

قائمة الطعام الأسبوعية لمرضى غسيل الكلى DIALYSIS ROTATION MENU

اليوم الأول DAY 1

ساندوتش جبن كريمي | سلطة فواكه أو سلطة خضراء | لبنة (بدون زيتون) مع 30 جرام من الخبز العربي الأبيض | عصير فواكه أو مياه معدنية | قهوة أو شاي
Cream Cheese Sandwich | Fruit Salad or Green Salad | Labneh (no olives) with 30g White Arabic Bread | Fruit Juice or Mineral Water | Coffee or Tea

اليوم الثاني DAY 2

راب دجاج تكا | سلطة فواكه أو سلطة خضراء | متبل شمندر (بدون مكسرات) مع 30 جرام من الخبز العربي الأبيض | عصير فواكه أو مياه معدنية | قهوة أو شاي
Chicken tikka wrap | Fruit Salad or Green Salad | Beetroot Moutable (no nuts) with 30g White Arabic Bread | Fruit Juice or Mineral Water | Coffee or Tea

اليوم الثالث DAY 3

ساندوتش شاورما دجاج | سلطة فواكه أو سلطة خضراء | متبل باذنجان مع 30 جرام من الخبز العربي الأبيض | عصير فواكه أو مياه معدنية | قهوة أو شاي
Chicken Shawarma Sandwich | Fruit Salad or Green Salad | Eggplant Moutabel with 30g White Arabic Bread | Fruit Juice or Mineral Water | Coffee or Tea

اليوم الرابع DAY 4

راب حلومي مشوي وخضراوات (خس وخيار) | متبل جزر مع 30 جرام من الخبز العربي الأبيض | سلطة فواكه أو سلطة كول سلو (بدون فواكه مجففة) | عصير فواكه أو مياه معدنية / قهوة أو شاي
Grilled Halloumi & Vegetables Wrap (lettucem cucumber) | Carrot Moutabel with 30g White Arabic Bread | Fruit Salad or Coleslaw (no dried fruits) | Fruit Juice or Mineral Water | Coffee or Tea

اليوم الخامس DAY 5

كلوب ساندوتش دجاج بالمايونيز | بابا غنوج مع 30 جرام من الخبز العربي الأبيض | سلطة فواكه أو سلطة والدورف (بدون مكسرات أو فواكه مجففة) | عصير فواكه أو مياه معدنية | قهوة أو شاي
Chicken Mayo Club | Babaganoush with 30g White Arabic Bread | Fruit Salad or Waldorf Salad (no nuts or dried fruits) | Fruit Juice or Mineral Water | Coffee or Tea

اليوم السادس DAY 6

3 قطع كرواسون | زبدة ومرس خاصة بمرضى السكري | سلطة فواكه أو سلطة خضراء | عصير فواكه أو مياه معدنية | قهوة أو شاي
3 Croissants | Butter and DM jam | Fruit Salad or Green Salad | Fruit Juice or Mineral Water | Coffee or Tea

**NOTES: NO NUTS, NO OLIVES, NO DRY FRUITS,
NO TOMATOES**

