



**قائمة طلبات الطعام للمريض**  
**PATIENT À LA CARTE MENU**



**نظام غذائي معززة لصحة القلب**  
**CARDIAC DIET**

# BREAKFAST

## CEREALS

Select one of the following:

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

Served with cold or hot low fat milk

## FRESH BAKERIES

Select one of the following:

- |   |     |
|---|-----|
| 1. Sliced Brown Bread (v)(g)            | 111 |
| 2. Arabic Bread Brown (v)(g)            | 104 |
| 3. Homemade Whole Wheat Chapatti (v)(g) | 104 |

## 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)(m) | 70  |

## DAIRY ITEM

Select one of the following:

- |                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| 1. Fresh Low-Fat Milk (v)(d)     | 39  |
| 2. Low Fat Plain Yoghurt (v)(d)  | 107 |
| 3. Low Fat Labneh (v)(d)         | 125 |
| 4. Low Fat Cheddar Cheese (v)(d) | 125 |



## FRESH EGGS

Select one of the following:

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



## HOT OPTION

Select one of the following:

- |                              |     |
|------------------------------|-----|
| 1. Grilled Tomato (vg)       | 12  |
| 2. Sautéed Mushrooms (vg)(d) | 18  |
| 3. Falafel (vg)(g)(se)(l)    | 166 |
| 4. Foul Medammes (vg)(l)(sp) | 147 |
| 5. Channa Masala (vg)        | 169 |
| 6. Dal Masala (vg)           | 138 |

## DRINKS

1. Bottled Water
2. Tea & Coffee

## BRUNCH

Select one of the following:

- |   |     |
|---|-----|
| 1. Cheese Platter (d)(g)(sp)<br><i>halloumi, low fat cheddar cheese and feta cheese served with bread and honey and jam</i> | 425 |
| 2. Club Sandwich (g)(e)(d)(m)   | 389 |



# LUNCH AND DINNER MENU

## SOUP

Select one of the following:

- |  |            |
|--|------------|
| <b>1. Corn Soup with Diced Chicken (g)(c)(d)</b>                               | <b>45</b>  |
| <b>2. Arabic Lentil Soup (vg)(c)(so)</b><br>split red lentils   lemon          | <b>112</b> |
| <b>3. Minestrone Soup (g)(d)(c)</b><br>beans   vegetables stock                | <b>274</b> |
| <b>4. Tuscan Style Chicken and Mushroom Soup (g)(d)(sp)</b><br>cream   parsley | <b>274</b> |

## SALAD BAR

Select one of the following:

- |   |            |
|---|------------|
| <b>1. Candied Beetroot Salad (sp)</b><br>with orange   parsley   orange dressing      | <b>31</b>  |
| <b>2. Mediterranean Greek Salad (v)(sp)(d)</b><br>with feta cheese                    | <b>34</b>  |
| <b>3. Quinoa Avocado and Sweet Potato (vg)(g)(sp)</b><br>with orange dressing         | <b>131</b> |
| <b>4. Mezzah Platter (v)(g)(se)(sp)</b><br>hummus   babaganoush   tabouleh   fattoush | <b>110</b> |
| <b>5. Fattoush Salad (g)(sp)</b><br>onion   crispy crouton   olive oil   lemon        | <b>73</b>  |



## MAIN COURSE

Select one of the following:

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

### 1. Chef Special Dish of the Day

Introduced by your server

### VEGETARIAN

- |   |              |
|---|--------------|
| <b>2. Vegetable Biryani (v)(n)(d)(sp)</b><br>mixed aromatic rice   papad   nuts   raita                             | <b>187</b>   |
| <b>3. Thai Green Vegetable Curry (v)(c)(f)(sp)</b><br>with jasmine rice   | <b>225</b>   |
| <b>4. Paneer Palak with Pilaf Rice (v)(d)</b><br>paneer with Indian spiced spinach sauce and served with pilaf rice | <b>176.5</b> |
| <b>5. Arabic vegetable Stew (vg)</b><br>with steam rice   | <b>120</b>   |

### FISH

- |   |              |
|---|--------------|
| <b>6. Grilled Salmon with Broccoli (d)(f)</b><br>grilled salmon served with broccoli   vegetables   mashed potato or saffron rice               | <b>208.5</b> |
| <b>7. Mediterranean-Style Oven Baked Nile Perch Fish (d)(f)</b><br>baked fish served with broccoli   vegetables   mashed potato or saffron rice | <b>168</b>   |
| <b>8. Fish Sayadieh (f)(sp)(n)(se)</b><br>Arabic spiced grilled fish served with tahini sauce   nuts   rice   lemon   bay leaves                | <b>154</b>   |

