



Fruit Salad

كيت الشوكولا

Calories: 120 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 2g
Fat: 0.5g



Spinach Pie

فطيرة سبانخ

Calories: 220 kcal
Carbohydrates: 26g
Protein: 8g
Fat: 14g



Halloumi Sandwiches

ساندويشات حلوم

Calories: 85 kcal
Carbohydrates: 7g
Protein: 4g
Fat: 5g



Granola Bar

بار غرانولا

Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 28g
Protein: 4g
Fat: 7g



Pasta Salad Cup

كوب سلطة باستا

Calories: 220 kcal
Carbohydrates: 28g
Protein: 7g
Fat: 8g





Watermelon Juice عصير بطيخ

Calories: 80 kcal
Carbohydrates: 20g
Protein: 1g
Fat: 0g



Cheese Rolls رولز بالجبنه

Calories: 220 kcal
Carbohydrates: 24g
Protein: 8g
Fat: 14g



Muffins مافن

Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 24g
Protein: 5g
Fat: 7g



Turkey & Cheese Club Sandwich ساندويش كلوب ديك رومي وجبنه

Calories: 450 kcal
Carbohydrates: 38g
Protein: 26g
Fat: 22g



Banana Cake كيك الموز

Calories: 260 kcal
Carbohydrates: 36g
Protein: 4g
Fat: 11g



Egg Croissant كرواسون البيض

Calories: 300 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 10g
Fat: 16g





Baguette Hommos
باغيت حمص

Calories: 300 kcal
Carbohydrates: 50g
Protein: 12g
Fat: 14g



Fresh Salad Cup
كوب سلطة طازجة

Calories: 150 kcal
Carbohydrates: 10g
Protein: 3g
Fat: 5g



Chicken Club Sandwich
ساندويش كنوب دجاج

Calories: 450 kcal
Carbohydrates: 38g
Protein: 26g
Fat: 22g



Marble Cake
كيك ماربيل

Calories: 200 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 5g
Fat: 10g



Chia Nuts Dates Bites
كرات شيا بالمكسرات والتمر

Calories: 190 kcal
Carbohydrates: 22g
Protein: 5g
Fat: 10g





Fruit Cake

كيك الفاكهة

Calories: 120 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 3g
Fat: 3.5g



Tuna Club Sandwich

كلوب ساندويش تونا

Calories: 400 kcal
Carbohydrates: 38g
Protein: 26g
Fat: 18g



Brownies

براونيز

Calories: 220 kcal
Carbohydrates: 29g
Protein: 4g
Fat: 14g



Fajita Tortilla Cone

فاهيتا تورتيلا

Calories: 420 kcal
Carbohydrates: 36g
Protein: 24g
Fat: 20g



Mozarella Sticks

عود موتزاريلا

Calories: 90 kcal
Carbohydrates: 6g
Protein: 4g
Fat: 4g





Tabbouleh Cup كوب تبولة

Calories: 130 kcal
Carbohydrates: 20g
Protein: 5g
Fat: 6g



Halloumi Bites لقيمات حلوم

Calories: 100 kcal
Carbohydrates: 7g
Protein: 12g
Fat: 16g



Marble Cookies كوكيز ماربل

Calories: 200 kcal
Carbohydrates: 25g
Protein: 4g
Fat: 9g



Eclair إكلير

Calories: 140 kcal
Carbohydrates: 24g
Protein: 5g
Fat: 17g





Tuna Bites

لقيمات تونا



Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 20g
Protein: 20g
Fat: 6g



Quinoa Beetroot Salad

سلطة كينوا مع شمندر



Calories: 190 kcal
Carbohydrates: 26g
Protein: 6g
Fat: 7g



Hash Brown

هاش براون



Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 17g
Protein: 2g
Fat: 9g



Mozarella Sticks

عود موتزاريلا



Calories: 90 kcal
Carbohydrates: 6g
Protein: 4g
Fat: 4g



Chicken Wrap

راب دجاج



Calories: 400 kcal
Carbohydrates: 36g
Protein: 24g
Fat: 18g



Labneh Tortilla

لبنيه تورتيللا

Calories: 90 kcal
Carbohydrates: 10g
Protein: 3g
Fat: 4g



Energy Bar

بار طاقة

Calories: 210 kcal
Carbohydrates: 18g
Protein: 6g
Fat: 15g





Cheesecake

تشيز كيك



Calories: 350 kcal
Carbohydrates: 28g
Protein: 7g
Fat: 22g



Turkey & Cheese Club Sandwich

كلوب ساندويش ديك رومي وجبنة

Calories: 350 kcal
Carbohydrates: 28g
Protein: 26g
Fat: 22g



Oreo Choco

أوريو شوكولا

Calories: 210 kcal
Carbohydrates: 28g
