

SATURDAY

السبت

BREAKFAST

Boiled Egg & Red Beans

فاصوليا حمراء & بيض

Arabic Bread & Toast

مسلوق

Feta Cheese & Cream

توست & خبز عربي

Cheese

جبنة كريمية & جبنة فيتا

Jam & Honey

عسل & مربى

Sliced Cucumber &

شرائح الخيار و الطماطم

Tomatoes

عصير مانجا & عصير

Apple & Mango Juice

تفاح

Water

ماء

LUNCH

Oat Soup & Vegetable

صالونة خضار & شوربة

Salona

شوفان

Lamb Kabsa & Grilled

دجاج مشوي & كبسة

Chicken

لحم

Kabsa Rice & White

أرز أبيض & أرز كبسة

Rice

تبولة & سلطة خضراء

Green salad & Tabula

زبادي & لبن

Laban & Yogurt

أم علي & سلطة فواكة

Fruit Salad & Um Ali

ماء

Water

شاي & قهوة

Coffee & Tea

DINNER

Lentil Soup & Sautee

خضار مسلوقة & شوربة

Vegetables

عدس

Beef Shawarma &

دجاج مشوي & شورما

Grilled Chicken

لحم

Mashed Potato & Arabic

خبز عربي & بطاطس

Bread

مهروسة

Green Salad & Hummus

حمص & سلطة خضراء

Blueberry & Orange

عصير برتقال & عصير

Juices

توت

Coffee & Tea

شاي & قهوة

Water

ماء

SUNDAY

الأحد

BREAKFAST

Scrambled Eggs &

Lentil

Arabic Bread & Toast

Feta cheese & Labanah

Jam & Honey

Sliced Cucumber &

Tomatoes

Apple & Mango Juice

Water

Coffee & Tea

عدس & بيض مخفوق

توست & خبز عربي

لبنة & جبنة فيتا

عسل & مربى

شرائح الخيار و الطماطم

عصير مانجا & عصير

تفاح

ماء

شاي & قهوة

LUNCH

Mashed Potato & White

Rice

Green Salad & Coleslaw

Laban & Yogurt

Fruit Salad & Um Ali

Water

Coffee & Tea

أرز أبيض & بطاطس

مهروس

سلطة الكرنب & سلطة

خضراء

زبادي & لبن

أم علي & سلطة فواكة

ماء

شاي & قهوة

DINNER

Chicken Soup & Sautee

Vegetables

Chicken Cubes & Ground

Beef

White Rice & Pasta

Green Salad & Cucumber

Yogurt Salad

Grape & Orange Juices

Coffee & Tea

Water

خضار مسلوقة & شوربة

دجاج

لحم مفروم & شيش

طاووق

باستا & أرز أبيض

سلطة الخيار بالزبادي &

سلطة خضراء

عصير عنب & عصير

برتقال

شاي & قهوة

ماء

MONDAY

الاثنين

BREAKFAST

Boiled Egg & Liver

كبدة & بيض مسلوق

Arabic Bread & Toast

توست & خبز عربي

Sliced Cheese & Cream

جبنة كريمة & شريحة

Cheese

جبين

Jam & Honey

عسل & مربى

Sliced Cucumber &

شرائح الخيار و الطماطم

Tomatoes

عصير فواكة & عصير

Grape & Fruit Juices

عنب

Water

ماء

Coffee & Tea

شاي & قهوة

LUNCH

Vermicelli Rice &

أرز أبيض & أرز

White Rice

بالشعيرية

Green Salad & Fatoosh

سلطة فتوش & سلطة

Salad

خضراء

Laban & Yogurt

زبادي & لبن

Fruit Salad & Basbousa

بسبوسة & سلطة فواكة

Water

ماء

Coffee & Tea

شاي & قهوة

DINNER

Vegetable Soup &

خضار مسلوقة & شوربة

Sautee Vegetables

خضار

Chicken Shawarma &

سمك مشوي & شورما

Grilled Fish

دجاج

Grilled Potato &

خبز عربي & بطاطا

Arabic Bread

مشوي

Green Salad & Hummus

حمص & سلطة خضراء

Apple & Orange Juices

عصير برتقال & عصير

Coffee & Tea

تفاح

Water

شاي & قهوة

ماء

TUESDAY

الثلاثاء

BREAKFAST

Vegetable Omelets &
Red Beans
Arabic Bread & Toast
Feta Cheese & Labanah
Jam & Honey
Sliced Cucumber &
Tomatoes
Pineapple & Kiwi
Juices
Water
Coffee & Tea

فاصوليا حمراء & بيض
عجة بالخضار
توست & خبز عربي
لبنة & جبنة فيتا
عسل & مربى
شرائح الخيار و الطماطم
عصير كيوي & عصير
أناناس
ماء
شاي & قهوة

