

الإدامات

## AL'IIDAMAT

### الإدامات

10-08 جريش

329cal



# 08 ملوخية

203cal



# 08 مسقعة

345cal



# 08 مشكل خضار

419cal



10-08

قرصان

182cal



# 08 بامية

119cal



# 08 معكرونة

411cal



# 08 مشكل فرن

520cal



## سلطات (مقبلات)

## AL'IIDAMAT

08

دجاج -

فول

105 cal



03

سلطة حار

105 cal



07

سلطة تورمه

105 cal



10-15

مشكل مقبلات

105 cal



08

سلطة دخنرة

105 cal



05

بن بالديار

105 cal



## مسببات الحساسية

يحتاج البالغون الى ... سعرة حرارية في المتوسط يومياً وقد تختلف الاحتياجات الفردية من السعرات الحرارية من شخص الى شخص



قائمة  
الطعام

MEN

# مطعم و طبخ مكبوسة

ما يأكله الزينه ادع مع مكبوسة



مطعم  
ومطابخ  
مكبوسة

الرياض - حي احد - شارع البشائر

للتواصل

0 5 5 7 0 0 6 1 9 5  
0 5 5 7 0 0 6 1 8 3

TO YOU HUNGER STATION keeta jahez ميسوك MRSOOL  
نوصلك عبر تطبيقات التوصيل

كتافه

08

105 cal



4

5

6

105 cal

نخدمك في فروعنا  
امسح الباركود

SCAN ME



chicken

#25 1994 cal



الدجاج  
نصف  
دجاج مقلوبة

#21 1200 cal

#22 1529 cal

نصف  
دجاج شواية



نصف  
دجاج مندي

#21 1200 cal

#22 1529 cal



#21 1200 cal

#22 1529 cal

نصف  
دجاج مظبي



نصف  
دجاج مضغوط

#21 1410 cal



اللحوم طبخ الذباائح والولائم  
حسب الطلب MEAT



حسب الجرجر المسبق



تيس كامل مندي او حري  
نص تيس مندي او حري

#60 1200 cal

#60 1529 cal

نفر  
لحم حاشي مكموط



أرز مكبوسة  
#08 105 cal

أرز بشاور  
#08 825 cal

أرز شعبي  
#07 870 cal

أرز مندي  
#08 105 cal