



قائمة طلبات الطعام للمريض
PATIENT À LA CARTE MENU



نظام غذائى طبيعى
NORMAL DIET

BREAKFAST

CEREALS

Select one of the following:

- | | |
|-------------------------|-----|
| 1. Bran Flakes (g) | 128 |
| 2. Corn Flakes (g)(so) | 144 |
| 3. Muesli (g)(n) | 136 |
| 4. Oats Porridge (g)(d) | 156 |

*Served with cold / hot milk
(full fat / low fat milk)*

FRESH BAKERIES

Select one of the following:

- | | |
|---|-----|
| 1. Sliced White Bread (v)(g) | 115 |
| 2. Sliced Brown Bread (v)(g) | 111 |
| 3. Arabic Bread White (v)(g) | 115 |
| 4. Arabic Bread Brown (v)(g) | 104 |
| 5. Homemade Chapatti (v)(g) | 170 |
| 6. Croissant Plain (v)(g)(e)(d) | 180 |
| 7. Manakish Zatar/Cheese (v)(g)(d)(e)(se) | 403 |
| 8. American Pancake (v)(g)(e)(d) | 194 |

*Served with selection of jam /
butter / maple syrup*

FRESH FRUIT OR SALAD

Select one of the following:

- | | |
|-------------------------------|-----|
| 1. Apple | 65 |
| 2. Orange | 61 |
| 3. Banana | 116 |
| 4. Fruit Salad (vg) | 100 |
| 5. Mixed Green Salad (vg)(gf) | 70 |

DAIRY ITEM

Select one of the following:

- | | |
|-----------------------------------|-----|
| 1. Fresh Full-Fat Milk (v)(d) | 73 |
| 2. Fresh Low-Fat Milk (v)(d) | 39 |
| 3. Plain Yoghurt (v)(d) | 107 |
| 4. Fruit Yoghurt (v)(d) | 178 |
| 5. Mango Smoothie (v)(d)(sp) | 121 |
| 6. Strawberry Smoothie (v)(d)(sp) | 151 |
| 7. Labneh (v)(d) | 125 |
| 8. Cheddar Cheese (v)(d) | 125 |



FRESH EGGS

Select one of the following:

- | | |
|----------------------------------|-------|
| 1. Plain Omelette (v)(e) | 188 |
| 2. Cheese Omelette (v)(e) | 225 |
| 3. Vegetables Omelette (v)(e) | 203 |
| 4. Masala Omelette (v)(e) | 230 |
| 5. Poached Egg (v)(e) | 128 |
| 6. Scrambled Egg (v)(e) | 152 |
| 7. Peeled Hard Boiled Egg (v)(e) | 156 |
| 8. Shakshuka (v)(e) | 170.3 |



HOT OPTION

Select one of the following:

- | | |
|------------------------------|-----|
| 1. Hash Brown (v)(g)(d) | 143 |
| 2. Baked Beans (v) | 124 |
| 3. Grilled Tomato (vg) | 12 |
| 4. Sautéed Mushrooms (vg)(d) | 18 |
| 5. Sauteed Potato (v) | 116 |
| 6. Falafel (vg)(g)(se)(l) | 166 |
| 7. Foul Medammes (vg)(l)(sp) | 147 |
| 8. Channa Masala (vg) | 169 |
| 9. Potato Masala (vg) | 138 |
| 10. Chicken Sausage | 98 |
| 11. Grilled Turkey Bacon | 76 |

DRINKS

- | | |
|----------------------|----|
| 1. Bottled Water | |
| 2. Fruit Juices (sp) | 40 |
| 3. Tea & Coffee | |



LUNCH AND DINNER MENU

SOUP

Select one of the following:

- | | |
|---|------------|
| 1. Roasted Tomato Soup (vg)(d)(c) | 60 |
| 2. Arabic Lentil Soup (vg)(c)(so) | 112 |
| split red lentils lemon | |
| 3. Cream of Leek & Potato Soup (d) | 160 |
| 4. Tuscan Style Chicken and Mushroom Soup (g)(d)(sp) | 274 |
| cream parsley | |

SALAD BAR

Select one of the following:

- | | |
|---|------------|
| 1. Candied Beetroot Salad (sp) | 31 |
| with orange parsley | |
| 2. Mediterranean Greek Salad (v)(sp)(d) | 34 |
| with feta cheese | |
| 3. Quinoa Avocado and Sweet Potato (vg)(g)(sp) | 131 |
| with orange dressing | |
| 4. Mezzah Platter (v)(g)(se)(sp) | 110 |
| Hummus Babaganoush Tabouleh Fattoush | |
| 5. Classic Caesar Salad (e)(g)(d)(f)(m)(sp) | 249 |
| Boiled Egg Parmesan Caesar Dressing | |
| 6. Green Salad (vg)(m)(sp) | 17 |

