



THE
SOCIAL
KITCHEN



APPETISERS AND SALADS



	AED
AVOCADO HUMMUS 55 <i>Topped with organic olive oil and pistachio</i>	
PINE NUTS MOHAMORA 55 <i>Topped with walnuts pomegranate sauce</i>	
MOUTABEL WITH POMEGRANATE SEEDS 55 <i>Topped with organic olive oil</i>	
LABNEH WITH MINT 55 <i>Topped with organic olive oil and fresh mint</i>	
WARAK INAB 55 <i>Vine leaves stuffed with rice and vegetables</i>	

Inspired Salads

COBB KALE FATTOUCH 55 <i>Topped with lemon pomegranate sauce and crispy brown bread</i>	
BROWN WHEAT TABBOULEH 55 <i>Tossed with lemon sauce, pomegranate seeds cherry tomato skewers</i>	
SLOW ROASTED BEETROOT ORANGE SALAD 65 <i>Beetroot tossed with tarator sauce and crispy kale leaves</i>	
HEALTHY CHICKEN AVOCADO MANGO SALAD 65 <i>Chicken morsel tossed with avocado and mango with lemon dressing</i>	

(H) Healthy (S) Spicy (O) Organic (N) Nuts (V) Vegetarian (LC) Low-Carb (IH) Inspired by Her (GL) Gluten Free

All prices are in UAE Dirhams and are inclusive of 7% municipality fee, 10% service charge and 5% VAT



المقبلات و السلطات



الحمص بالأفوكادو 55 <i>مضاف إليه زيت الزيتون العضوي والفسق</i>	
محمرة 55 <i>مغطى بصوص دبس الرمان والجوز</i>	
متبل مع حبوب الرمان 55 <i>خليط الباذنجان مضاف إليه زيت الزيتون العضوي</i>	
لبنة مع النعناع 55 <i>امضاف إليها زيت الزيتون العضوي والنعناع الطازج</i>	
محشي ورق العنب 55 <i>تورق العنب المحشو بالأرز والخضروات</i>	

السلطات المستوحاة

الفتوش بالكرنب 55 <i>مضاف إليه صوص الليمون والرمان ويقدم مع الخبز الأسمر المقرمش</i>	
تبولة القمح 55 <i>يقدم مع صوص الليمون، وزيت الزيتون، وحبوب الرمان وطماطم الشير الصغيرة</i>	
سلطة البرتقال والشمندر المشوي 65 <i>الشمندر مع وصلصة الطراطور وأوراق الكرنب المقرمشة</i>	
سلطة الدجاج الصحية بالأفوكادو والمانجو 65 <i>يقطع الدجاج مع الأفوكادو، والمانجو ويقدم مع صلصة الليمون</i>	

(ص) صحي (ح) حار (ع) عضوي (م) مكسرات (ن) نباتي (ق.ن) قليل النشويات (أ.م) استوحي من (خ ج) خالي من الجلوتين

كافة الأسعار بالدرهم الإماراتي وتشمل 7% رسوم بلدية و 10% تكلفه خدمة و 5% ضريبة



HOT APPETIZERS



	AED
HOMEMADE FALAFEL (V) 55 <i>Served with tahini sauce and biwas salad</i>	
WILD MUSHROOMS RED RICE FREKKEH RISSOTTO STYLE (H)(V) 75 <i>Red rice and frekkeh cooked with sautéed onions, mushrooms finished with vegetables stock</i>	
CHARCOAL LAMB KIBBEH 55 <i>Brown wheat stuffed minced meat and pine nuts</i>	
BAKED HEALTHY MANAKISH 55 <i>Cheese, zatar, lamb</i>	
LAMB ARAYES 55 <i>Marinated lamb grill pita sandwich and mix pickles</i>	



SOUP



	AED
GREEN LENTIL SOUP 50 <i>Green lentil soup infused with basil and brown crispy bread</i>	
HARIRA SOUP 50 <i>Hearty Moroccan minced lamb broth with chick peas and vermicelli pasta served with dates, lemon wedges and boiled egg</i>	

(H) Healthy (S) Spicy (O) Organic (N) Nuts (V) Vegetarian (LC) Low-Carb (IH) Inspired by Her (GL) Gluten Free

All prices are in UAE Dirhams and are inclusive of 7% municipality fee, 10% service charge and 5% VAT