### CHICKEN

- |  |              |
|--|--------------|
| <b>9. Chicken Biryani (n)(d)(sp)</b><br>chicken   mixed aromatic rice   papad   nuts   raita               | <b>221.5</b> |
| <b>10. Butter Chicken (d)(n)</b><br>Mildly spiced chicken in creamy curry sauce   pulao rice               | <b>251.5</b> |
| <b>11. Marinated Grilled Chicken Breast (m)(d)</b><br>grilled chicken breast   parsley potato   vegetables | <b>178</b>   |
| <b>12. Sweet and Sour Chicken (g)(e)(se)</b><br>with steam rice  | <b>168</b>   |



## BEEF



- 13. Beef Stroganoff (d)(sp)** 209.5  
beef strips in cream pickle & mushroom sauce served with mashed potato or saffron rice
- 14. Beef Lasagna (g)(d)(c)(sp)** 197.5  
with garlic bread
- 15. Dawood Basha (g)(d)(sp)** 235  
with vermicelli rice

## MEAT

- 16. Lamb Ouzi (g)(n)(d)(c)(e)** 212  
with saffron rice | mint yoghurt
- 17. Lamb Machbous (g)(n)(d)** 219  
slow cooked tender lamb | nuts | rice | lemon | cilantro
- 18. Lamb Stew (g)(n)(d)(c)(e)** 155  
with steamed 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)     | 152   |
| 2. Fettuccini Alfredo (g)(d)         | 257.5 |
| 3. Spaghetti Bolognese (g)(d)(c)(sp) | 175.5 |
| 4. Spaghetti Meatballs (g)(d)(c)(sp) | 351   |

*All served with parmesan | garlic bread*

### OR

### SANDWICHES

Select one of the following:

- |  |     |
|--|-----|
| 1. Halloumi Grilled Vegetable Sandwich (g)(e)(d)(sp) | 659 |
| 2. Club Sandwich (g)(e)(d)(m)                        | 389 |

*Served in brown bread*

### DESSERTS & FRUIT

Select one of the following:

- |  |     |
|--|-----|
| 1. Malva Pudding & Homemade Custard (g)(e)(d)  | 317 |
| 2. Strawberry Fruit Jelly & Custard (g)(e)(sp) | 120 |
| 3. Rice Pudding (d)                            | 111 |
| 4. Basbousa (g)(d)                             | 268 |
| 5. Fruit Salad (sp)                            | 90  |
| 6. Whole Fruit Apple                           | 68  |
| 7. Whole Fruit Orange                          | 116 |
| 8. Whole Fruit Banana                          | 110 |



188  
230  
128  
203  
152  
170.3  
156

## الببض الطازج

أختر واحداً مما يلي:

1. عجة سادة (v)(e)
2. عجة بالماسالا (v)(e)
3. ببض مسلوق بدون قشر (v)(e)
4. عجة بالخضار (v)(e)
5. ببض مخفوق (v)(e)
6. شكشوكة (v)(e)
7. ببض مسلوق بالقشر (v)(e)

## الأطباق الساخنة

أختر واحداً مما يلي:

1. طماطم مشوية (vg)
2. فطر سوتيه (vg)(d)
3. فلافل (vg)(g)(se)(l)
4. فول مدمس (vg)(l)(sp)
5. شاننا ماسالا (vg)
6. دال ماسالا (vg)

## مشروبات

1. مياه معدنية
2. الشاي والقهوة

## وجبة الضحى

أختر واحداً مما يلي:

1. طبق جبنة (d)(g)(sp) 425  
حلومي، جبنة شيدر قليلة الدسم وجبنة فيتا يقدم مع الخبز والعسل والمربى
2. ساندويتش كلوب (g)(e)(d)(m) 389



128  
136  
156

## الحبوب

أختر واحداً مما يلي:

1. رقائق النخالة (g)
2. موسلي (n)(g)
3. عصيدة الشوفان (d)(g)

تقدم الأصناف مع حليب بارد أو ساخن قليل الدسم

## المخبوزات الطازجة

أختر واحداً مما يلي:

1. شرائح خبز أسمر (v)(g) 111
2. خبز عربي أسمر (v)(g) 104
3. شباتي محلي الصنع من حبوب القمح الكاملة (v)(g) 104

## الفواكه الطازجة أو السلطة

أختر واحداً مما يلي:

1. تفاح (vg) 65
2. برتقال (vg) 61
3. هوز (vg) 116
4. سلطة فواكه (vg) 100
5. سلطة خضراء مشكلة (m)(vg) 70

## منتجات الألبان

أختر واحداً مما يلي:

1. حليب طازج قليل الدسم (v)(d) 39
2. زبادي سادة قليل الدسم (v)(d) 107
3. لبنة قليلة الدسم (v)(d) 125
4. جبن شيدر قليلة الدسم (v)(d) 125