MAIN COURSE

Select one of the following:

If you fancy something lighter for main course, please choose from Light Meals

- Chef Special Dish of the Day**
Introduced by your server



VEGETARIAN

- | | |
|--|--------------|
| 2. Grilled Halloumi and Mediterranean Brochette (v)(d) | 329.5 |
| brown rice red pepper reduction | |
| 3. Paneer Palak with Pilaf Rice (v)(d) | 353 |
| paneer with indian spiced spinach sauce and served with pilaf rice | |
| 4. Mix Vegetable Green Curry with Coconut milk (f)(sp)(c) | 225 |
| mix vegetable with green curry sauce served with jasmine rice | |
| 5. Vegetable Moussaka (v)(g)(d)(c) | 253 |
| mix vegetables potatoes cheese served with garlic bread | |

FISH

- | | |
|--|------------|
| 6. Grilled Salmon (d)(f) | 410 |
| grilled salmon, served with herbed vegetables, crushed potato or saffron rice | |
| 7. Mediterranean-Style Oven Baked Nile Perch Fish (d)(f) | 336 |
| baked fish served with broccoli vegetables mashed potato or saffron rice | |
| 8. Fish Sayadieh (f)(sp)(n)(se) | 308 |
| Arabic spiced grilled fish served with tahini sauce nuts rice lemon bay leaves | |

CHICKEN

- | | |
|---|--------------|
| 9. Chicken Biryani (n)(d)(sp) | 443 |
| chicken mixed aromatic rice papad nuts raita | |
| 10. Pollo Ala Parmigiana (m)(d) | 480 |
| baked breaded chicken tomato & cheese baked potato wedges mushroom sauce vegetables | |
| 11. Butter Chicken (d)(n) | 338 |
| mildly spiced chicken in creamy curry sauce pulao rice | |
| 12. Marinated Grilled Chicken Breast (m)(d) | 355.5 |
| grilled chicken breast parsley potato vegetables | |



BEEF



- 13. Baked Kofta Saniyeh (g)(sp)** 237
oven baked beef kofta | bell peppers | tomato sauce with rice
- 14. Beef Stir Fry with Asian Vegetables (so)(se)** 419
tender beef strips with Asian vegetables, teriyaki sauce and sesame with jasmine rice
- 15. Beef Stroganoff (d)(sp)** 419
beef strips in cream pickle & mushroom sauce served with mashed potato or saffron rice

MEAT

- 16. Slow Roasted Lamb Roulade (d)(sp)** 454
slow cooked lamb | sautéed vegetables | parsley potato or saffron rice
- 17. Arabic Mixed Grill (g)(d)** 445
mixed grill of shish tawook | lamb kofta | arrayes | saffron rice



LIGHT MEAL



Please select one from the Light Meal menu if you have not chosen from the Main Course menu

PASTA

Select one of the following:

- | | |
|--------------------------------------|-----|
| 1. Penne Arrabiata (g)(d)(c)(sp) | 304 |
| 2. Fettuccini Alfredo (g)(d) | 515 |
| 3. Spaghetti Bolognese (g)(d)(c)(sp) | 351 |
| 4. Spaghetti Meatballs (g)(d)(c)(sp) | 351 |

All served with parmesan | garlic bread

OR

SANDWICHES

Select one of the following:

- | | |
|--|-----|
| 1. Cheddar Cheese Sandwich (v)(g)(d) | 221 |
| 2. Chicken Mayonnaise Sandwich (g)(se)(m) | 328 |
| 3. Halloumi Grilled Vegetable Sandwich (g)(e)(d)(sp) | 659 |

Served in white bread

OR

JACKET POTATO

Select one of the following:

- | | |
|-------------------------------|-----|
| 1. Cheddar Cheese (d)(sp) | 523 |
| 2. Cream Cheese (d)(sp) | 425 |
| 3. Bolognese Sauce (d)(sp)(c) | 314 |

DESSERTS & FRUIT

Select one of the following:

- | | |
|--|-----|
| 1. Malva Pudding & Homemade Custard (g)(e)(d) | 317 |
| 2. Cheesecake (g)(d)(e) | 247 |
| 3. Strawberry Fruit Jelly & Custard (g)(e)(sp) | 120 |
| 4. Rice Pudding (d) | 111 |
| 5. Fruit Salad (sp) | 90 |
| 6. Whole Fruit Apple | 68 |



