

JUNOS جونار

منيو الاسبوع اللذيذ. عليكم بالعافية

الاحد:

الريوق: كالزوني موسمي

الغدا: العيش والفاصوليا المكسيكية

سلطة: موسمي

العشا: بادية المشاوي

سناك: كيكة ميني

الاثنين:

الريوق: بودينق موسمي

الغدا: تاكوز

سلطة: اسبوية

العشا: بادية رول الخضار

سناك: كوب الكرمبل

الثلاثاء:

الريوق: بانكيك موسمي

الغدا: شوربة القيوزا

سلطة: الطحينة

العشا: بادية الكينوا

سناك: شيا بودينق

JUNOS جونار

الاربعاء:

الريوق: بيتزا موسمية

الغدا: كشري

سلطة: خضراء

العشا: بادية موسمية

سناك: شوت التوت مع الروب

الخميس:

الريوق: باي البطاط

الغدا: باستا مع باشميل

سلطة: يونانية

العشا: بادية الفاصوليا

سناك: كوب البراونيز

الجمعة:

الريوق: راب موسمي

الغدا: محشي

سلطة: اسيوية

العشا: بادية الكباب

سناك: ترفل الككاو



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

Sunday:

Breakfast: seasonal calzone

Lunch: Mexican rice & beans

Salad: seasonal

Dinner: grills bowl

Snack: mini cake

Monday:

Breakfast: seasonal pudding

Lunch: tacos

Salad: Asian

Dinner: vegetable rolls bowl

Snack: crumble cup

Tuesday:

Breakfast: seasonal pancake

Lunch: gyoza soup

Salad: tahini

Dinner: quinoa bowl

Snack: chia pudding



Wednesday:

Breakfast: seasonal pizza

Lunch: koshari

Salad: green

Dinner: seasonal bowl

Snack: yogurt & berry shot

Thursday:

Breakfast: potato pie

Lunch: pasta with béchamel

Salad: greek

Dinner: bean bowl

Snack: brownie cup

Friday:

Breakfast: seasonal wrap

Lunch: stuffed vegetable

Salad: Asian

Dinner: kebab bowl

Snack: cacao truffle