



### Almond Chia Energy Bites

كرات طاقة باللوز والشيا



Calories: 180 kcal  
Carbohydrates: 16 g  
Protein: 5 g  
Fat: 11 g



### Beetroot Salad

سلطة شمندر



Calories: 120 kcal  
Carbohydrates: 25 g  
Protein: 3 g  
Fat: 1 g



### Mango Juice

عصير مانغا



Calories: 65 kcal  
Carbohydrates: 16 g  
Protein: 1 g  
Fat: 0 g



### Mini Pizza

بيتزا صغيرة



Calories: 230 kcal  
Carbohydrates: 28 g  
Protein: 11 g  
Fat: 11 g



### Mini Zaatar

زعتري صغير



Calories: 150 kcal  
Carbohydrates: 15 g  
Protein: 2 g  
Fat: 5 g



### Orange Juice

عصير برتقال



Calories: 55 kcal  
Carbohydrates: 13 g  
Protein: 2 g  
Fat: 0 g