



أطباق نيئة

- كارباتشيو دنيس البحر (f. m. sp) ٢٩٨ كالوري ٧٧ ٩٠ ٠
- صلصة زعتر الليمون، ثوم معمر، فلفل إسبليت
- كارباتشيو الاسكالوب (cru. m) ٢٣٠ كالوري ٦٠ ١٤٠ ٠
- صلصة الزنجبيل والليمون، جريب فروت
- تارتار اللحم البقري (g. m. su. e) ٦٨٢ كالوري ١٧٧ ١٢٠ ٠
- مكونات كلاسيكية، صفار البيض، خبز الساوردو بدهن اللحم
- كارباتشيو لحم العجل (c. n. d. m. sp) ٢١٧ كالوري ٥٧ ٩٥ ٠
- جوز، صنوبر، جبن البارميزان، كمأة (ترافل)

لشخصين أو ثلاثة

- سمك قاروص مشوي ١ كجم (f. d) ١٢٨٩ كالوري ٣٣٥ ٤٨٥ ٠
- زبدة بالخزامى (اللافندر)
- كوت دي بوف ١,٢ كجم (m. sp) ٢٢٠٢ كالوري ٥٧٢ ٧٢٠ ٠
- ضلع بقري بالعظم (ريب آي)، جرجير، بطاطس مقلية
- لحم عجل تندرلوين على طريقة ميلانيز (e. d. g) ٢١٧٠ كالوري ٥٦٣ ٢٤٠ ٠
- جرجير، طماطم كرزية
- بلح البحر مع البطاطس المقلية على طريقة المارينير (حسب توفر المكونات الموسمية) (mo. d. g. su) ٢٨٤٠ كالوري ٧٣٨ ٣٠٠ ٠
- بطاطس مقلية، خبز ساوردو مشوي

أطباق رئيسية

- باستا لولا (d. g) ٧٦٦ كالوري ١٩٩ ١٣٠ ٠
- باستا باتشيري، صلصة روزيه، جبن البوراتا، فلفل إسبليت
- باستا ريجاتوني بالكمأة (ترافل) (c. d. g) ٥١٦ كالوري ١٣٤ ٢١٠ ٠
- كريمة الكمأة السوداء، جبن البارميزان
- باستا اللوبستر (c. cru. d. g. su) ٥٦٧ كالوري ١٤٧ ٣٢٠ ٠
- باستا كالاماراتا، طماطم كرزية، ريحان
- بايارد الدجاج (c. d. g) ٩٢٥ كالوري ٢٤٠ ١٨٥ ٠
- صوص الدجاج، نبات الكبر المقرمش، ليمون
- لولا سلايدر (c. e. d. g. sp) ١٢٥٠ كالوري ٣٢٥ ١٩٥ ٠
- شريحة لحم بقري، جبن الكونتيه، صلصة البيرنيز، بطاطس بوم باي
- لانغوستين مشوي (جراد البحر) (c. cru. d) ٥٨٥ كالوري ١٥٢ ٣٤٠ ٠
- حمضيات، أعشاب، فلفل حار
- ناجل غراتان (f. e. d. sp) ٤٨٠ كالوري ١٢٥ ٣٩٥ ٠
- صلصة هولنديز، كراث بالكريمة، زيت الثوم المعمر
- سمك موسى على طريقة المونيير (f. d. g) ١٢٩٢ كالوري ٣٣٦ ٣٢٠ ٠
- ليمون، صلصة الزبدة، بقدونس
- تندرلوين مشوي ٢٠٠ جم (m. sp) ٧٦٧ كالوري ١٩٩ ٣٢٠ ٠
- جرجير، بطاطس مقلية
- ستيك أو بوافر ٢٠٠ جم (c. d. m. sp) ٨٩٣ كالوري ٢٣٢ ٣٤٥ ٠
- فيليه بقري، صلصة الفلفل الأخضر، جرجير، بطاطس مقلية
- ستريبولوين مشوي ٢٨٠ جم (m. sp) ٩١٧ كالوري ٢٣٨ ٣٤٥ ٠
- جرجير، بطاطس مقلية

قد تحتوي جميع منتجاتنا على آثار:

الفاول السوداني (P) - المكسرات (N) - منتجات الألبان (D) - البيض (E)
الصويا (SV) - الغلوتين (G) - الأسماك (F) - المحار (SF) - السمسم (SE) - الكبريتات (SL)
الخدرد (MD) - الرخويات (MO) - الكرفس (C) - الترمس (L) - نباتي (V) - حار (S).