المقبلات الساخنة



د.إ 55..... فلافل محلية الصنع (ن) <i>يقدم مع صوص الطحينة وسلطة بيواز</i>	
75..... المشروم البري مع الأرز الأحمر المطهو بطريقة الفريكة ريسوتو (ص) (ن) <i>الأرز الأحمر والفريك المطبوخ مع البصل المقلي، والمشروم ومضاف إليه شوربة الخضروات</i>	
55..... كبة اللحم الضأن المشوي على الفحم <i>برغل أسمر محشو باللحم المفروم، والصنوبر</i>	
55..... مخبوزات المناقيش الصحية <i>جينة، وزعتر، ولحم الضأن</i>	
55..... عرايس لحم الضأن <i>ساندوتش من الخبز البلدي ولحم الضأن المتبل، وتشكيلة من المخللات</i>	



أطباق الشورية



د.إ 50..... شورية العدس مع الخضروات <i>شورية العدس الأخضر مع الريحان والخبز الاسمر المقرمش</i>	
50..... شورية الحريرة <i>مزيج من قطع اللحم الضان مع الكزبرة والكمون والقرفة تقدم مع التمر و قطع الليمون</i>	

(ص) صحي (ح) حار (ع) عضوي (م) مكسرات (ن) نباتي (ق.ن) قليل النشويات (أ.م) استوحي من (خ ج) خالي من الجلوتين

كافة الأسعار بالدرهم الإماراتي وتشمل 7% رسوم بلدية و 10% تكلفه خدمة و 5% ضريبة



FROM MOROCCAN KITCHEN



AED

LAMB COUSCOUS 85

Slow cooked lamb marinated with morocco spices and served with couscous and caramelised onion and raisin

CHICKEN COUSCOUS 85

Slow cooked chicken with morocco spices served with couscous and caramelised onion and raisin

LAMB TAGINE WITH PRUNES & ALMOND 85

Slow cooked lamb served with Iranian bread

CHICKEN TAGINE WITH PRESERVED LEMON & OLIVE 85

Slow cooked chicken served with Iranian bread



FROM THE CHARCOAL



LAMB DISHES

TURKISH SHISH KABAB 120

Lamb cubes served with grilled tomato, onion and rocca salad

GRILLED LAMB CHOP 125

Served with garlic sauce and spicy bread

KOFTA ORFALI 110

Sheesh meat minced served with grilled vegetables and rocca salad

(H) Healthy (S) Spicy (O) Organic (N) Nuts (V) Vegetarian (LC) Low-Carb (IH) Inspired by Her (GL) Gluten Free

All prices are in UAE Dirhams and are inclusive of 7% municipality fee, 10% service charge and 5% VAT



أطباق من المطبخ المغربي



د.إ

كسكس لحم الضأن 85

قطع لحم الضأن المتبل والمطهية ببطء مع التوابل المغربية، وتقدم مع الكسكسي، والبصل المعسل، والزبيب

كسكس الدجاج 85

قطع الدجاج المطهية ببطء مع التوابل المغربية، والكسكسي، والبصل المعسل، والزبيب

طاجن اللحم الضأن مع الخوخ المجفف واللوز 85

تقدم قطع اللحم الضأن المطهية ببطء مع الخبز الإيراني

طاجن الدجاج مع الليمون والزيتون 85

تقدم قطع الدجاج المطهية ببطء مع الخبز الإيراني



أطباق مشوية على الفحم



أطباق لحم الضأن

شيش كباب تركي 120

مكعبات من اللحم الضأن تقدم مع البصل، والطماطم المشوية، وسلطة الجرجير

ريش اللحم الضأن المشوية 125

يقدم مع صوص الثوم، والخبز المتبل الحار

كفتة أورفلي 110

يقدم لحم الشيش المفروم مع الخضروات المشوية، وسلطة الجرجير

(ص) صحي (ح) حار (ع) عضوي (م) مكسرات (ن) نباتي (ق.ن) قليل النشويات (أ.م) استوحي من (خ ج) خالي من الجلوتين

كافة الأسعار بالدرهم الإماراتي وتشمل 7% رسوم بلدية و 10% تكلفه خدمة و 5% ضريبة

CHICKEN DISHES

AED

GRILLED HALF BABY CHICKEN..... 75

Served with spicy bread, grilled vegetables and garlic chilli sauce

SHISH TAOUK..... 110

Chicken cubes served with grilled vegetables, garlic sauce and rocca salad

ARABIC MIXED GRILLED..... 125

Grilled chicken cubes, lamb cubes, lamb minced and lamb chop served with rocca salad and spicy bread and garlic sauce



