



قائمة طلبات الطعام للمريض
PATIENT À LA CARTE MENU



نظام غذائي خاصة بمرض السكري
DIABETIC 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)
<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:

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

SALAD BAR

Select one of the following:

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



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

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

FISH

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

CHICKEN

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



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. Diabetic Custard (g)(e)(sp) | 68 |
| 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

البيض الطازج

اختر واحداً مما يلي:

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

الأطباق الساخنة

اختر واحداً مما يلي:

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

مشروبات

1. مياه معدنية
2. الشاي والقهوة

وجبة الضحى

اختر واحداً مما يلي:

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



128
136
156

الحبوب

اختر 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

اختر واحداً مما يلي:

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

الفواكه الطازجة أو السلطة

اختر واحداً مما يلي:

1. تفاح (vg)
2. برتقال (vg)
3. هوز (vg)
4. سلطة فواكه (vg)
5. سلطة خضراء مشكلة (m)(vg)

منتجات الألبان

اختر واحداً مما يلي:

1. حليب طازج قليل الدسم (d)(v)
2. زبادي سادة قليل الدسم (d)(v)
3. لبننة قليلة الدسم (d)(v)
4. جبن شيدر قليلة الدسم (d)(v)



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)
68	2. كاسترد لمرضى السكري (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



209.5

اللحم البقري

13. لحم ستروجانوف (d)(sp)
- شرائح لحم بقري في مرقة الكريمة وصلصة الفطر تقدم مع بطاطس مهروسة أو أرز بالزعفران
14. لازانيا بلحم بقري (g)(d)(c)(sp)
- مع خبز الثوم
15. داوود باشا (g)(d)(sp)
- مع أرز بالشعيرية

اللحوم

16. أوزي لحم خروف (g)(n)(d)(c)(e)
- مع أرز بالزعفران و لبن بالنعناع
17. مجبوس لحم (g)(n)(d)
- لحم خروف مطهو ببطء | مكسرات | أرز | ليمون | كزبرة
18. حساء لحم الخروف
- مع الأرز المطهو على البخار