البيض الطازج	
اختر واحداً مما يلي:	
188	1. عجة سادة (v)(e)
225	2. عجة بالجبن (v)(e)
203	3. عجة بالخضار (v)(e)
230	4. عجة بالماسالا (v)(e)
128	5. بيض مسلوق بدون قشر (v)(e)
152	6. بيض مخفوق (v)(e)
156	7. بيض مسلوق بالقشر (v)(e)
170.3	8. شكشوكة (v)(e)

الأطباق الساخنة	
اختر واحداً مما يلي:	
143	1. هاش براون (v)(g)(d)
124	2. فاصوليا مطبوخة (v)
12	3. طماطم مشوية (vg)
18	4. فطر سوتيه (vg)(d)
116	5. بطاطس سوتيه (v)
166	6. فلافل (vg)(g)(se)(l)
147	7. فول مدمس (vg)(l)(sp)
169	8. حبوب الحمص مع الماسالا (vg)
138	9. بطاطس مع الماسالا (vg)
98	10. نقانق الدجاج
76	11. لحم ديك رومي مقعد

مشروبات

	1. مياه معدنية
40	2. عصائر الفاكهة (sp)
	3. الشاي والقهوة



الحبوب	
اختر واحداً مما يلي:	
128	1. رقائق النخالة (g)
144	2. رقائق الذرة (so)(g)
136	3. موسلي (n)(g)
156	4. عصيدة الشوفان (d)(g)

تقدم الأصناف مع حليب بارد أو ساخن (كامل الدسم أو قليل الدسم)

المخبوزات الطازجة

اختر واحداً مما يلي:	
115	1. شرائح خبز أبيض (v)(g)
111	2. شرائح خبز أسمر (v)(g)
115	3. خبز عربي أبيض (v)(g)
104	4. خبز عربي أسمر (v)(g)
170	5. شباتي محلي الصنع (v)(g)
180	6. كرواسون سادة (v)(g)(e)(d)
403	7. مناقيش زعتر/ جبن (v)(g)(e)(d)(se)
194	8. فطيرة البانكيك الأمريكية (v)(g)(e)(d)

تقدم مع المربى/ الزبدة/ شراب الفيقب

الفواكه الطازجة أو السلطة

اختر واحداً مما يلي:	
65	1. تفاح (vg)
61	2. برتقال (vg)
116	3. موز (vg)
100	4. سلطة فواكه (vg)
70	5. سلطة خضراء مشكلة (vg)(m)

منتجات الألبان

اختر واحداً مما يلي:	
73	1. حليب طازج كامل الدسم (v)(d)
39	2. حليب طازج قليل الدسم (v)(d)
107	3. زيادي سادة (v)(d)
178	4. زيادي بالفواكه (v)(d)
121	5. عصير المانجو (vg)(d)(sp)
151	6. عصير الفراولة (vg)(d)(sp)
125	7. لبننة (v)(d)
125	8. جبن شيدر (v)(d)

قائمة الغداء والعشاء



الأطباق النباتية	Kcal
2. حلوم مشوي وشيش البحر المتوسط (v)(d)	329.5
مع أرز بني القليل من الفلفل الأحمر	
3. بالاك بانير مع أرز بيلاف (v)(d)	353
جبن بانير مع صلصة السبانخ الهندية ويقدم مع أرز بيلاف	
4. خضار مشكل من الكاري الأخضر مع حليب جوز الهند (f)(sp)(c)	225
خضار مشكل مع صلصة الكاري الأخضر ويقدم مع أرز الياسمين	
5. مسقعة خضار (v)(g)(d)(c)	253
خضروات مشكولة بطاطس جبن يقدم مع خبز بالثوم	
الأسمك	
6. سلمون مشوي (f)(d)	410
سلمون مشوي، يقدم مع خضار بالأعشاب، بطاطا مهروسة أو أرز بالزعفران	
7. سمك الفرخ النيلي المشوي بالفرن على طريقة البحر المتوسط (d)(f)	336
سمك مشوي يقدم مع بروكلي خضار بطاطس مهروسة أو أرز بالزعفران	
8. سمك صيادية (f)(sp)(n)(se)	308
سمك متبل مشوي على الطريقة العربية يقدم مع صلصة طحينة مكسرات أرز ليمون أوراق الغار	
الدجاج	
9. برياني دجاج (n)(d)(sp)	443
دجاج خليط من الأرز العطري رقائق الخبز الهندي مكسرات سلطة رايتا	
10. بولو ألد بارميجيانا (m)(d)	480
دجاج مخبوز بالبقسماط طماطم وجبن بطاطس ويدجز مشوية صلصة فطر خضار	
11. دجاج بالزبدة (d)(n)	338
دجاج متبل قليلاً بصلصة الكاري بالكريمة أرز بوللو	
12. صدر دجاج مشوي متبل (m)(d)	355.5
صدر دجاج مشوي بطاطس بالبقدونس خضار	



