

## الإفطار

الخميس إلى السبت من الساعة 9 صباحاً حتى 1 مساءً

376 سعرة حرارية	توست البيض المخفوق (V) (M) (E) (G) بيض مخفوق كريمي على خبز الساوردو المحمص	417 سعرة حرارية	ساندويتش إفطار المفن الإنجليزي (So2) (M) (E) (G) بيض مخفوق، لحم العجل، جبنة جاك
497 سعرة حرارية	البيض المخفوق ولحم البقر المدخن والتوست (M) (E) (G) البيض المخفوق بشكل كريمي مع لحم البقر المدخن اللذيذ والتوست المحمص	653 سعرة حرارية	بوريتو الإفطار (M) (E) (G) بيض مخفوق، لحم البقر المدخن، جبن وهاش براون. يقدم مع الأفوكادو، صلصة التوماتيلو، والكريمة الحامضة
163 سعرة حرارية	كرواسون بي إل تي (So2) (M) (E) (G) كرواسون بي إل تي	448 سعرة حرارية	ساندويتش الإفطار النيويوركي (M) (E) (G) خبز أبيض محمص، بيض مخفوق، لحم البقر المدخن، وجبنة جاك.
101 سعرة حرارية	توست انجليزي محمص (Vg) (V) (G) توست الإنجليزي العادي	312 سعرة حرارية	توست الأفوكادو (Vg) (M) (N) (E) (S) (G) خبز الساوردو مع الطماطم وشرائخ الفجل الرقيقة. [إضافة بيض متوسط الحجم فوقه]
693 سعرة حرارية	ساندويتش زبدة الفول السوداني والجيلي (V) (Pn) (G) خبز أبيض محمص، زبدة الفول السوداني، والجيلي	532 سعرة حرارية	بارفيه جرانولا (M) (N) (M) (G) زبادي، الجرانولا الخاصة بنا، ومزيج من الفواكه الطازجة
688 سعرة حرارية	إضافة لحم بقري مقرمش لحم بقري مخبوز.	825/880 سعرة حرارية	بترميك بانكيك (V) (M) (E) (G) بانكيك مع اختيارك من: رقائق الشوكولاتة أو التوت الأزرق
793 سعرة حرارية	هاش براون (V) (M) بطاطا ميشورة مع زبدة، متبلة و محمصة على الصاج	406 سعرة حرارية	أومليت (V) (M) (E) اختيارك من: هليون، جبن، أعشاب، وخضروات (بصل، طماطم، سبانخ، فلفل)
218 سعرة حرارية	بيض حسب الطلب (V) (E)	623 سعرة حرارية	أومليت بون فام (V) (M) (E) بطاطا، لحم البقر المدخن، بصل، جبن شيدر

## المخبوزات والمعجنات

406 سعرة حرارية	كعكة اليوم (M) (E) (G) اختيار الشيف	406 سعرة حرارية	كرواسون (M) (E) (G) خفيف وذو طبقات رقيقة وحلو باعتدال
461 سعرة حرارية	سكون (M) (E) (G) كعك ناعم وخفيف وطري مع نكهة غنية بالفواكه تقدم مع اختيارك من المربي مربي التوت المشكل، مربي الخوخ	429 سعرة حرارية	كرواسون الشوكولاتة (N) (M) (E) (G)
729 سعرة حرارية	خبز التوتيللا (Pn) (M) (E) (G) رغيف طري بنكهة التوتيللا الفنية	450 سعرة حرارية	دانيش (M) (E) (G) دانيش مع الفواكه الطازجة والكريمة
573 سعرة حرارية	كوكيز اليوم (N) (M) (E) (G) اختيار الشيف	430 سعرة حرارية	سيامون رول (N) (M) (E) (G) عجينة حلوة محلاة مليئة بحشوة السكر والقرفة
528 سعرة حرارية	كوكيز برقائش الشوكولاتة (M) (E) (G) كوكيز مقرمش ومنفوش	518 سعرة حرارية	الفطور الفرنسي (M) (E) (G) مافن خفيف ورقيق بالتوابل والقرفة

## عرض الفداء

يوميًا من الساعة 1 ظهراً حتى 5 مساءً

حساء وساندويتش  
اختيار الشيفحساء وطبق رئيسي  
اختيار الشيف

(C) قشريات (Ce) كرفس (E) بيض (F) سمك (G) جلودتين (Lu) ترمس (M) حليب (Md) خردل (Mo) محاربات (N) مكسرات (Pn) فول سوداني (S) سمنسم  
خضري (Vg) نباتي (VG) كبريت (Su) ثنائي أكسيد الكبريت (So2) فول الصويا (Sb)

تناول الأطعمة النيئة كالحوم والدواجن والمأكولات البحرية أو البيض قد يزيد من خطر الإصابة بالأمراض المنقولة عن طريق الطعام  
يرجى إبلاغنا في حال كنت تعاني من أي حساسية أو كنت تتبع نظام غذائي معين. جميع الأسعار بالريال السعودي وتشمل (15%) ضريبة القيمة المضافة