Protein: 2g
Fat: 9g



Fajita Tortilla Cone

تورتيلافاهيتا

Calories: 420 kcal
Carbohydrates: 36g
Protein: 24g
Fat: 20g



Omelette Cupcake

ساندويش كلوب دجاج

Calories: 170 kcal
Carbohydrates: 4g
Protein: 10g
Fat: 12g



Granola Bar

بار غرانولا

Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 28g
Protein: 4g
Fat: 7g





Chocolate Mousse Cup

كوب موس الشوكولا

Calories: 290 kcal
Carbohydrates: 22g
Protein: 5g
Fat: 20g





Mini Fatayer

ميني فاتاير

Calories: 75 kcal
Carbohydrates: 6g
Protein: 5g
Fat: 3.5g





Chocolate Cake

كيك الشوكولا

Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 22g
Protein: 3g
Fat: 20g



Biscoff Choco Bites

بيسكوف شوكولا

Calories: 150 kcal
Carbohydrates: 16g
Protein: 2g
Fat: 9g



Philadelphia Tortilla Cone

تورتيللا فيلادلفيا

Calories: 420 kcal
Carbohydrates: 36g
Protein: 24g
Fat: 20g



Halloumi Sandwiches

ساندويشات حلوم

Calories: 85 kcal
Carbohydrates: 7g
Protein: 4g
Fat: 5g





Hash Brown

هاش براون



Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 17g
Protein: 2g
Fat: 9g



Mozarella Sticks

عود موتزاريلا



Calories: 90 kcal
Carbohydrates: 6g
Protein: 4g
Fat: 4g



Tabbouleh Cup

كوب تبولة



Calories: 150 kcal
Carbohydrates: 26g
Protein: 6g
Fat: 10g



Chicken Club Sandwich

ساندويش كلوب دجاج



Calories: 450 kcal
Carbohydrates: 38g
Protein: 26g
Fat: 22g



Carrot Cake

كيك الجزر



Calories: 150 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 5g
Fat: 10g



Brownies Walnut

براونيز بالجوز



Calories: 300 kcal
Carbohydrates: 32g
Protein: 6g
Fat: 20g



**Turkey & Cheese Club
Sandwich**

كلوب ساندويتش حبش وجبنة



Calories: 350 kcal
Carbohydrates: 32g
Protein: 26g
Fat: 22g



Strawberry Juice

عصير الفراولة



Calories: 55 kcal
Carbohydrates: 11g
Protein: 0.5g
Fat: 0g



Mango Juice

عصير مانغا



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



Omelette Cupcake

أومليت كب كيك



Calories: 170 kcal
Carbohydrates: 4g
Protein: 10g
Fat: 12g



Fresh Salad Cup

كوب سلطة طازجة



Calories: 90 kcal
Carbohydrates: 10g
Protein: 3g
Fat: 5g



Dry Cake

كيك جاف



Calories: 50 kcal
Carbohydrates: 7g
Protein: 1g
Fat: 2.5g



Peanut Butter Bar

بار زبدة الفول السوداني



Calories: 220 kcal
Carbohydrates: 18g
Protein: 6g
Fat: 14g



Chicken Sandwich

ساندويتش الدجاج



Calories: 240 kcal
Carbohydrates: 32g
Protein: 16g
Fat: 12g



Strawberry Juice

عصير الفراولة



Calories: 55 kcal
Carbohydrates: 11g
Protein: 0.5g
Fat: 0g



Mango Juice

عصير مانغا



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



Omelette Cupcake

أومليت كب كيك



Calories: 170 kcal
Carbohydrates: 4g
Protein: 10g
Fat: 12g



Fresh Salad Cup

كوب سلطة طازجة



Calories: 300 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 10g
Fat: 16g



Dry Cake

كيك جاف



Calories: 50 kcal
Carbohydrates: 7g
Protein: 1g
Fat: 2.5g



Peanut Butter Bar

بار زبدة الفول السوداني



Calories: 220 kcal
Carbohydrates: 18g
Protein: 6g
Fat: 14g



Chicken Sandwich

ساندويتش الدجاج



Calories: 240 kcal
Carbohydrates: 32g
Protein: 16g
Fat: 12g



Orange Juice

عصير برتقال



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



Mango Juice

عصير مانغا



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



Mini Pizza

ميني بيتزا



Calories: 200 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 9g
Fat: 9g



Egg Croissant

كرواسون بالبيض



Calories: 300 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 10g
