

BUILD YOUR OWN

BUILD YOUR OWN 70 QR

BASE: CHOOSE 1 BASE 1 OR HALF & HALF

SUSHI RICE VERMICELLI RICE SAFFRON RICE
QUINOA MIX GREENS

PROTEIN: CHOOSE 1 | EXTRA +QR 35

CHICKEN SHISH TAWOOK	RAW SALMON
HERB BAKED SALMON	GRILLED SHRIMP
KOFTA	TERIYAKI CHICKEN
TERIYAKI SALMON	SPICY GRILLED SHRIMPS

FRESH TOPPINGS: CHOOSE 4

RED CABBAGE CARROT SWEET CORN CUCUMBER
MANGO EDAMAME AVOCADO ORANGE
GRAPEFRUIT TOMATO RED RADISH

OTHER TOPPINGS: CHOOSE 2 |
EXTRA +15 QR

SEAWEED SALAD ASIAN COLESLAW ROASTED ALMOND
PICKLED GINGER ROASTED CASHEW ROASTED PEANUTS
FERMENTED ONION CARAMELIZED PINEAPPLE CRISPY NORI

DRESSING: CHOOSE 1 | EXTRA +QR 10

SEAWEED SALAD ASIAN COLESLAW SRIRACHA MAYO
CITRUS DRESSING TOMATO DAKOUS SAUCE TAHINI SAUCE
MINT YOGHURT SPICY PONZU SAUCE YUZU DRESSING
ASIAN PEANUT DRESSING

KEY

N: NUTS D: DAIRY
S: SEAFOOD G: GLUTAIN
V: VEGGIES VE: VEGAN
L: LUPIN

ACAI SHAKES

LEMON ACAI 38 QR
Acai, pineapple, lemon juice, coconut
water & banana
PURPLE ACAI 38 QR
Acai, strawberry, milk, blueberry & banana
BERRIES ACAI 38 QR
Acai, raspberries, blackberries, banana,
yoghurt & honey

BOOSTERS

RASPBERRY BOOSTER 35 QR
Raspberry, coconut water, cinnamon,
natural lipotropic blend
COLADA BOOSTER 35 QR
Pineapple, coconut flakes, coconut water,
natural lipotropic blend

PROTEIN SHAKES

KETO RASPBERRY CHEESECAKE 34 QR
Vanilla protein, cream cheese, almond
milk, raspberry
COCOA SHAKE 34 QR
Vanilla protein, banana, pure cocoa
peanut butter & coconut milk
PEACH SHAKE 36 QR
Vanilla protein, peach, strawberry,
banana, roasted cashew powder &
coconut milk
DATE & PECAN PIE SHAKE 36 QR
Vanilla protein, dates, pecan, cinnamon,
banana & low-fat milk
NUTTY BANANA BLISS 36 QR
Banana, peanut butter, protein powder &
almond milk

DRINKS

ESPRESSO/DOUBLE ESPRESSO 16/18 QR
AMERICANO 18 QR
LATTE 22 QR
CAPPUCCINOS 22 QR
TEA (BLACK/GREEN/HERBAL) 20 QR
WATER 5/10 QR

HEALTHY SNACKS

LABNEH DIP WITH SEEDS CRACKERS **D,N** 35 QR

Selection of flavored labneh (olives & walnuts, sundried tomatoes, douka) with mixed seeds crackers
*suitable for keto diet

LABNEH DIP WITH ZAATAR CRACKERS **D,N** 25 QR

Selection of flavored labneh (olives & walnuts, sundried tomatoes, douka) with zaatar crackers
*suitable for keto diet

SALADS

SPICY SHRIMP SALAD **S,N** 70 QR

Spicy shrimp, lettuce, mango, avocado, edamame, coriander & sesame seeds, with Asian peanut dressing

BURRATA & CARAMELIZED PEACH SALAD **N,D** 60 QR

Italian burrata cheese with caramelized peach, fresh cherries, arugula, caramelized pumpkin seeds and pomegranate molasses, with figs dressing

FALAFEL SALAD **D,N** 40 QR

Lettuce, falafel, grilled eggplant, grilled halloumi, tomato, cucumber, mint, radish & lemon, with tahini dressing

QUINOA SHRIMPS SALAD **L,N,V,VE** 70 QR

Sauteed shrimp, quinoa with mixed leaves, orange, grapefruit, asparagus & dates, with citrus dressing

POKE BOWLS

HERBED SALMON POKE **G,N,D,S** 65 QR

Baked herbed salmon, sushi rice, coleslaw, edamame, cherry tomatoes, cucumber & spring onion, with your choice of Yuzu dressing or sriracha mayo

