

منيو الاسبوع اللذيذ. عليكم بالعافية

الاحد:

الريوق: كالزوني موسمي

الغدا: كاري مع العيش الاسمر

سلطة: حمراء

العشا: بادية الطعمية

سناك: كيكة الكريمة الموسمية

الاثنين:

الريوق: بودينق موسمي

الغدا: راتاتوي

سلطة: خضراء

العشا: بيرغر

سناك: ميوة

الثلاثاء:

الريوق: بانكيك موسمي

الغدا: محشي

سلطة: كشك

العشا: بادية التشنغ فن

سناك: كيكة موسمية

JUNAS جونار

الاربعاء:

الريوق: بيتزا موسمية

الغدا: مجدرة

سلطة: موسمية

العشا: بادية باباغنوج

سناك: قرص عقيلي

الخميس:

الريوق: بادية الحمص

الغدا: باستا موسمية

سلطة: موسمية

العشا: بادية كرات الخضار

سناك: كوب الشيا

الجمعة:

الريوق: راب موسمي

الغدا: بيرباني

سلطة: الطماط

العشا: بادية موسمية

سناك: بودينق التمر



This week's Delicious menu! Hope you enjoy every bite

Sunday:

Breakfast: seasonal calzone

Lunch: curry & rice

Salad: red

Dinner: taamiya bowl

Snack: seasonal cream cake

Monday:

Breakfast: seasonal pudding

Lunch: ratatouille

Salad: green

Dinner: burger

Snack: fruit

Tuesday:

Breakfast: seasonal pancake

Lunch: stuffed vegetable

Salad: kishk

Dinner: cheung fun bowl

Snack: seasonal cake



Wednesday:

Breakfast: seasonal pizza

Lunch: Mojadara

Salad: seasonal

Dinner: baba ghanooj bowl

Snack: gers agaili

Thursday:

Breakfast: hummus bowl

Lunch: seasonal pasta

Salad: seasonal

Dinner: vegetable balls bowl

Snack: chia cup

Friday:

Breakfast: seasonal wrap

Lunch: biryani

Salad: tomato

Dinner: seasonal bowl

Snack: date pudding