FROM THE SEA



GRILLED SEABASS TOPPED WITH WALNUTS & HERBS..... 110

Served with saffron rice

GRILLED SALMON 115

Served with saffron rice and garlic

BAKED PRAWNS 95

Tossed with oregano tomato sauce and spring onion in clay pot



KHALEEJAIN DISHES



CHICKEN MANDI 99

Roasted local chicken served with mandi rice, yoghurt with mint and dakous sauce

LAMB SHANK MAKBOUS 109

Roasted local lamb shank served with makbous rice, yoghurt with mint and dakous sauce

PRAWN MAKBOUS 109

Grilled tiger prawn served with makbous rice, mint sauce and dakous sauce

(H) Healthy (S) Spicy (O) Organic (N) Nuts (V) Vegetarian (LC) Low-Carb (IH) Inspired by Her (GL) Gluten Free

All prices are in UAE Dirhams and are inclusive of 7% municipality fee, 10% service charge and 5% VAT

أطباق الدجاج

د.إ

نصف دجاجة صغيرة مشوية..... 75

يقدم مع الخبز المتبل الحار، والخضروات المشوية، وصوص الثوم

شيش طاووق..... 110

مكعبات من الدجاج تقدم مع الخضروات المشوية، وصوص الثوم، وسلطة الجرجير

تشكيلة المشويات العربية..... 125

مكعبات الدجاج المشوية، ومكعبات اللحم الضأن، واللحم الضأن المفروم، وريش لحم الضأن، وتقدم مع سلطة الجرجير، والخبز المتبل الحار، وصوص الثوم



مأكولات بحرية



سمك القاروص المشوي المغطى بالجوز والأعشاب..... 110

يقدم مع الأرز بالزعفران

سمك السلمون المشوي..... 115

يقدم مع أرز بالزعفران

سمك الروبيان المطهو..... 95

يخلط السمك مع صوص الطماطم بالأرويجانو، والبصل الأخضر في إناء من الصلصال



أطباق خليجية



دجاج المندي..... 99

دجاج مشوي يقدم مع أرز المندي، والزبادي بالنعناع، وصلصة الدقوس

مكبوس موزات اللحم الضأن..... 109

موزات لحم الضأن المحلية المشوية مع الأرز المكبوس، والزبادي بالنعناع، وصلصة الدقوس

مكبوس الروبيان..... 109

روبيان مشوي يقدم مع الأرز المكبوس، وصوص النعناع، وصلصة الدقوس

(ص) صحي (ح) حار (ع) عضوي (م) مكسرات (ن) نباتي (ق.ن) قليل النشويات (أ.م) استوحي من (خ ج) خالي من الجلوتين

كافة الأسعار بالدرهم الإماراتي وتشمل 7% رسوم بلدية و 10% تكلفه خدمة و 5% ضريبة



DESSERTS



	AED
CHEESE KONafa	48
UMM ALI	48
ASSORTED BAKLAWA PLATER	48
ASSORTED MOROCCAN SWEET	48
ASSORTED OF DATE PLATTER	48

All the above items may contain traces of cereals (gluten), nuts and nut products, sesame seeds, crustaceans, eggs, mustard seed and celery, fish, soya beans, milk, lupin, mollusks, sulphur dioxide & sulphite in concentrations >10 mg/kg or 10mg/1tr or products of the above-mentioned thereof.

If you suffer from any form of allergies or for any dietary requirements, please consult with the Executive Chef or Restaurant Manager. To ensure your safety all our burger patties are served well cooked, (medium, or rare burgers will not be served).

(H) Healthy (S) Spicy (O) Organic (N) Nuts (V) Vegetarian (LC) Low-Carb (IH) Inspired by Her (GL) Gluten Free

All prices are in UAE Dirhams and are inclusive of 7% municipality fee, 10% service charge and 5% VAT



الحلويات



د.إ	
48.....	كنافة بالجبنة
48.....	أم علي
48.....	تشكيلة من البقلاوة
48.....	تشكيلة من الحلويات المغربية
48.....	تشكيلة من التمور

(ص) صحي (ح) حار (ع) عضوي (م) مكسرات (ن) نباتي (ق.ن) قليل النشويات (أ.ه) استوحي من (خ ج) خالي من الجلوتين

كافة الأسعار بالدرهم الإماراتي وتشمل 7% رسوم بلدية و 10% تكلفه خدمة و 5% ضريبة



THE SOCIAL KITCHEN HEALTHY LIST



AED

VITALITY DRINKS.....42

Vitality drinks give you physical and mental strength with a feeling of vibrancy

RAINBOW (IH)

Carrot, ginger and pineapple

Carrots help the skin look fresh and provide magnesium and vitamin B and E, ginger may lower blood sugars and improve heart disease risk factors, pineapples contain high amounts of vitamin C and manganese | 189 (Kcal)