SPICY SHRIMP POKE **N,S** 70 QR

Spicy grilled shrimp, sushi rice, mango, avocado, edamame, coriander, bell paper & sesame seeds, with Asian peanut dressing

ZESTY SHRIMP POKE **N,S** 70 QR

Grilled shrimp, sushi rice, cherry tomatoes, edamame, jalapeno & coleslaw, with zesty green sauce

SALMON TERIYAKI POKE **N,S,G,D** 75 QR

Teriyaki salmon, sushi rice, avocado, spicy edamame, mango, caramelize pineapple, coleslaw & sesame seeds, with spicy Ponzu sauce

CHICKEN TERIYAKI POKE **G,N,D** 50 QR

Teriyaki chicken, sushi rice, avocado, mango, coleslaw & tomato, with spicy Ponzu sauce

TAWOOK POKE **G,N,D** 45 QR

Grilled shish tawook, saffron rice, roasted cashew nuts, dried cranberry & zereschk, with tomato dakous sauce & mint yoghurt

EGYPTIAN KOFTA POKE **G,N,D** 60 QR

Grilled kofta, vermicelli rice, cucumber, tomato, fermented onion & fried onion, with tahini sauce

POWER BAR

DATES & TAHINI BAR 25 QR

Dates, tahini, toasted oats, pumpkin seeds, sunflower seeds, roasted almond, and honey

MIX NUT GRANOLA BAR 35 QR

Toasted oats pumpkin seeds, sunflower seeds, maple syrup, roasted almond, black raisins, and honey

ACAI

ACAI BOWL 37 QR

Acai topped with granola, coconut flakes, roasted almond, chia seeds, pumpkin seed, peanut butter, banana & strawberry

ADD ON

Whey protein	6QR
Cacao nibs	4QR
Almond butter	4QR
Blueberries	4QR
Blackberries	4QR
Raspberries	4QR



اصنعها بنفسك

اصنعها بنفسك 75 QR

الأساس اختر واحد (أو خيارين بالنصف)

أرز الزعفران أرز الشعيرية أرز السوشي
خضار مشكلة كينوا

البروتين اختر واحد (إضافي 35 رق)

سلمون غير مطبوخ سلمون مطهو بالأعشاب

روبيان مشوي سبائسي روبيان مشوي

تريايي السلمون تريايي الدجاج

دجاج شيش طاووق كفتة

إضافات فريش (اختر أربعة)

برتقال ملفوف أحمر جزر ذرة حلوة

إدامامي مانجو أفوكاد خيار

طماطم فجل أحمر جريب فروت

إضافات أخرى اخترائنين (إضافي 15 رق)

مخلل الزنجبيل كاجو محمص بصل مخلل أناناس مكرمل

فول سوداني محمص لوز محمص ورق النوري المقرمش

سلطة كولسلو الآسيوية سلطة الأعشاب البحرية

بoster

35 QR رازييري بوستر

رازيري، ماء جوز الهند، قرفة، مزيج
ليبوتروبي الطبيعي

35 QR كولاذا بوستر

أناناس، رقائق جوز الهند، ماء جوز الهند،
مزيج ليبوتروبي الطبيعي

مخفوقات البروتين

34 QR كيتو رازيري تشيز كيك

بروتين الفانيلا، جبنة كريمية، حليب اللوز، رازيري

34 QR مخفوق الكاكاو

بروتين الفانيلا، موز، كاكاو خام، حليب جوز الهند
مع زبدة الفول السوداني

36 QR مخفوق الخوخ

بروتين الفانيلا، خوخ، الفراولة، الموز مسحوق
الكاجو مع حليب جوز الهند

36 QR مخفوق التمر و فطيرة البيكان

بروتين الفانيلا، حليب قليل الدسم، موز، جوز
البيكان، تمر، قرفة

36 QR مخفوق الموز و المكسرات

موز، زبدة الفول السوداني، مسحوق البروتين
مع حليب اللوز

مشروبات

16/18 QR إسبريسو/دبل إسبريسو

18 QR أمريكيانو

22 QR لاتييه

22 QR كابتشينو

20 QR شاي (بابونج/أحمر/أخضر)

5/10 QR ماء

صلصات اختر واحد (إضافي 10 رق)