يحتاج البالغون إلى ٢٠٠٠ سعر حراري في المتوسط يوميًا. الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ١٣-٤ سنة تتطلب ١٥٠٠-١٢٠٠ سعرة حرارية في اليوم. قد تختلف احتياجات السعرات الحرارية الفردية.

يجب ألا يتجاوز استهلاك الملح ٥ جرام يوميًا، وهو ما يعادل ٢٠٠٠ ملجم من الصوديوم.

مقبلات

- سلطعون ملكي (cru. f. e. m) ٥٨٨ كالوري ١٥٣ ٢٠٥ ٠
- أفوكادو، مايونيز، خس، حمضيات
- شوربة البصل الفرنسية الكلاسيكية (ce. d. g. su) ٢٩٢ كالوري ٧٦ ٧٥ ٠
- خبز باجيت محمص، جبن الكونتيه
- شوربة البصل العصرية (c. e. d. g) ٣٩٥ كالوري ١٠٣ ٦٠ ٠
- توست الساوردو، جبن الكونتيه
- كروكيت البط (c. e. d. g) ٦١١ كالوري ١٥٩ ٦٥ ٠
- كونفي فخذ البط، صلصة الفلفل الحلو
- فرنش توست مع كبد الأوز (c. e. d. g. sp) ٣٢٧ كالوري ٨٥ ٩٥ ٠
- بصل مكرومل، صوص البط
- تارت الطماطم والبوراتا (d. m. g. sp) ٨٣٣ كالوري ٢١٦ ١٠٠ ٠
- صلصة الطماطم، عجينة الباف بيس تري، ريحان
- اسكارجو "على طريقة بورغينيون" (mo. e. d. g. sp) ٣٨٦ كالوري ١٠٠ ٩٥ ٠
- حلزون، زبدة بقدونس وثمر، ليمون
- روبيان متبل على طريقة بروفانس (cru. n. m) ٤٣٢ كالوري ١١٢ ١١٥ ٠
- "صلصة فيرج"، فانيليا وجريب فروت، صنوبر
- كالاماري مقلي (f. e. m. g) ٥٠٥ كالوري ١٣١ ١٣٥ ٠
- متبل بتوابل الطاجين، مع مايونيز الليمون
- بيض بارميزان طري (c. e. d. sp. g) ٥٢٨ كالوري ١٣٧ ٩٥ ٠
- رغوة البارميزان، فطر بورشيني، لحم عجل مقدد

سلطات

- سلطة لولا (c. m. n. sp) ٦٣٤ كالوري ١٦٥ ٩٥ ٠
- كونفي البط، صلصة خل الطرخون، فاصوليا خضراء، فستق مكرومل
- سلطة نيسواز (f. e. d. m) ٧٠٣ كالوري ١٨٣ ٨٠ ٠
- كونفي التونة، زيتون، طماطم، بيض السمان، فاصوليا خضراء
- سلطة البطاطس بكبد الأوز (d. m. sp) ٢٤١ كالوري ٦٣ ١٠٥ ٠
- كبد الأوز، بطاطس، كمأة، جرجير، جبن البارميزان
- سلطة الخس الصغير والخيار (m) ٢٦٦ كالوري ٦٩ ٤٠ ٠
- صلصة العسل والخردل

صلصات

- ببرنيز (e. d. sp) ٣٠٠ كالوري ٧٨ ٢٠ ٠
- شورون (e. d. sp) ٢٥٣ كالوري ٦٦ ٢٠ ٠
- حيات الفلفل الاسود (c. d. m. sp) ٧٠ كالوري ١٨ ٢٠ ٠
- بوردوليز (c. d. sp) ٩١ كالوري ٢٤ ٢٠ ٠

أطباق جانبية

- سلطة خضراء (m) ١٧٢ كالوري ٤٥ ٣٠ ٠
- بطاطس مهروسة (d) ٤٢٧ كالوري ١١١ ٤٥ ٠
- بطاطس مقلية ٢٧١ كالوري ٧٠ ٤٥ ٠
- كوسا مشوية، زيتون تاقياشي (sp) ٤٧٠ كالوري ١٢٢ ٤٥ ٠
- بطاطس مقلية بالكمأة (ترافل) وجبن البارميزان (d) ٢٨٥ كالوري ٧٤ ٦٠ ٠
- بطاطس مهروسة بالكمأة (ترافل) (d) ٥٥٥ كالوري ١٤٤ ٦٠ ٠

الدقائق لحرق السعرات الحرارية ٠ نسبة عالية من الصوديوم

جميع الأسعار شاملة ضريبة القيمة المضافة ومعموضة بالريال السعودي ٠