

palta
HEALTHY & TASTY

المنيو
MENU

PALTA.KSA.COM

السلطات



سلطة كينوا

سلطة الأجبان

سلطة شمندر

سلطة سيزر

سلطة مكرونة

سلطة بروكلي

سلطة ذرة

سلطة خضار

سلطة التاكو

سلطة جرجير

سلطة تونة

سلطة عادية

سلطة آسيوية

سلطة يونانية

فتوش

سلطة روسية

سلطة الحلوم
بالبيض المسلوق

سلطة جرجير
بالفراولة



الشوربات



شوربة خضار بالكرامة

شوربة شوفان بالدجاج

شوربة الماشروم بالدجاج

شوربة شعيرية بالدجاج

شوربة السبانخ بالعدس

شوربة شوفان بالخضار

شوربة شوفان بالدجاج

والفلفل الرومي

شوربة عدس

شوربة قرع

شوربة جزر

شوربة حريرة

شوربة بروكلي

شوربة الذرة

شوربة سي فود





الأرز

كابلي

كشيري

برياني

رز بالشمندر

بخاري

كبسة

رز بالحمص

صيادية

رز ايراني

رز كشميري

رز اصفر

رز بالشعيرية

رز بالكمون

رز مديني

خروف محشي

رز صيني

مشخول سمك

رز لبناني

مندي لحم



المكرونه



فيتوتشيني بالروبيان

سباغيتي باللحم

بطاطا مهروسة

كرات البطاطا

بطاطس ودجز

بطاطا باللبنه

كفتة بطاطس بالتونة

مكرونه او سباغيتي

مكرونه أو سباغيتي بالبيستو

مكرونه محشية بالسبانخ

مكرونه بالبشاميل





المشويات 1

روبيان مشوي

دجاج مشوي

علي نازك

دجاج كرسي

كباب لحم

دجاج ساتي

بوريتو مكسيكي

دجاج برازيلي

اصابع الكفتة

دجاج بالليمون

كفتة لحم بالخضار

سمك مشوي

كساديا ساندوتش

سمك بالطحينة

فاهيتا

شاورما



المشويات 2



كرات الدجاج على الطريقة الصينية
دجاج ايطالي بالأعشاب
سالون بالكرامة والليمون
كرات الدجاج الكشميرية
برجر مع بطاطس ودجز وصوص
دجاج مشوي بالبيستو والأعشاب
سمك بالأعشاب الايطالية
دجاج مشوي مع فريكة
سمك مشوي مع بطاطا
رولات الدجاج بالسبانخ والكرامة





الإيدامات

إيدام بامية	دجاج بالكريمة والفطر
مسالا دجاج	كرات الدجاج بالطحينة
داوود باشا	دجاج بالكريمة والسبانخ
سمك بالحممر	ملوخية مع رز بالشعيرية
دجاج بيتزا	قوارب الباذنجان باللحم
سمك بيتزا	مسقعة يونانية بالدجاج
سمك كاري	فاصوليا بيضاء باللحم
شيخ المحشي	لحم ستنقرانوف
تريياكي	دجاج الكاري
ملوخية	فتة لحم
جريش	منزلة لحم



الحلا



كـيكة تمر

حلا البرتقال

تشيز كيك

كـوكيز

كـيكة سينابون

تيراميسو

كـيكة بلوبيري

بسبوسة تمر

مافن موز والشوكولاته

كرات الطاقة بالشوكولاته

سموذي

عصير برتقال

برتقال / تفاح





الفتور 1

وافل مالح

وافل حالي

حمص بالشمندر

رولات البيتزا

فول مبخر

بان كيك

جرانولا

مناقيش

كريب مالح

ساندويتش الحلوم

حمص بالافوكادو



الفطور 2



كلوب ساندوتش

توست بالبيستو والأجبان

فول مدمس بالطحينة

بيض بالماشروم

بيض بجبن شيدر

بيتزا بيض

اومليت سبانخ

بيض عيون بالطماطم

شكشوكة

ساندوتش بالافوكادو

فطاير تركية

مافن الجبنة والزيتون