طحينية صلصة يوزو صلصة بونزو السبائسي

صلصة الحمضيات زيادي بالنعناع دقوس الطماطم

صلصة الفول السوداني الآسيوية صلصة سريراتشا المايونيز

KEY

N: NUTS
S: SEAFOOD
V: VEGGIE
L: LUPIN

D: DAIRY
G: GLUTAIN
VE: VEGAN

مخفوقات الأساي

38 QR أساي بالليمون
أساي، أناناس، عصير ليمون، ماء جوز الهند
مع الموز

38 QR أساي بنفسجي
أساي، فراولة، حليب، توت أزرق مع الموز

38 QR أساي بالتوت
أساي: رازيري، بلابيري، موز، زيادي مع العسل

باور بار

25 QR بار التمر والطحينة
تمر ، طحينة، شوفان محمص ، بذور اليقطين،
بذور دوار الشمس، لوز محمص ، مع العسل

35 QR بار الجرانولا والمكسرات
شوفان محمص بذور اليقطين، بذور دوار
الشمس، شراب الميبل ، لوز محمص، زبيب
أسود ، مع العسل

الأساي

37 QR أساي باول
أساي مع الجرانولا، جوز الهند المحمص، لوز
محمص، بذور الشيا، بذور اليقطين، زبدة
القول السوداني، مع الموز والفراولة

إضافات

6 QR بروتين مصل اللبن
4 QR قطع الكاكاو الخام
4 QR زبدة اللوز
4 QR بلوبيري
4 QR بلاك بيري
4 QR رازبيري



بوكي بولز

65 QR بوكي السلمون بالأعشاب G,N,D,S
سلمون مطهو بالفرن مع الأعشاب، أرز السوشي،
سلطة كولسلو، إدامامي، طماطم كرزية، خيار، بصل
أخضر، مع اختيارك من صلصة اليوزو أو صلصة
سريراتشا المايونيز

70 QR بوكي الروبيان السبايسي N,S
روبيان سبايسي ومشوي ، أرز السوشي، مانجو،
أفوكادو، إدامامي، كزبرة ، فليفلة حمراء و سمسم ،
مع صلصة الفول السوداني الآسيوية

70 QR بوكي الروبيان بالليمون N,S
روبيان مشوي، أرز السوشي، طماطم كرزية،
إدامامي، هالبيتو، سلطة كولسلو ، مع الصلصة
الخضراء الحامضة

75 QR بوكي تريايي السلمون G,N,D,S
تريايي السلمون ، أرز السوشي، أفوكادو، سبايسي
إدامامي، مانجو، أناناس مكرمل ،سلطة الكولسلو،
سمسم ، مع صلصة بونزو السبايسي

50 QR بوكي تريايي الدجاج G,N,D
تريايي الدجاج، أرز السوشي، أفوكادو،مانجو، سلطة
كولسلو، طماطم، مع صلصة بونزو السبايسي

45 QR بوكي الطاووق G,N,D
شيش طاووق مشوي، أرز الزعفران، كاجو محمص
، كرانبيري مجفف و زرشك ، مع دقوس الطماطم و
زبادي بالنعناع

60 QR بوكي الكفتة المصرية G,N,D
كفتة مشوية، أرز الشعيرية، خيار، طماطم، بصل
مخلل، بصل مقلي ، مع صلصة الطحينة

هيلثي سناكس

35 QR تغميسة اللبنة مع كراكرز الحبوب D,N
تشكيلة من اللبنة المنكهة (زيتون وجوز، طماطم
مجففة، دقة) مع بسكويت الحبوب المشكلة
*مناسب لدايت الكيتو

25 QR تغميسة اللبنة مع كراكرز الزعتر D,N
تشكيلة من اللبنة المنكهة (زيتون وجوز، طماطم
مجففة، دقة) مع بسكويت الزعتر
*مناسب لدايت الكيتو

السلطات

70 QR سلطة الروبيان السبايسي S,N
روبيان سبايسي، خس، مانجو، أفوكادو،
إدامامي، كزبرة، سمسم ، مع صلصة الفول
السوداني الآسيوية

60QR سلطة البوراتا والخوخ المكرمل D,N
جينة البوراتا الإيطالية مع الخوخ المكرمل ، كرزتاج
،أوراق الجرجير، بذوراليقطين المكرملة مع دبس
الرمان و صلصة التين

40QR سلطة الفلافل D,N
خس ، فلافل، باذنجان مشوي، حلوم مشوي،
طماطم، خيار، نعناع، فجل ، ليمون ، مع صلصة
الطحينة

70 QR سلطة الكينوا و الروبيان L,N,V,VE
روبيان سوتيه ، كينوا، تشكيلة من الأوراق الخضراء،
برتقال، جريب فروت، هليون ،تمر، مع صلصة
الحمضيات