

اليوم الخامس

اليوم الرابع

اليوم الثالث

اليوم الثاني

اليوم الاول

الأطباق  
الجانبية للإفطار



سمبوسة لحم



فطاير بالزعتري



ورق عنب يالنجي



كبة اليقطين الذهبية



متبل عجمي

الأطباق  
الرئيسية للإفطار



سمك مشوي زنجباري



كوسا ورق عنب



سوبا لحم بقري متبل



مقلوبة دجاج



كوسة باللبن

سناك الإفطار



قطايف بالجبنه



كعكة الكركم والفسقح



عصمليه



صفيحة لبنه وطماطم



اشتاليا

اليوم الخامس

اليوم الرابع

اليوم الثالث

اليوم الثاني

اليوم الاول

مجمّفه للإفطار  
فواكه



تمر



مشمش



تمر



تين مجفف



تمر

مشروب الإفطار



زبادي المشمش  
قليل الدسم



مشروب الزبادي  
بالكرّم والزنجبيل



زبادي قليل  
الدسم بالفراولة



مشروب  
الزبادي بالنعناع



لبن قليل الدسم

شوربة للإفطار



شوربة اليقطين



شوربة الطماطم  
المشوية



شوربة الفطر



شوربة الجزر المشوية



شوربة حريه

## اليوم الخامس

## اليوم الرابع

## اليوم الثالث

## اليوم الثاني

## اليوم الاول

مشروب السحور

زبادي سادة  
قليل الدسم

حليب الكاكو



حليب قليل الدسم



لبن قليل الدسم

زبادي قليل  
الدسم بالفواكه

فواكه السحور



تفاح

سلطة فواكه الجريب فروت  
المانجو، والفراولة

موز



شرائح الأناناس



عنب أحمر

أطباق السحور  
الرئيسية

شكشوكة خضراء



الإفطار اليوناني العظيم



إفطار بيض توسكاني



بانكيك اليقطين

كرواسون الحنطة  
السوداء والزعتر