# قائمة الطعام

## الفداء والعشاء

JOAN'S  
ON THIRD

### الساندويشات

192	سرعة حرارية	بيجل السالمون المدخن (M) (G) (E) (S) (So2)	بيجل عادي، جبنة بالأعشاب، خيار، بصل
105	سرعة حرارية	بيجل الجبنة (M) (V)	بيجل مع جبنة كريمية بالأعشاب
740	سرعة حرارية	ساندويش الدجاج واللحم المدخن وجبنة البري (M) (G) (So2)	دجاج مشوي، بصل مكروم وجبنة البري
706	سرعة حرارية	ساندويش فيسيل (M) (G)	خبز فيسيل بلحم العجل وجبن بري يقدم بارداً أو مضموط
860	سرعة حرارية	ساندويش شورت ريب (M) (G) (Md)	خبز عجبن مخمر ومحمص مع الجبن وأوراق الجرجير، مخلل بصل، و صلح قصير مطهو ببطء
766	سرعة حرارية	ساندويش كلوب ديك رومي (M) (G) (E) (Md)	خبز توست أبيض مع مايونيز، لحم ديك رومي، خس طماطم، ولحم بقر مقعد
628	سرعة حرارية	ساندويش سلطة التونة (M) (G) (F) (E) (Md)	خبز شيباتا مع مايونيز، خس، طماطم وسلطة تونة
644	سرعة حرارية	ساندويش دجاج مقلي (M) (E) (G)	رول خبز شيباتا مع توم أبولي، سلطة هالابينو سلو، خس، صدر دجاج مقلي
790	سرعة حرارية	ساندويش دجاج بالقيقب (M) (E) (G) (Sb) (Md)	خبز شيباتا مع أبولي القيقب، خس، طماطم، خل جوت، صدر دجاج مشوي بالقيقب
848	سرعة حرارية	ساندويش دجاج ميلانيز (E) (G)	خبز شيباتا مع أبولي بالتوم وجرجير ودجاج ميلانيز
947	سرعة حرارية	جبن مشوي (M) (G)	خبز توست أبيض وزبدة وجبن

### الطبق الرئيسي

511	سرعة حرارية	مكرونة وجبنة (M) (G)	بارد أو ساخن
322	سرعة حرارية	دجاج ميلانيز (E) (G)	صدر دجاج بانيه على طريقة ميلانو ومقلي
		سلمون اليوم (Sb) (F)	
290	سرعة حرارية	صدر دجاج متبل	صدر دجاج مشوي بالقيقب وإكليل الجبل

### السلطات

1136	سرعة حرارية	سلطة الدجاج الصينية (Sb) (N) (S) (G)	خس آيسبرغ مع مقرمشات شهية، دجاج مقلي صلصة آسيوية
370	سرعة حرارية	سلطة الخس بالزبدة (So2) (M)	خس بالزبدة، جبنة فيتا، توت بري وخل جوت
457	سرعة حرارية	سلطة تونة (F) (Md) (E) (G)	سلطة أوراق خضراء مشكلة مع خل جوت وسلطة التونة
481	سرعة حرارية	سلطة سيزر (Md) (M) (E) (G)	سلطة سيزر على الطريقة الأمريكية
472	سرعة حرارية	سلطة كيل (N) (M)	مع الفول السوداني الحار وجبنة فيتا
399	سرعة حرارية	الكسكس (So2) (N)	مع الفول السوداني الحار وجبنة فيتا
489	سرعة حرارية	سلطة إيطالية مبشورة (Sb) (Md) (Ce)	خضروات مشكلة مبشورة بسطرمة وجبنة مع صوص البليسميك
450	سرعة حرارية	سلطة الأرز البني (M) (Md) (G)	أرز بني مع خضروات كثيفة وصلصة سمسم آسيوية
380	سرعة حرارية	سلطة براعم الكرنب (Sb) (Md) (M)	براعم كرنب محمصة مع التمر وجبنة بيكورينو واللوز وخل الخردل
		سلطة باستا اليوم	
298	سرعة حرارية	سلطة الفواكه الموسمية	اختيار الشيف حسب الموسم
328	سرعة حرارية	سلطة جونز كوب (M) (Md) (So2)	صدر دجاج مشوي، لحم البقر المدخن، جبنة الماعز، بيض مسلووق، طماطم، خس روماني، خل شيري
480	سرعة حرارية	إضافة	دجاج مشوي

### رقائق البطاطس والأطباق الجانبية

225	سرعة حرارية	فاصوليا سيشوان الخضراء (Sb) (S) (G)	فاصوليا خضراء مقليه مع صلصة السمسم
388	سرعة حرارية	رقائق بطاطس جوان	
129	سرعة حرارية	مخلل جوان الحلو والمقرمش (So2) (Md)	
427	سرعة حرارية	المقرمشات	وانتون مقرمش وعصي الأرز

حساء اليوم  
اختيار الشيف

(C) قشريات (Ce) كرفس (E) بيض (F) سمك (G) جلوتين (Lu) ترمس (M) حليب (Md) خردل (Mo) محاربات (N) مكسرات (Pn) فول سوداني (S) سمسم (Sb) خضري (Vg) نباتي (VG) كبريت (Su) ثنائي أكسيد الكبريت (So2) فول الصويا (Sb)