Fat: 16g



Orange Cake

كيك البرتقال



Calories: 150 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 2g
Fat: 7g



Fruit Salad

سلطة فواكه



Calories: 120 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 2g
Fat: 0.5g



Hommos Cup

كوب حمص



Calories: 220 kcal

Carbohydrates: 6g

Protein: 8g

Fat: 14g



Orange Juice

عصير برتقال



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



Mango Juice

عصير مانغا



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



Beetroot Salad

سلطة شمندر



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



Tuna Sandwiches

ساندويش تونا



Calories: 75 kcal
Carbohydrates: 6g
Protein: 5g
Fat: 3.5g



Tabbouleh Cup

كوب تبولة



Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 26g
Protein: 6g
Fat: 10g



Almond Chia Energy Bites

كرات طاقة باللوز والشيا



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



Labneh Cup

كوب لبننة



Calories: 220 kcal

Carbohydrates: 6g

Protein: 8g

Fat: 14g



Orange Juice

عصير برتقال



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



Strawberry Juice

عصير فراولة



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



Croissant Mix

مكس كرواسون



Calories: 200 kcal
Carbohydrates: 28g
Protein: 6g
Fat: 5g



Cookies

كوكيز



Calories: 50 kcal
Carbohydrates: 7g
Protein: 1g
Fat: 2.5g



Carrot Cake

كيك الجزر



Calories: 150 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 5g
Fat: 10g



Egg Salad Sandwiches

ساندويش سلطة البيض



Calories: 200 kcal
Carbohydrates: 16g
Protein: 4g
Fat: 15g



Orange Juice

عصير برتقال



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



Omelette Cupcake

أومليت كب كيك



Calories: 170 kcal
Carbohydrates: 4g
Protein: 10g
Fat: 12g



Peanut Butter Bar

بار زبدة الفول السوداني



Calories: 220 kcal
Carbohydrates: 18g
Protein: 6g
Fat: 14g



Mini Pizza

ميني بيتزا



Calories: 200 kcal
Carbohydrates: 28g
Protein: 9g
Fat: 9g



Mini Zaatar

ميني زعتر



Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 26g
Protein: 6g
Fat: 10g



Fruit Salad

سلطة فواكه



Calories: 120 kcal
Carbohydrates: 30g
Protein: 2g
Fat: 0.5g



Spinach Pie
فطيرة سبانخ

Calories: 220 kcal
Carbohydrates: 26g
Protein: 8g
Fat: 14g



Mushroom Pie
فطيرة فطر

Calories: 230 kcal
Carbohydrates: 26g
Protein: 7g
Fat: 15g



Philly Steak Tortilla
تورتilla فيلي ستيك

Calories: 420 kcal
Carbohydrates: 36g
Protein: 24g
Fat: 20g



Chicken Club Sandwich
ساندويش كلوب دجاج

Calories: 450 kcal
Carbohydrates: 38g
Protein: 26g
Fat: 22g



Greek Salad
سلطة يونانية

Calories: 180 kcal
Carbohydrates: 10g
Protein: 6g
Fat: 14g



Greek Yogurt & Granola
لبن يوناني مع غرانولا

Calories: 280 kcal
Carbohydrates: 36g
Protein: 15g
Fat: 8g





Turkey & Cheese Croissant

كرواسون ديك رومي وجبنة

Calories: 390 kcal
Carbohydrates: 32g
Protein: 18g
Fat: 22g





Strawberry Juice

عصير الفراولة



Calories: 45 kcal
Carbohydrates: 11g
Protein: 0.5g
Fat: 0g



Halloumi Sandwiches

ساندويشات حلوم



Calories: 85 kcal
Carbohydrates: 7g
Protein: 4g
Fat: 5g



Egg Salad Sandwiches

ساندويشات سلطة البيض



Calories: 80 kcal
Carbohydrates: 6g
Protein: 4g
Fat: 5g



Tuna Sandwiches

ساندويشات تونا



Calories: 75 kcal
Carbohydrates: 6g
Protein: 5g
Fat: 3.5g



Cookies

كوكيز



Calories: 50 kcal
Carbohydrates: 7g
Protein: 1g
Fat: 2.5g



Dry Cakes

كيك جاف



Calories: 85 kcal
Carbohydrates: 12g
Protein: 1.5g
Fat: 4g