Inspired by Naomi Campbell (Super Model) 🌸

SLIM DOWN

Fresh carrots, orange, beetroot, apple and celery

This vibrant detox juice is full of vitamin A and C and helps to remove toxins from the body, boost energy, reduce inflammation and promote weight loss. It also helps digestion, increases oxygen and is great for hair and nails | 116 (Kcal)

A PUNCH OF POWER

Fresh carrots, kiwi, coriander and baby spinach leaves

This vitality drink provides a double dose of beta-carotene, potassium, extra magnesium and plenty of vitamin C. Spinach adds extra carotenoids and has cancer-fighting plant chemicals. Coriander has an effective antiseptic essential oil called linalool | 197 (Kcal)

WHAT A PLUM!

Fresh carrots, tomatoes, celery stick, basil leaves, lemon juice and freshly ground pepper

Apart from the obvious beta-carotene in the tomatoes and carrots, this drink provides potassium, lots of vitamin C and E, folic acid and magnesium. Tomatoes also provide a massive boost of collagen. Celery helps get rid of excessive fluid, while basil is one of the best calming, mood-enhancing culinary herbs | 81 (Kcal)

MINT COOLER

Mangoes, cantaloupe melon and fresh mint

This drink contains high beta-carotene, which converts into vitamin A and helps in individual cell protection. Carotenoids are valuable against ageing, heart disease and many forms of cancer | 103 (Kcal)



قائمة المشروبات



د.إ

المشروبات المنعشة.....42

تمنحك المشروبات المنعشة الطاقة البدنية والنفسية بالإضافة إلي الشعور بالانتعاش

الرينبو (م. م)

الجزر والزنجبيل مع الأناناس

يضي الجزر على البشرة الحيوية والانتعاش ويمدها بالمغنيسيوم وفيتامين ب وهـ يساعد الزنجبيل في تخفيض السكر في الدم وتقليل فرص الإصابة بأمراض القلب. أما الأناناس فيحتوي على كمية كبيرة من فيتامين ج والمغنيز | 189 (سعة حرارية)

مستودع من ناعومي كامبل (عارضة أزياء) 🌸

سليم داون

الجزر الطازج والبرتقال والشمندر مع التفاح والكرفس

هذا العصير المنعش الذي ينقي الجسم غني بفيتاميني أ و ج ويساعد على التخلص من السموم في الجسم، وزيادة الطاقة ومحاربة اللتهابات وفقدان الوزن. كما يساعد على تحسين الهضم ويزيد من مستويات الأوكسجين وهو مفيد جدًا للشعر والأظافر | 116 (سعة حرارية)

بانثي أوف باور

الجزر الطازج والكيوي والكزبرة مع أوراق السبانخ الصغيرة

هذا المشروب المنعش يمد الجسم بجرعة مضاعفة من البيتا كاروتين واليوتاسيوم وكمية إضافية من الماغنيسيوم وكمية كبيرة من فيتامين ج. أما السبانخ فترفع من كمية الكاروتينويد بالإضافة إلي احتوائها على مواد تحارب السرطان، بالإضافة إلي احتواء الكزبرة على زيت أساسي مطهر وهو اللينالول | 197 (سعة حرارية)

وات أه بلم

الجزر الطازج والطماطم وأعواد الكرفس مع أوراق الريحان وعصير الليمون والفلفل الأسود الطازج

هذا العصير غني بالبيتا كاروتين بسبب الجزر والطماطم بالإضافة إلي اليوتاسيوم وكمية كبيرة من فيتامينات ج وهـ وحمض الفوليك والمغنيسيوم، الطماطم أيضًا غنية جدًا بمحفزات الكولاجين، أما الكرفس فيساعد الجسم على التخلص من السوائل الزائدة. أما الريحان فهو واحد من أفضل الأعشاب المهدئة والمنظفة للجسم والمحسنة للمزاج. | 81 (سعة حرارية)

مينت كولر

المانجو والكتلوب مع النعناع الطازج

هذا المشروب غني بالبيتا كاروتين وفيتامين أ ويساعد في حماية الخلايا. أما الكاروتينويد فهي قوية جدًا في مكافحة أعراض التقدم في العمر وأمراض القلب وعدة أنواع من السرطان | 103 (سعة حرارية)

AED

BLUEBERRY AND RASPBERRY CRUSH

Fresh blueberries and raspberries

This drink contains high beta-carotene, which converts into vitamin A and helps in individual cell protection. Carotenoids are valuable against ageing, heart disease and many forms of cancer | 150 (Kcal)