تناول الأطعمة النيئة كالحوم والدواجن والمأكولات البحرية أو البيض قد يزيد من خطر الإصابة بالأمراض المنقولة عن طريق الطعام يرجى إبلاغنا في حال كنت تعاني من أي حساسية أو كنت تتبع نظام غذائي معين. جميع الأسعار بالريال السعودي وتشمل (15%) ضريبة القيمة المضافة

## الحلويات

657 سفرة حرارية	شوكولاتة بالموز (M) (E) (G)	إسبريسو دبل إسبريسو ماكياتو دبل ماكياتو آيس لاتييه أو آيس كابتشينو أمريكانو قهوة مخمرة ماتشا لاتييه آيس ماتشا لاتييه آيس لاتييه آيس أمريكانو كوفي تونيك شو كولاتة ساخنة سبانيش لاتييه
424 سفرة حرارية	بار الليمون (M) (E) (G)	شاي الفطور الإنجليزي شاي إيرل جراي الفرنسي شاي لآلي الياسمين شاي سينشا الأخضر شاي بالنعناع الطازج شاي البابونج
459 سفرة حرارية	براوني (M) (E) (G)	عصير تفاح أخضر عصير رمان عصير برتقال شوت زنجبيل
560 سفرة حرارية	باوند كيك الفانيليا (M) (E) (G)	أرنولد بالمر نصف شاي مثلج، نصف ليموناضة
669 سفرة حرارية	كهكة الجزر (N) (M) (E) (G)	شاي مثلج بالفواكه شاي أخضر بالفواكه المشكلة
598 سفرة حرارية	كهكة التاج (M) (E) (G)	عصير الليمون بالنعناع عصير الليمون الكلاسيكي بأوراق النعناع الطازجة
669 سفرة حرارية	إيكليز اليوم (N) (M) (E) (G)	كوكا كولا كوكا كولا لايت سبرايت فانتا
598 سفرة حرارية	تارت الفواكه الطازج لليوم (M) (E) (G)	تونيك هندي فرانكلين آند ستر بيرة بالزنجبيل فرانكلين آند ستر صودا الزنجبيل فرانكلين آند ستر
	مغرفة واحدة أو مزدوجة من الآيس كريم (M) (E)	تونيك هندي دبل دوتش بيرة بالزنجبيل دبل دوتش صودا الزنجبيل دبل دوتش
	التكّهات الموسمية	
	إضافات	
	الصلصة	

## القهوة والمشروبات

657 سفرة حرارية	شوكولاتة بالموز (M) (E) (G)	إسبريسو دبل إسبريسو ماكياتو دبل ماكياتو آيس لاتييه أو آيس كابتشينو أمريكانو قهوة مخمرة ماتشا لاتييه آيس ماتشا لاتييه آيس لاتييه آيس أمريكانو كوفي تونيك شو كولاتة ساخنة سبانيش لاتييه
424 سفرة حرارية	بار الليمون (M) (E) (G)	شاي الفطور الإنجليزي شاي إيرل جراي الفرنسي شاي لآلي الياسمين شاي سينشا الأخضر شاي بالنعناع الطازج شاي البابونج
459 سفرة حرارية	براوني (M) (E) (G)	عصير تفاح أخضر عصير رمان عصير برتقال شوت زنجبيل
560 سفرة حرارية	باوند كيك الفانيليا (M) (E) (G)	أرنولد بالمر نصف شاي مثلج، نصف ليموناضة
669 سفرة حرارية	كهكة الجزر (N) (M) (E) (G)	شاي مثلج بالفواكه شاي أخضر بالفواكه المشكلة
598 سفرة حرارية	كهكة التاج (M) (E) (G)	عصير الليمون بالنعناع عصير الليمون الكلاسيكي بأوراق النعناع الطازجة
669 سفرة حرارية	إيكليز اليوم (N) (M) (E) (G)	كوكا كولا كوكا كولا لايت سبرايت فانتا
598 سفرة حرارية	تارت الفواكه الطازج لليوم (M) (E) (G)	تونيك هندي فرانكلين آند ستر بيرة بالزنجبيل فرانكلين آند ستر صودا الزنجبيل فرانكلين آند ستر
	مغرفة واحدة أو مزدوجة من الآيس كريم (M) (E)	تونيك هندي دبل دوتش بيرة بالزنجبيل دبل دوتش صودا الزنجبيل دبل دوتش
	التكّهات الموسمية	
	إضافات	
	الصلصة	

تونيك هندي فرانكلين آند ستر  
بيرة بالزنجبيل فرانكلين آند ستر  
صودا الزنجبيل فرانكلين آند ستر

تونيك هندي دبل دوتش  
بيرة بالزنجبيل دبل دوتش  
صودا الزنجبيل دبل دوتش

مياه فوس 375 مل  
مياه فوس 800 مل  
مياه فوس الفوارة 375 مل  
مياه فوس الفوارة 800 مل