

PÃO

SANDWICHES

Spicy Tuna 29 SAR

(G,E,F,SE) 480cal

Italian Chicken 31 SAR

(G,SE) 500cal

Grilled Haloumi 29 SAR

(G,M,N,SE) 440cal

Turkey 33 SAR

(G,SE) 430cal

Tuna Avo 29 SAR

(G,E,F,SS) 500cal

Truffle Mushroom 29 SAR

(G,SS) 460cal

SALADS

Chicken Caesar 42 SAR

romaine lettuce, shredded chicken, parmesan cheese, toasted peanut, croutons, & caesar dressing (G,E,D.M,N,P) 410cal

Fatteh 36 SAR

lettuce, aubergine, cauliflower, pomegranate, walnut & thyme chips (G,N,SE) 320cal

Beetroot 40 SAR

strawberry, beetroot, greens, herbed feta cheese caramelized pecan (M,N) 240cal

Kale It 42 SAR

kale, white quinoa, dried cranberries, toasted almond (M,N) 380cal

Crispy It 40 SAR

Sweet potato, arugula, red cabbage, carrots, parsley and Makdous Dressing.450cal

Thai Me 40 SAR

White cabbage, Red cabbage, Lettuce, Coriander, carrots, broccoli, rice noodles and toasted Peanuts and peanut butter dressing.(N,P) 375cal

شطائر

سبايسي تونا ٢٩ رس

(G,E,F,SE) ٤٨٠cal

دجاج إيطالي ٣١ رس

(G,SE) ٥٠٠cal

الحلوم المشوي ٢٩ رس

(G,M,N,SE) ٤٤٠cal

تركي ٣٣ رس

(G,SE) ٤٣٠cal

تونا افو ٢٩ رس

(G,E,F,SS) ٥٠٠cal

ترفل ماشروم ٢٩ رس

(G,SS) ٤٦٠ cal

السلطات

سلطة سيزر الدجاج ٤٢ رس

خس روماني, دجاج, جبنة بارميزان, فول سوداني محمص, خبز محمص, صلصة السيزر (G,E,D.M,N,P) ٤١٠ cal

سلطة الفتة ٣٦ رس

خس, قرنبيط, بادنجان, رمان, رقائق الزعتر, جوز و تشيس الزعتر

(G,N,SE) ٣٢٠cal

سلطة الشمندر ٤٠ رس

فراولة, شمندر, سلطة خضراء.جبنة الفيتا بالاعشاب, بيكان مكرمل (M,N) ٢٤٠ cal

سلطة كيل ات ٤٢ رس

كايل, الكينوا البيضاء, التوت البري المجفف, لوز محمص

(M,N) ٣٨٠ cal

كرسبي ات ٤٠ رس

بطاطا حلوة , جرجير , ملفوف احمر , جزر , يقدونس , صوص مكدوس. ٤٥٠ cal

التايلندي انا ٤٠ رس

ملفوف ابيض , ملفوف احمر , خس , كزبرة , جزر

, بروكلي , نودلز الارز , وصلصط الفول السوداني المحمص , وزبدة الفول السوداني. (N,P) ٣٧٥ cal

CLASSICS

Classic Acai 38 SAR

acai, banana, apple juice, blueberry, strawberry, kiwi, raspberry, coconut (G,N) 265cal

Classic Yogurt Granola 28 SAR

greek yogurt, honey, granola, strawberry, raspberrry, blueberry, chia seeds & mint (G,N) 463cal

CHOICE OF ACAI OR YOGURT

Dark Forest 40 SAR

chocolate shavings, mixed nuts, almond butter (N,SE) 380cal

Protein & More 38 SAR

coconut flakes, peanut butter, chia seeds, granola (G,N) 400cal

(BYO) Build your Own 30 SAR

banana, mango, strawberry, raspberrry, blueberry, granola, coconut flakes, peanut butter, chia seeds, almond flakes, pomegranate, honey (your choice of toppings – 4 SAR EACH) 190cal

OPEN BREAD

Raspberrry on Toast 38 SAR

toast bread, cream cheese mix, raspberrry, raspberrry jam, honey, chia seeds, icing sugar and mint (G,N) 480cal

Mushroom on Toast 38 SAR

toast bread, whipped feta, basil pesto, sauteed mushroom, arugula, poached egg, parmesan cheese, chili flakes, mixed green, strawberry, beetroot & balsamic dressing (G)732cal

Peanut Butter on Toast 36 SAR

toast bread, peanut butter, caramelized banana, blueberry, honey, almond flakes, icing sugar & mint (G,N)640cal

Apple Cinnamon on Toast 36 SAR

toast bread, cream cheese, apple cinnamon, almond flakes, coconut flakes, icing sugar & mint (G,N) 533cal

كلاسيك

كلاسيك آكاي ٣٨ رس

أكاي, موز, عصير تفاح, توت, فراولة, كيوي, توت العليق, جوز الهند (G,N) ٢٦٥ cal

قرانولا و يوقرت كلاسيك ٢٨ رس

ربادي يوناني, عسل, غرانولا, فراولة, توت, توت العليق, بذورالشيا والنعناع (G,N) ٤٦٣cal

آساي او يوقرت

دارك فورست ٤٠ رس

رقائق الشوكولاتة, مكسرات مشكلة, زبدة اللوز (N,SE) ٣٨٠cal

بروتين أند مور ٣٨ رس

رقائق جوز الهند, زبدة الفول السوداني, بذور الشيا, جرانولا (G,N,P) ٤٠٠cal

اصنع الآساي او اليوقرت الخاص بك ٣٠ رس

موز, مانجو, توت أحمر, توت بري, فراولة, كيوي, رمان, جرانولا, رقائق اللوز, رقائق جوز الهند, مكسرات, بذور الشيا, زبدة الفول السوداني, عسل اختيارك من الإضافات (٤ ريال لكل منها) ١٩٠cal

الخبز المفتوح

توست التوت الاحمر ٣٨ رس

خبز التوست, مزيج الجبن الكريمي, التوت, مربى التوت, العسل, بذور الشيا, سكر البودرة والنعناع (G,N) ٤٨٠cal

فطر توست ٣٨ رس

خبز التوست, جبنة فيتا مخفوقة, بيستو , فطر سوتيه, جرجير, بيض مسلوق, جبنة بارميزان, رقائق الفلفل الحار, خضروات مشكلة, فراولة, شمندر وصلصة البلسمك (G)٧٣٢cal

زبده فول السوداني توست ٣٦ رس

خبز التوست, زبدة الفول السوداني, الموز بالكراميل, التوت الأرزق, العسل, رقائق اللوز, السكر البودرة والنعناع (G,N) ٦٤٠cal

توست التفاح بالسينامون ٣٦ رس

خبز التوست, جبنة كريمية, سينامون التفاح, رقائق اللوز رقائق جوز الهند, السكر البودرة والنعناع (G,N) ٥١٣٣cal

,الجوز/ Tn–Treenut, فول الصويا/ S–Soya, مكسرات/ N–Nuts, خردل/ M–Mustard, الرخويات/ MI–Molluscs, البان/ D–Dairy, ترمس/ L–Lupin, غلوتن/ G–Gluten, سمك/ F–Fish, بيض/ E–egg, قشريات/ Cs–Crustecean, كرفس/ C–Celery, الاسعار شاملة ضريبة القيمة المضافة ١٥/ %15 VAT.
All price are inclusive of
نباتي/ Ve–Vegan, نباتي/ V–Vegetarian, الكبريتيات/ Su–Sulphites, سمسم/ Se–Sesame Seeds, فول سوداني/ P–Peanut