GREEN TEA WITH APPLES

Green tea with fresh apple and lemon juice

Green tea contains immune-boosting antioxidants. Apples supply cholesterol and help digestion, which the potassium keeps blood pressure down | 98 (Kcal)

WILD FOREST

Chickoo, fresh vanilla and almond milk

Chickoo is a storehouse of nutrients, vitamins, minerals, glucose and calories. Almond milk is great for maintaining weight | 90 (Kcal)

KARKADEH / HOT OR COLD

Karkadeh helps in reducing high cholesterol levels. It has stress-releasing and relaxing effects

SMOOTHIES

42

Smoothies are cool and healthy blended beverages, made from yoghurt, ice cream, raw honey and a wide variety of fresh fruits

SPINACH SMOOTHIE (IH)

Spinach, banana, rice milk and almond

Spinach has abilities to restore energy, increase vitality and improve the quality of the blood. Banana is loaded with essential vitamins and minerals such as potassium, calcium, manganese. Rice milk is a good source of vitamin B, promotes cardiovascular health and has lots of antioxidants | 123 (Kcal)

Inspired by Jennifer Lopez (Singer and Actress) 

BLUEBERRY SUNSHINE

Blueberries

Blueberries protect from heart disease. The fibre helps to lower cholesterol in the blood and decrease the risk of heart disease | 269 (Kcal)

PARADISE FREEZE

Fresh banana, strawberries and mango

This smoothie contains several essential nutrients and has benefits for digestion, heart health and weight loss | 233 (Kcal)

د.إ

التوت الأزرق و توت العليق المهروس

التوت الأزرق وتوت العليق الطازج

هذا المشروب غني بفيتامين ج، وأساسي لقدرته على تحييد المواد الضارة وحماية الجسم من أعراض التقدم في العمر وأمراض القلب والسرطان والحالات المتقدمة الأخرى من الأمراض. | 150 (سعة حرارية)

الشاي الأخضر والتفاح

الشاي الأخضر مع التفاح الطازج وعصير الليمون

يحتوي الشاي الأخضر على مضادات الأكسدة التي تعزز المناعة، أما التفاح فيزود الجسم بالكوليسترول ويساعد في الهضم والبيوتاسيوم يحافظ على خفض ضغط الدم | 98 (سعة حرارية)

وايلد فوريسيت

التشيكو والفانيليا الطازجة وحليب اللوز

التشيكو مصدر غني بالمواد الغذائية والفيتامينات والمعادن والجلوكوز والسعرات الحرارية، أما حليب اللوز فله قدرة فائقة في الحفاظ على الوزن | 90 (سعة حرارية)

الكرندي ساخن أو بارد

يساعد الكرندي في خفض مستوى الكوليسترول، كما له القدرة على تخفيف أعراض التوتر والقلق.

42

سمووثيز

سمووثيز عبارة عن خلطات مشروبات باردة وصحية مصنوعة من الزبادي والأيس كريم وعسل النحل الطازج وتشكيلة متنوعة من الفواكه الطازجة.

سمووثي السبانخ (م. م)

السبانخ والموز وحليب الأرز واللوز

لدى السبانخ القدرة على استعادة الطاقة وزيادة الحيوية لتحسين جودة الدم، أما الموز فهو غني بالفيتامينات الأساسية والمعادن مثل اليوتاسيوم والكالسيوم والمنجنيز. حليب الأرز مصدر غني بفيتامين ب ومضادات الأكسدة كما يعزز من صحة القلب والأوعية الدموية | 123 (سعة حرارية)

مستود من جنيفر لوبيز (المطربة والممثلة) 

بلوبيري سن شاين

التوت الأزرق

يحارب التوت الأزرق أمراض القلب، أما الألياف فتساعد في خفض مستويات الكوليسترول في الدم وتقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب | 269 (سعة حرارية)

باراديز فرييز

الموز الطازج والفراولة مع المانجو

هذا سموثي غني بالعديد من المواد الغذائية الأساسية مفيدة في الهضم وصحة القلب وفقدان الوزن | 233 (سعة حرارية)

لوست هوريزون

المانجو الطازج والقرفة

الماتجو غنية بالألياف الغذائية والحيوية والفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة. هذه الفاكهة لها القدرة على منع السرطان تمامًا. أما القرفة فلها القدرة على تخفيض مستويات السكر في الدم وخفض مستويات الإصابة بأمراض القلب | **146** ^(سعة حرارية)

ديزرت ديلايت

البلح واللوز وبودرة الزنجبيل

يقوي البلح القلب والمخ والجهاز الهضمي، أما اللوز فيساعد في خفض مستويات السكر في الدم وضغط الدم ومستويات الكوليسترول | **679** ^(سعة حرارية)

