

# قائمة لايف لي المميزة

الإسم:

الفرع: الوصل أبو ظبي مردف

SEND BEFORE  
TUESDAY  
FEB 12 2019

الأسبوع 700



	SATURDAY	FRIDAY	THURSDAY	WEDNESDAY	TUESDAY	MONDAY	SUNDAY	
	23 فبراير	22 فبراير	21 فبراير	20 فبراير	19 فبراير	18 فبراير	17 فبراير	
<b>الفطور</b>								
ان كنت تستلم الاكل في فترة قبل الظهر، احفظ الفطور لليوم التالي و ابدء البغداء مع لايف لي								
حليب أو لبن (قليل الدسم) يومياً								
	عسل و توست	رقائق Special K	بان كايك مع مربى	عسل و جبنة و خبز رول	ميني ويتاكس	توست مقرمش بالفاكهة مع مربى	زبدة الفستق و توست	
	خبز شوفان	خبز عربي	خبز رول	خبز عربي	كروسان زعتر	سندويش جبنة حلوم	لبننة و زيتون و خبز عربي	
	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	
<b>فاكهة طازجة مع حليب أو لبنى (قليل الدسم) يومياً (وفقاً للسعرات)</b>								
<b>الغداء</b>								
المقبلات	سلطة الموسم مع بلمسيك	سلطة مشكلة مع باستا	سلطة الحديقة	سلطة ملفوف و خبار و بندورة	سلطة خضراء مع فيتا و رمان	سلطة مشكلة مع صلصة لبن	سلطة ملفوف ملون و جزر	1
	بابا غنوج	سلطة لبن	متبل بأنجان	خضار بالكاري	متبل شمندر	خبز محمرة	خبز محمرة	2
	سلطة روكا و خس و ذرة	سلطة عدس و فليفلة و برمان	أزبيب محمر مع صلصة طحينة	سلطة سيزر	بطاطا بالكزبرة و الثوم	سباتخ محمرة مع حمض	عدس مطبوخ مع جزر	3
الطبق الرئيسي للغداء	كفتة بطحينة مع بطاطا	مقلوبة بأنجان مع لحمة	يخنة بامية باللحم مع أرز	كبسة سمك	صحن شاورما دجاج مع خبز عربي	دجاج حلبي بالبصل و البهارات مع برغل	كاري لحم روغان جوش مع أرز	1
	دجاج و بروكولي ستير فراي مع كاجو و أرز	فيليه سمك باللوز مع تشبيس بطاطا	باستا دجاج و بروكولي بصلصة بستو	بيتزا دجاج بصلصة الباربيكو	كرات لحم مكسيكية مع أرز	فيليه سمك بالحامض مع دجاج بصلصة الفردل و الطرخون مع بطاطا	كراكات مع الشوكولا زبدة الفستق مع توست مربى مع توست عسل مع توست بان كايك مع مربى باكييت شوفان رقائق بران فيكس	2
	يخنة سباتخ مع أرز	كاري خضار بالتمر هندي مع أرز	إتشيلادز فاصوليا مشكلة مع سلسا	خضار بالبرمان بالفرن مع خبز رول	مخلوطة جبوج مع كبيس و خبز عربي	طاجن خضار مع حمص مع كوسكوس	ميوسلي، فاكهة مجففة ومكسرات	3 - نباتي
	شاباتا تونا مع خضار	باغيث دجاج مع فليفلة محمرة و بستو	شاباتا حبش و جبنة متوسطي	سلطة ستيك لحم تايلاندية مع خبز رول	برغر لحم مع بصل محمر بخبز كرافت كورن	شاباتا خضار يوناني مع صلصة لبن		سندويش أو سلطة - 4
	فيليه سمك مع بصل و فطر مع فليفلة محشية	باستا دجاج مكسيكية حارة	فيليه سمك ربيعي بالحامض مع بطاطا	كبة سماقية (مع قطع لحم) و أرز	زوبيان بالصلصة الحارة مع أرز	فيليه سمك أسويي مع أرز		المميز - 5
سناك 2	حلويات شرقية	بتي فور باللوز	مهلبية	دوائر شوكولا بالفاكهة و المكسرات	معمول فستق	كرات تمر بالفستق	معمول تين	
	حلويات عربية	كايك بسكوت و شوكولا	كوكيز زبدة الفستق	كايك لافندر	تشيز كايك لايف لي	مافين شوكولا	كايك زبيب	
	فستق سوداني محمص	حمص بالشمندر مع خضار مقطعة	لبننة بالنعنع مع خضار مقطعة	زبدة الفستق و موز	لوز محمص	شوكولا داكن	لوح سناك غني بالبروتين	Low GI
<b>العشاء</b>								
الطبق الرئيسي للعشاء	سلطة عدس بالكومون مع صلصة لبن	سلطة ستيك لحم أسويي مع فطر و كاجو و خبز بروتين	سلطة تونا متوسطية مع بطاطا و جبنة	سلطة لحم باردة مع خبز بروتين	سلطة دجاج كاجن مع شمندر	سلطة ستيك لحم باكليل الجبل مع خبز بروتين	سلطة فاصوليا مشكلة مع شمندر و كاجو و فيتا	1
	اختبار شوربة أو سلطة مع الاختبارات 2-3-4-5	شوربة فاصوليا إيطالية	شوربة بازيلا و لبن	شوربة جزر و أزبيب	شوربة بندورة بالكريما	شوربة بندورة مع فليفلة	شوربة خضار بالشوفان	
	نباتي - 2	باستا متوسطية مع أرضي شوكي و زيتون	أرز أسمر صيني بالخضار	منقوشة زعتر و جبنة	خضار راتاتوي محمرة مع بطاطا	فطائر سباتخ	مردرة - أرز مع عدس	
	3	دجاج محمر مع مكعبات بطاطا	سندويش برغر دجاج	أصابع كفتة مع مكعبات بطاطا	لحم بعجين	فيليه سمك بالليمون و الكبار مع خبز	كفتة مغربية محمرة مع خضار و خبز	
	المميز - 4	إسكالوب دوائر لحم مع خضار و خبز	بيتزا مكسيكية نباتية بخبز شاباتا	دجاج مع صلصة إيطالية مع توست	سندويش دجاج وموزاريل	سندويش ستيك لحم مع خردل	عجة بيض بالخضار مع خبز رول	
	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	من اللائحة	المميز - 5