LUNCH

White Rice
Green Salad & Tabula
Laban & Yogurt
Fruit Salad &
Muhalabiah
Water
Coffee & Tea

أرز أبيض
تبولة & سلطة خضراء
زبادي & لبن
مهلبية & سلطة فواكة
ماء
شاي & قهوة

DINNER

Oat Soup & Sautee
Vegetables
Meatballs & Chicken
Cubes
Pasta & White Rice
Green Salad & Slice
Boiled Beets Salad
Mango & Orange Juices
Coffee & Tea
Water

خضار مسلوقة & شوربة
شوفان
شيش طاووق & كفتة
لحم
باستا & أرز أبيض
شرائح سلطة البنجر
المسلوق & سلطة
خضراء
عصير برتقال & عصير
مانجا
شاي & قهوة
ماء

WEDNESDAY

الأربعاء

BREAKFAST

Scrambled Eggs & Foul

Medames

Arabic Bread & Toast

Feta Cheese & Cream

Cheese

Jam & Honey

Sliced Cucumber &

Tomatoes

Pineapple & Kiwi

Juices

Water

Coffee & Tea

فول مدمس & بيض

مخفوق

توست & خبز عربي

جبنة كريمية & جبنة فيتا

عسل & مربى

شرائح الخيار و الطماطم

عصير كيوي & عصير

أناناس

ماء

شاي & قهوة

LUNCH

White Rice

Green Salad & Tabula

Laban & Yogurt

Fruit Salad &

Muhalabiah

Water

Coffee & Tea

أرز أبيض

تبولة & سلطة خضراء

زبادي & لبن

مهلبيه & سلطة فواكة

ماء

شاي & قهوة

DINNER

Oat Soup & Sautee

Vegetables

Meatballs & Chicken

Cubes

Pasta & White Rice

Green Salad & Slice

Boiled Beets Salad

Apple & Mango Juices

Coffee & Tea

Water

خضار مسلوقة & شوربة

شوفان

شيش طاووق & كفتة لحم

باستا & أرز أبيض

شرائح سلطة البنجر

المسلوق & سلطة خضراء

عصير مانجا & عصير

تفاح

شاي & قهوة

ماء

THURSDAY

الخميس

BREAKFAST

Scrambled Eggs & Foul

Medames

Arabic Bread & Toast

Feta Cheese & Cream

Cheese

Jam & Honey

Sliced Cucumber &

Tomatoes

Pineapple & Kiwi

Juices

Water

Coffee & Tea

فول مدمس & بيض

مخفوق

توست & خبز عربي

جبنة كريمية & جبنة فيتا

عسل & مربى

شرائح الخيار و الطماطم

عصير كيوي & عصير

أناناس

ماء

شاي & قهوة

LUNCH

White Rice

Green Salad & Tabula

Laban & Yogurt

Fruit Salad &

Muhalabiah

Water

Coffee & Tea

أرز أبيض

تبولة & سلطة خضراء

زبادي & لبن

مهلبيه & سلطة فواكة

ماء

شاي & قهوة

DINNER

Oat Soup & Sautee

Vegetables

Meatballs & Chicken

Cubes

Pasta & White Rice

Green Salad & Slice

Boiled Beets Salad

Apple & Mango Juices

Coffee & Tea

Water

خضار مسلوقة & شوربة

شوفان

شيش طاووق & كفتة لحم

باستا & أرز أبيض

شرائح سلطة البنجر

المسلوق & سلطة خضراء

عصير مانجا & عصير

تفاح

شاي & قهوة

ماء

FRIDAY الجمعة

BREAKFAST

Vegetable Omelet &

كبدة & بيض عجة

Grilled Liver

توست & خبز عربي

Arabic Bread & Toast

جبين كريمة & شريحة جبين

Sliced Cheese & Cream

عسل & مربى

Cheese

شرائح الخيار و الطماطم

Jam & Honey

عصير عنب & عصير

Sliced Cucumber &

برتقال

Tomatoes

ماء

Orange Fruit & Grape

شاي & قهوة

Juices

Water

Coffee & Tea

LUNCH

Mashed Potato & White

أرز أبيض & بطاطا

Rice

مهروس

Green Salad & Coleslaw

سلطة الكرنب & سلطة

Salad

خضراء

Laban & Yogurt

زبادي & لبن

Fruit Salad &

مهلبيه & سلطة فواكة

Muhalabiah

ماء

Water

شاي & قهوة

Coffee & Tea

DINNER

Vegetable Soup &

خضار مسلوقة & شوربة

Sautee Vegetables

خضار

Beef Kabab & Grilled

سمك مشوي & لحم كباب

Fish

بطاطا مشوية & خبز

Arabic Bread & Grilled

عربي

Potato

متبل & سلطة خضراء

Green Salad & Mutabal

عصير تفاح & عصير

Apple & Fruit Juices

فواكة

Coffee & Tea

شاي & قهوة

Water

ماء