بينك باشون

عصير الأناناس وحليب جوز الهند وعسل النحل الطازج

الأناناس مصدر غني جدًا بفيتامين ج والمنجنيز، أما جوز الهند فهي مغذية جدًا وغنية بالألياف والفيتامينات والمعادن | **341** ^(سعة حرارية)

جلوينج سكين

السبانخ والأفوكادو والأناناس

السبانخ غنية بفيتامين ب ٣ والزنك والبروتين والألياف وفيتامينات أ و ج و هـ. وك. الأفوكادو غذاء غني ومغذي جدًا ويحتوي على أكثر من **20** فيتامين ومعن | **285** ^(سعة حرارية)

ويت جراس جاردن

الأناناس والقمح وماء جوز الهند

يحتوي القمح على ضعف كمية فيتامين أ الموجودة في الجزر. وهو أغنى بفيتامين ج.

أما الأناناس فيخفض من مخاطر الإصابة بالسمنة والسكري وأمراض القلب. ويحتوي ماء جوز الهند على كاربوهيدرات سريعة الهضم في صورة سكر و شوارد | **184** ^(سعة حرارية)

ليمون جراس بانانا

الموز وعشب الليمون وحليب جوز الهند وعسل النحل الخام

يساعد الموز على فقدان الوزن ويحافظ على صحة الأوعية الدموية ويمد الجسم بالمواد الغذائية وغني بمركبات الفيتامين. أما عشبة الليمون فهي تستخدم في علاج المعدة وعلاج ضغط الدم المرتفع ونزلات البرد والوهن. وتستخدم بصفتها قابض معتدل، حليب جوز الهند مغذي جدًا وغني بالألياف والفيتامينات والمعادن | **458** ^(سعة حرارية)

LOST HORIZON

Fresh mango and cinnamon

Mango is rich in pre-biotic dietary fibre, vitamins, minerals and antioxidant compounds. This fruit prevents cancers, and cinnamon can lower blood sugar levels and reduce heart disease | **146** ^(Kcal)

DESSERT DELIGHT

Date, almond and ginger powder

Dates promote heart, brain and digestive health. Almonds help in lowering blood sugar levels, blood pressure and cholesterol levels | **679** ^(Kcal)

PINK PASSION

Pineapple juice, coconut milk and raw honey

Pineapple is an excellent source of vitamin C and manganese. Coconuts are highly nutritious and rich in fibre, vitamins and minerals | **341** ^(Kcal)

GLOWING SKIN

Spinach, avocado and pineapple

Spinach is high in vitamin B3, zinc, protein, fibre and vitamin A, C, E and K. Avocado is a naturally nutrient-dense food and contains nearly 20 vitamins and minerals | **285** ^(Kcal)

WHEATGRASS GARDEN

Pineapple, wheatgrass and coconut water

Wheatgrass has twice the amount of vitamin A as carrots and is higher in vitamin C. Pineapples decrease the risk of obesity, overall mortality, diabetes and heart disease. Coconut water contains easily digested carbohydrates in the form of sugar and electrolyte | **184** ^(Kcal)

LEMONGRASS BANANA

Banana, lemongrass, coconut milk and raw honey

Bananas help weight-loss, keep bowels healthy, provide nutrients and have vitamin compounds. Lemongrass is used for treating stomach ache, high blood pressure, the common cold and fatigue. It is also used as a mild astringent. Coconut milk is highly nutritious, rich in fibres, vitamins and minerals | **458** ^(Kcal)

AED

HERITAGE DRINKS40

Tea is a flavourful way of getting enough fluid into your body. It protects teeth and heart and aids preventing cancer

CHAI (IH)

Chai is a mix of aromatic spices and milk. It is usually prepared with strong black tea, ginger, cloves, sugar and other spices added to it. Milk makes this a rich and satisfying drink

Inspired by Oprah Winfrey (Talk Show Host) 🌸

SAFFRON TEA

The benefits and medicinal properties of saffron make it a valuable culinary ingredient worldwide. It can be used as a mood enhancer and regulates internal imbalances. It is also an excellent source of minerals

MOROCCAN TEA WITH MINT

The antioxidants in this tea helps boost endurance and protect against heart disease and certain cancers. Mint is a great appetiser, promotes digestion and soothes stomachs in cases of indigestion or inflammation

FENNEL SEED TEA

This tea has aromatic and digestive proprieties and is excellent for treating bloating and stomach cramps

TURMERIC TEA WITH / WITHOUT MILK

Turmeric has anti-inflammatory properties that help in treating health problems like bone-disorders and ulcers