**قائمة الفطور المميزة**

يرجى إدخال الرمز في قائمة الطعام

الرمز #

(B 001) لبننة و زيتون و خبز شوفان

(B 002) سندويش جبنة فيتا

(B 003) سندويش جبنة حلوم

(B 004) سندويش جبنة شيدر

(B 005) مكعبات جبنة مع خبز بروتين

(B 006) جبنة فيلادلفيا و خبز توست

(B 007) قول مدمس مع خبز عربي

(B 008) منافيش جبنة

(B 009) منافيش زعتر

(B 010) منافيش لبننة

(B 011) عجة بيض بالخضار و خبز توست

(B 012) عجة بيض مسالا مع خبز تشباتي

(B 013) بيض مسلوقي مع خبز بروتين

(B 016) كراكات مع الشوكولا

(B 017) زبدة الفستق مع توست

(B 018) مربى مع توست

(B 019) عسل مع توست

(B 020) بان كايك مع مربى

(B 022) باكييت شوفان

(B 023) رقائق بران فيكس

(B 024) رقائق @Fitness

(B 025) ميوسلي، فاكهة مجففة ومكسرات

**قائمة العشاء المميزة**

يرجى إدخال الرمز في قائمة الطعام

الرمز #

(D 001) سندويش دجاج رائش

(D 002) سندويش ستيك لحم مع بصل

(D 003) لفافة كفتة كباب البهارات مع رابنا

(D 004) سندويش تونا

(D 006) سندويش شرحات حبش و جبنة

(D 007) سندويش جبنة شيدر مع خضار مشوية

(D 008) سندويش جبنة حلوم

(D 010) منافيش منوعة (زعتر، جبنة)

يرجى ارسال القائمة الى لايف لي يوم الثلاثاء 12 فبراير كحد أقصى و ذلك للتأكد من حصولكم على اختياركم من أطباق. في حال تأخركم في ارسال قائمتكم، سوف تقوم أخصائية التغذية باختيار أطباقكم.

الأسبوع 7 من سنة 2019

For online menu selection: visit [www.lively.ae](http://www.lively.ae) Phone: +971-4-3481008; Mobile: +971-55-3481008; Fax: +971-4-3481006; E-mail: [info@lively.ae](mailto:info@lively.ae)

NEW طيق جديد طيق حار

BON APPETIT !