🗾 وعاء بودا	□ وعاء مولوكيني (روبيان، مانجو، أرز، خضار مشكلة، زنجبيل، صلصة الصويا والسمسم)
Ī		🗖 شوربة الكرفس	🗖 شوربة ماكولات بحرية	🗖 شوربة البطاطا والكراث	🗖 شوربة الايما	🗖 شوربة العدس	🗖 شوربة خضار	🗖 شوربة المينيستروني
	<b>لبق جانبيّ</b> ختر طبق جانبي واحد)	🗖 سلطة الشيف	🗖 سلطة هاواي	🗖 سلطة كرات الفيتا	🗖 سلطة الحلوم	🗖 سلطة القبقب و البرتقال	ابابا غنوج 🗖	🗖 متبل الشمند مع الخيار والجزر
			مع الافوكادو و توست القمحة		جبنة/ منقوشة كوكتيل	الشوربة : شوربة العدس أ	ُو شوربة خضار	
	غيارات يوميّة	<del>-</del>	مع أجنحة البطاطا أو باستا بالخذ و فاهيتا الدجاج	غار		سناك مسائي : كرات الشوكولاتن	ة بالطحينة أو ليزي كيك	

غورفیه - اسبوع Gourmet Week D

: سلطة فواكه سناك

صباحي



# Gourmet Extra Option List

<u>©</u> 77 995 795			Www.dietdelights.com.q
<b>25</b> 44 196 441	😝 Diet Delights - Qatar	$\times$	Info@dietdelights.com.q

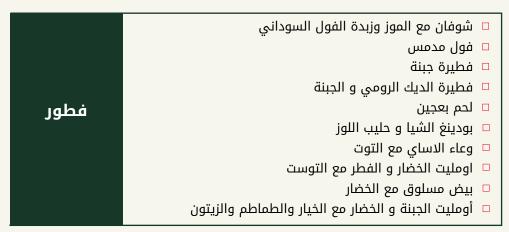
	□ Oats with Banana and Peanut Butter
	□ Foul Moudammas
	□ Cheese Pie
	□ Turkey and Cheese Pie
Breakfast	□ Lahm Baajin
DIGUNIUSE	□ Almond Chia Pudding
	□ Acai Bowl with Berries
	□ Vegetables and Mushroom Omelet with Toast
	□ Boiled Eggs with Vegetables
	□ Vegetable Cheese Omelet with Cucumbers, Tomatoes & Olives
·	

	□ Chicken Kebab
	□ Chicken Kabse
	□ Beef Stroganoff
	□ Butter Chicken with Rice
	□ Chicken Saffron Rice with Garlic Paste
	□ Salmon in Dill Sauce with Potato Wedges
Lunch	□ Chicken Tikka Masala
Editori	□ Lemon Garlic Chicken with Potato Wedges
	□ Penne Arabiata Pasta
	□ Shrimp Biryani
	☐ Fettuccini Alfredo
	□ Spicy Beef Noodles
	□ Salmon Pasta
	□ Spaghetti Bolognese

	□ Monte Christo
	□ Chocolate Krispies
	□ Blueberry Cheesecake
Pm Snack	□ Strawberry Cheesecake
	□ Dark Chocolate
	□ Chocolate Chip Cookies
	□ Eclair
	□ Chicken Shawarma Sandwich
	□ Beef Fajita Sandwich
	☐ Chicken Burger
	□ Beef Burger
	Oceanic Delight Burger with Potato Wedges (Salmon)
	□ Tuna Sandwich
Dinner	□ Chicken Caesar Wrap
	☐ Green Boost Bowl
	□ Beef Shawarma Sandwich
	□ Veggie Pizza
	□ Steak Pizza with BBQ Sauce
	□ Chicken Pesto Pizza
	Chicken Cream Corn Soup
	Caesar Salad
	Chef Salad
	Quinoa Tabbouleh Salad
Side Dishes	Grilled Halloumi Salad
	□ Lentil Soup
	□ Vegetables Soup
	Pumpkin Soup
	Mushroom Soup







	<ul> <li>کباب دجاج</li> <li>کبسة دجاج</li> <li>لحم ستروغانوف اللحم</li> <li>دجاج بالزبدة مع الأرز</li> <li>أرز مع الدجاج بالزعفران و الثوم</li> </ul>
	□ ارز قع الحجاج بالرعمران و النوم □ سالمون في صلصة الشبت و البطاطا
1. 1	ے دجاج تکا ماسالا - دجاج علام اللہ اللہ علیہ اللہ اللہ علیہ اللہ اللہ اللہ اللہ اللہ اللہ اللہ ا
غداء	<ul> <li>دجاج بالليمون والثوم مع البطاطا</li> </ul>
	🗖 بيني أرابياتا
	🗖 برياني الروبيان
	🗖 فيتوتشيني ألفريدو
	🗖 نودلز اللحم الحار
	🗖 باستا مع السالمون
	🗖 سباغيتي مع اللحم المفروم

	🗖 مونتي کريستو
	🗖 مقرشمات الشوكولاتة
	🗖 تشيز كيك التوت
سناك مسائية	🗖 تشيز كيك الفراولة
	🗖 الشوكولاتة الداكنة
	🗖 كوكيز رقائق الشوكولاتة
	🗖 اکلیر
	ם ساندوتش شاورما الدجاج
	□ ساندوتش فاهيتا اللحم
	_
	_ برغراللحم
	🗖 برغر السالمون مع البطاطا
عشاء	🗖 ساندویتش تونة
FIME	🗖 راب دجاج سیزر
	🗖 وعاء الخضار والسالمون المدخن
	🗖 ساندوتش شاورما اللحم
	□ بيتزا الخضار 
	□ بيتزا الدجاج مع البيستو 
	🗖 بيتزا الستيك مع صلصة الباربكيو
	————————————————————————————————————
	۔
	سلطة الشيف سلطة الشيف
	🗖 تبولة الكينوا
طبق جانبي	🗖 سلطة الحلوم المشوي
	ـــ شوربة العدس ــــــــــــــــــــــــــــــــــــ
	🗖 شوربة خضار

حساء اليقطينشوربة الفطر