ROOIBOS TEA

This tea is used as a cure for nagging headaches, insomnia, asthma, skin irritations, bone weakness, hypertension, allergies and premature aging

MATCHA GREEN TEA

This miracle mixture has been consumed for over a millennium in the Far East for its health benefits. The tea is high in antioxidants, boosts memory and concentration, burns calories and detoxifies the body

GINGER TEA

Ginger is used in various forms of traditional/alternative medicine. It is used to help digestion, reduce nausea and fight the flu and the common cold

د.إ

المشروبات التراثية40

الشاي هو الطريقة اللطيفة لإمداد جسمك بالمشروبات المنكهة. بالإضافة إلي أنه يحمي الأسنان والقلب ويساعد في تفادي خطر الإصابة بالسرطان

الشاي (م. م)

الشاي هو مزيج من البهارات العطرية والحليب، و يعد غالبًا من الشاي الأسود القوي والزنجبيل والقرنفل والسكر والبهارات الأخرى المضافة إليها. يضيف الحليب نكهة مميزة لهذا المشروب.

مستوح من أوبرا وينفري 🌸

شاي الزعفران

الفوائد العلاجية والمزايا التي يتمتع بها الزعفران تجعله مكون علاجي قيم جدًا في العالم كله. يمكن استخدامه لتحسين المزاج وتنظيم انعدام الاتزان الداخلي، كما أنه مصدر غني جدًا بالمعادن.

الشاي المغربي بالنعناع

مضادات الأكسدة التي يزخر بها هذا المشروب تساعد على تقوية الاحتمال وتقي من أمراض القلب وبعض أنواع السرطان. بالإضافة إلي تميز النعناع كفاتح شهية رائع ومهضم ومريح لعمل المعدة خاصة في حالات عسر الهضم أو الالتهابات.

شاي بذور الشمر

يتمتع هذا الشاي بخصائص عطرية هاضمة وهو ممتاز كعلاج للانتفاخ وتشنجات المعدة

شاي الكركم بحليب أو بدون حليب

يتمتع الكركم بخصائص مضادة للالتهابات تساعد في علاج المشاكل الصحية مثل اضطرابات العظام وفرحة المعدة.

شاي المرمية

يستخدم هذا الشاي كعلاج للصداع المزمن والقلق والربو وتهيج الجلد وضعف العظام وارتفاع ضغط العظام والحساسية والشيخوخة المبكرة.

شاي ماتشا الأخضر

يستخدم هذا المزيج الساحر منذ أكثر من ألف سنة في الشرق الأقصى بسبب فوائده الصحية ولأنه غني بمضادات الأكسدة ويقوي الذاكرة والتركيز ويساعد في حرق السعرات الحرارية وينقي الجسم من السموم.

شاي الزنجبيل

يستخدم الزنجبيل بعدة أشكال في الطب العادي والطب البديل، ويستخدم كعلاج لمشاكل الهضم والحد من الغثيان وعلاج الأنفلونزا ونزلات البرد.

CINNAMON TEA

The smell of cinnamon boosts your alertness, memory and concentration. This fabulous tea is perfect for curing arthritis and aching bones and joints

THYME TEA

Thyme is a culinary, medicinal and ornamental herb. Its flowers, leaves and oil can be used to treat bedwetting, stomach ache, arthritis, sore throat, cough and to increase urination

CUMIN TEA

Cumin is known as a natural detoxifier. It helps digestion, improve immunity, insomnia, respiratory disorders, anaemia, skin disorders and cancer

BLACK SEED TEA

Black seed tea protects against diabetes. It is viewed as a healing wonder and can be helpful in fighting illnesses of all kinds

FRESHLY GROUND AND BREWED 42**SAHARA CAPPUCCINO WITH CAMEL MILK**

Camel milk helps prevent diabetes, improve the immune system, stimulate circulation, lessen allergic reactions, promote growth and development, and boost the immune system and heart health

TURKISH COFFEE WITH CARDAMOM

Cardamom is used to counteract digestive problems and helps to eliminate waste from the body. It can combat acidity, bloating, heartburn, loss of appetite and constipation

CINNAMON LATTE

Cinnamon is one of the most delicious and healthiest spices. It can lower blood sugar level, reduces the risk of heart disease and has a variety of other health benefits

SAFFRON CAPPUCCINO

Saffron is a valuable culinary ingredient worldwide. Saffron can be used as a mood enhancer and regulates internal imbalances. It is an excellent source of minerals like copper, potassium, calcium, manganese, iron, zinc and magnesium

شاي القرفة

رائحة القرفة تنشط الذاكرة وتساعد على التركيز، فهذا الشاي رائع ومثالي لعلاج العظام والتهاب المفاصل المؤلم.