## قائمة الغداء والعشاء



### 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

### الأطباق النباتية

187 2. برياني خضار (v)(g)(d)(c)

خليط من الأرز العطري | رقائق الخبز  
الهندي | مكسرات | سلطة رايتا

225 3. مزيج الكاري الأخضر النباتي (f)(sp)(c)(v)

مع أرز الياسمين

176.5 4. بانير بالاك مع أرز بيلاف (v)(d)

بانير مع صلصة السبانخ المتبل الهندية  
و يقدم مع أرز بيلاف

120 5. حساء الخضروات العربية (vg)

مع الأرز على البخار

### الأسماك

208.5 6. سمك السلمون المشوي مع البروكلي (d)(f)

سمك سلمون مشوي يقدم مع بروكلي |  
خضار | بطاطس مهروسة أو أرز بالزعفران

168 7. سمك الفرخ النيلي المشوي بالفرن على

طريقة البحر الأبيض المتوسط (d)(f)

سمك مشوي يقدم مع بروكلي | خضروات |  
بطاطا مهروسة أو أرز بالزعفران

154 8. سمك صيادية (f)(sp)(n)(se)

سمك متبل مشوي على الطريقة العربية  
يقدم مع صلصة طحينة | مكسرات | أرز |  
ليمون | أوراق الغار

### الدجاج

221.5 9. برياني دجاج (n)(d)(sp)

دجاج | خليط من الأرز العطري | رقائق الخبز  
الهندي | مكسرات | سلطة رايتا

251.5 10. دجاج بالزبدة (d)(n)

دجاج متبل قليلاً بصلصة الكاري بالكريمة |  
أرز بوللو

178 11. صدر دجاج مشوي متبل (m)(d)

صدر دجاج مشوي | بطاطس بالبقدونس |  
خضار

168 12. دجاج حلو وحامض (g)(e)(se)

مع أرز على البخار



### الحساء

اختر واحداً مما يلي:

45 1. شوربة الذرة مع قطع الدجاج (g)(d)(c)

112 2. شوربة العدس العربية (vg)(c)(so)

عدس أحمر مجروش | ليمون

274 3. شوربة ماينسترون (g)(d)(c)

فاصوليا | خضروات

274 4. شوربة الدجاج والفطر على الطريقة

التوسكانية (g)(d)(sp)

الكريمة | البقدونس

### سلطة

اختر واحداً مما يلي:

31 1. سلطة الشمندر المحلاة (sp)

مع البرتقال | البقدونس | صلصة البرتقال

34 2. سلطة البحر المتوسط اليونانية

(v)(sp)(d)

مع جبن الفيتا

131 3. الكينوا والأفوكادو والبطاطا الحلوة

(vg)(g)(sp)

مع صلصة البرتقال

110 4. طبق مزة (v)(g)(se)(sp)

حمص | بابا غنوج | تبولة | فتوش

73 5. سلطة فتوش (g)(sp)

بالبصل | خبز محمص مقرمش | زيت زيتون  
| ليمون





### الوجبات الخفيفة

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

الباستا	اختر واحداً مما يلي:
152	1. بيني أرابياتا (g)(d)(c)(sp)
257.5	2. فيتوتشيني ألفريدو (g)(d)
175.5	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:	
659	1. ساندوتش حلومي بالخضار المشوي (g)(e)(d)(sp)
389	2. كلوب ساندويتش (g)(e)(d)(m)

يقدم في خبز أسمر

### حلويات طازجة

اختر واحداً مما يلي:	
317	1. مالفا بودنج وكاسترد محلي الصنع (g)(e)(d)
120	2. كاستر وجيلي بالفراولة (g)(e)(sp)
111	3. أرز بحليب (d)
268	4. بسبوسة (g)(d)
90	5. سلطة فواكه (sp)
68	6. ثمرة تفاح كاملة
116	7. ثمرة برتقال كاملة
110	8. ثمرة موز كاملة



### اللحم البقري

209.5	13. لحم ستروجانوف (d)(sp) شرائح لحم بقري في مرقة الكريمة وصلصة الفطر تقدم مع بطاطس مهروسة أو أرز بالزعفران
197.5	14. لازانيا بلحم بقري (g)(d)(c)(sp) مع خبز الثوم
235	15. داوود باشا (g)(d)(sp) مع أرز بالشعيرية
212	اللحوم 16. أوزي لحم خروف (g)(n)(d)(c)(e) مع أرز بالزعفران و لبن بالنعناع
219	17. مجبوس لحم (g)(n)(d) لحم خروف مطهو ببطء   مكسرات   أرز   ليمون   كزبرة
155	18. حساء لحم الخروف مع الأرز المطهو على البخار