الحساء	Kcal
اختر واحداً مما يلي:	
1. شوربة الطماطم المشوية (vg)(d)(c)	60
2. شوربة العدس العربية (vg)(c)(so)	112
عدس أحمر مجروش ليمون	
3. شوربة البطاطس بالكراث والكريمة (d)	160
4. شوربة الدجاج والفطر على الطريقة التوسكانية (g)(d)(sp)	274
الكريمة البقدونس	
سلطة	
اختر واحداً مما يلي:	
1. سلطة الشمندر المحلاة (sp)	31
مع البرتقال البقدونس	
2. سلطة البحر المتوسط اليونانية (v)(sp)(d)	34
مع جبن الفيتا	
3. الكينوا والأفوكادو والبطاطا الحلوة (vg)(g)(sp)	131
مع صلصة البرتقال	
4. طبق مزة (v)(g)(se)(sp)	110
حمص بابا غنوج تبولة فتوش	
5. سلطة سيزر التقليدية (e)(g)(d)(f)(m)(sp)	249
بيض مسلووق جبن البارميزان صلصة سيزر	
6. سلطة خضراء (vg)(m)(sp)	17



الأطباق الرئيسية

اختر واحداً مما يلي:

إذا كنت ترغب في تناول شيء أخف في الطبق الرئيسي، يرجى الاختيار من بين الوجبات الخفيفة

1. طبق الشيف الخاص باليوم

إسأل النادل



الوجبات الخفيفة

اختر إحدى الوجبات الخفيفة من القائمة التالية. إذا كنت ترغب في شيء مختلف عن الأطباق الرئيسية

الباستا

اختر واحداً مما يلي:

- | | |
|-----|---------------------------------------|
| 304 | 1. بيني أرابياتا (g)(d)(c)(sp) |
| 515 | 2. فيتوتشيني ألفريدو (g)(d) |
| 351 | 3. اسباجيتي بولونيز (g)(d)(c)(sp) |
| 351 | 4. اسباجيتي بكرات اللحم (g)(d)(c)(sp) |

مع جبن البارميزان والخبز بالثوم

أو

الساندوتشات

اختر واحداً مما يلي:

- | | |
|-----|---|
| 221 | 1. ساندوتش جبن شيدر (v)(g)(d) |
| 328 | 2. ساندوتش دجاج بالمايونيز (g)(se)(m) |
| 659 | 3. ساندوتش حلومي بالخضار المشوي (g)(e)(d)(sp) |

يقدم في خبز أبيض

أو

البطاطس المشوية

اختر واحداً مما يلي:

- | | |
|-----|---------------------------------|
| 523 | 1. مع جبن شيدر (d)(sp) |
| 425 | 2. مع جبن الكريمة (d)(sp) |
| 314 | 3. مع صلصة البولونيز (d)(sp)(c) |

حلويات طازجة

اختر واحداً مما يلي:

- | | |
|-----|---|
| 317 | 1. مالفا بودنغ وكاسترد محلي الصنع (g)(e)(d) |
| 247 | 2. تشيز كيك (g)(d)(e) |
| 120 | 3. كاستر وجيلي بالفراولة (g)(e)(sp) |
| 111 | 4. أرز بحليب (d) |
| 90 | 5. سلطة فواكه (sp) |
| 68 | 6. ثعرة تفاح كاملة |



اللحم البقري

13. صينية كفتة في الفرن (g)(sp) 237

كفتة لحم في الفرن | فلفل رومي | صلصة طماطم مع أرز

14. شرائح اللحم البقري المقلية مع الخضار الآسيوي (so)(se) 419

شرائح اللحم البقري الطرية مع الخضار الآسيوي وصلصة الترياكي والسمسم مع أرز الياسمين

15. لحم ستروجانوف (d)(sp) 419

شرائح لحم بقري في مرقة الكريمة وصلصة الفطر تقدم مع بطاطس مهروسة أو أرز بالزعفران

اللحوم

16. لحم ضأن مشوي ببطء (d)(sp) 454

لحم ضأن مطهو ببطء | أرز بالزعفران

17. مشاوي عربية مشكلة (g)(d) 445

مشاوي مشكلة شيش طاووق | كفتة لحم الضأن | عرايس | طماطم مشوية | بطاطس مهروسة أو أرز بالزعفران