شاي الزعتر

الثيم عشبة تستخدم في الطهي والزينة ولها استخدامات طبية علاجية، وزهورها وأوراقها وزيتونها تفيد في علاج التبول اللاإرادي والمغص والتهاب المفاصل والتهاب الحلق والسعال وادرار البول

شاي الكمون

الكمون معروف بقدرته على تنقية الجسم من السموم كما يساعد في الهضم وتقوية المناعة ومحاربة الأرق وعلاج اضطرابات الجهاز التنفسي وفقر الدم واضطرابات البشرة والسرطان

شاي الحبة السوداء

يقي شاي الحبة السوداء من السممة وهو علاج رائع ويقي من كل الأمراض بكافة أنواعها.

42 مطحون ومغلي طازجًا**كابتشينو صحارى مع حليب النوق**

يقي حليب النوق من السممة ويقوي جهاز المناعة ويحفز الدورة الدموية ويقلل من الحساسية، ويساعد على النمو ويعزز من عمل الجهاز المناعي وصحة القلب.

القهوة التركية مع حب الهال

يستخدم حب الهال في علاج مشاكل الجهاز الهضمي كما يساعد الجسم على التخلص من الشوائب والمواد السامة، ويمنع الحموضة والحرقنة وفقدان الشهية والإمساك.

القرفة بالحليب

القرفة هي أشهر التوابل وأكثرها صحة فيمكنها خفض مستوى السكر في الدم وتقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب بالإضافة إلى عدد كبير من الفوائد الصحية.

كابتشينو الزعفران

الفوائد العلاجية والمزايا التي يتمتع بها الزعفران تجعله مكون علاجي قيم جدًا في العالم كله، يمكن استخدام الزعفران في تحسين المزاج وتنظيم الاثران الداخلي وهو مصدر غني بالمعادن مثل النحاس والبيوتاسيوم والكالسيوم والمنجنيز والحديد والزنك والمغنيسيوم.

	AED
COFFEE SELECTION	
DECAFFEINATED COFFEE	27
ESPRESSO	27
DOUBLE ESPRESSO	32
MACCHIATO	27
MOCHA	32
AMERICANO	27
CAPPUCCINO	32
LATTE	32
TURKISH COFFEE	32
<i>With a choice of</i>	
<i>Almond Milk</i>	<i>Additional 6</i>
<i>Coconut Milk</i>	<i>Additional 6</i>
ICED COFFEE	32

TEA AND INFUSION SELECTION.....35

EARL GREY
LIME AND LEMONGRASS
VERY BERRY
ICED TEA

	د.إ
اختيارك من القهوة	
القهوة بدون كافيين.....	27
الإسبريسو	27
دوبل إسبريسو.....	32
الماكياتو.....	27
الموكا.....	32
أمريكانو.....	27
الكابتشينو.....	32
اللاتيه.....	32
القهوة التركية.....	32
مع اختيارك من	
حليب اللوز.....	6 درهم إماراتي إضافية
حليب جوز الهند.....	6 درهم إماراتي إضافية
القهوة المثلجة.....	32

اختيارك من الشاي والمشروبات العطرية.....35

إيرل جراي
الليمون وعشبة الليمون
التوت
الشاي المثلج

REGULAR DRINKS

AED

FRESH SQUEEZED JUICES..... 35

Orange
Mango
Watermelon
Pineapple
Apple
Strawberry
Sugarcane

SOFT DRINKS 24

Organic Cola
Pepsi
Diet Pepsi
7up
Diet 7up
Miranda

FLAVOURED WATER 27

Raspberry Lime
Blackberry Sage
Pineapple Mint
Watermelon Rosemary
Lemon Mint Cucumber
Cucumber Lavender

WATER..... S/L

Mineral Water
Acqua Panna 21/27
Sparkling Water 27/37
San Pellegrino

د.إ

المشروبات المعتادة

العصائر الطازجة 35

البرتقال
المانجو
البطيخ
التفاح
الفراولة
القصب

المشروبات الغازية 24

الكولا العضوية
البيبسي
دايت بيبسي
سفن أب
ميرندا

مياه بنكهات مختلفة 27

توت العليق والليمون
المرمية والتوت الأزرق
النعناع والأناناس
إكليل الجبل والبطيخ
ليمون و النعناع والخيار
اللافندر والخيار

المياه صغيرة / وسط

أكوا بانا 27 / 21
مياه فوارة 37 / 27
سان بلجرينو

