

يحتاج الشخص البالغ 2000 سعرة حرارية يوميا وقد تختلف
من الإحتياجات الفردية من السعرات الحرارية من شخص لآخر

ما يسلها تفكير!

قائمة طعام مطعم هاشم



حمص



حمص باللحمة

٢٠ ر.س
(٩٥٠)

حمص هاشم المميز مع اللحم الطازج مطهي مع البهارات مضاف اليه المكسرات والهنوبر وزيت الزيتون

حمص بالدجاج

٢٠ ر.س
(٩٥٠)

حمص هاشم المميز مع الدجاج الطازج المبهر والمضاف اليه الخلطة الخاصة

حمص بالكبد

٢٠ ر.س
(١٠٠٠)

حمص هاشم المميز مع الكبد المطهية مع البصل والثوم والفلفل الحار والبهارات

حمص بالهنوبر والمكسرات والسمن البلدي

١٧ ر.س
(١٨٥٠)

حمص هاشم المميز مع المكسرات والهنوبر والسمن البلدي

حمص بالهنوبر والمكسرات

١٥ ر.س
(١٤٥٠)

حمص هاشم المميز مضاف اليه المكسرات وجبات الهنوبر

حمص

٣٣ ر.س
(١٠٣٠)

حمص هاشم المميز مضاف اليه الحمص الحار و التتبيلة الخاصة وزيت الزيتون الفاخر

٣٣ ر.س
(٦١٠)

حمص عليه فول

حمص هاشم المميز مضاف اليه الفول وحمص الحار مع تتبيلة هاشم الخاصة و زيت الزيتون الفاخر

٣٣ ر.س
(٩٨٠)

حمص بيروتي

حمص هاشم المميز مع التتبيلة الخاصة والبقدونس الناعم وزيت الزيتون

٣٣ ر.س
(٩٨٠)

مسبحة

حمص هاشم المميز مع حمص الحار و تتبيلة هاشم و مضاف زيت الزيتون

٣٣ ر.س
(٤١٠)

متبل

الباذنجان المشوي مضاف اليه الطحينة والليمون والثوم والفلفل الحار وزيت الزيتون

٣٣ ر.س
(٦١٠)

قديسة مخلوطة

فول الحرة مع حمص هاشم المميز يخلط و مضاف اليه التتبيلة الخاصة وحمص الحار وزيت الزيتون الفاخر



الفاول



10 ر.س

(٨١٠)

قدسية أبو الشباب جديد كليا

فول الجرة مع حمص هاشم المميز يفاؤ اليه قذحة الثوم والبقدونس مع زيت الزيتون و البهارات

13.0 ر.س

(١٠٤٠)

فول بالطماطم

فول الجرة مطهي مع الثوم والفلفل الحار والطماطم مع زيت الزيتون والبهارات

12.0 ر.س

(١١٠)

فول بالسمنة

فول جرة مفاؤ اليه السمن البلدي الفاخر

9.0 ر.س

(١٠٩٠)

فول اردني

فول الجرة مفاؤ اليه التتبيله و حمص الحب و زيت الزيتون الفاخر

9.0 ر.س

(١٠٨٠)

فول مقلوب

خلطة هاشم مفاؤ اليها فول الجرة و البهارات

9.0 ر.س

(١٠٣٠)

فول مهري

فول الجرة مفاؤ اليه الطحينه و الكمون و زيت الزيتون الفاخر

9.0 ر.س

(٨٢٠)

فول بالنعناع

فول الجرة مخلوط بالنعناع المجفؤ و عليه الخلطة الخاصة و التتبيلة الخاصة



فتة هاشم



فتة لحم بالزيت والحنوبير والمكسرات
٢٣.٥ ر.س (١٣٤٠)
الخبز المقرمش مع حمص هاشم المميز و الحمص
الحب والتبيلة الخاصة مضاف اليها المكسرات واللحم
المفروم مزينة بورقات البقدونس الطازج

فتة دجاج بالزيت والحنوبير والمكسرات
٢٣.٥ ر.س (١٣٥٠)
الخبز المقرمش مع الحمص الحب المطبوخ و حمص
هاشم المميز والتبيلة مضاف اليه الدجاج المبهر
والمكسرات مع ورقات البقدونس وزيت الزيتون الفاخر

فتة حنوبير ومكسرات والسمن بلادي
١٨ ر.س (١٢٦٠)
الخبز المقرمش مع الحمص الحب و حمص هاشم
المميز مضاف اليه الحنوبير والمكسرات و السمن
البلادي و ورقات البقدونس

فتة بالزيت والحنوبير والمكسرات
١٧ ر.س (١١٠٠)
الخبز المقرمش مع الحمص الحب وحمص هاشم
المميز مضاف اليه زيت الزيتون الفاخر مع الحنوبير
والمكسرات و ورقات البقدونس



الفلافل و الكبة



محن فلافل ميكس سوبر

١٤.٥ ر.س
(١٧٠)

حيات الفلافل المحشية بالبهل والبهارات مع
حيات الفلافل العادية و اضافة الخفار الطازجة
ومخلل الخيار و امايع البطاطا المقلية

محن فلافل ميكس عادي

١٣.٥ ر.س
(٩٨٠)

حيات الفلافل المحشية بالبهل والبهارات
مع حيات الفلافل العادية و اضافة الخفار
الطازجة ومخلل الخيار و مومس الطحينية

محن فلافل محشي سوبر

١٣.٥ ر.س
(١٧٠)

حيات الفلافل المحشية بالبهل و البهارات مفاو
ايها الخفار الطازجة ومخلل الخيار و امايع البطاطا
المقلية و مومس الطحينية

محن فلافل محشي عادي

١٢ ر.س
(٩٠٠)

حيات الفلافل المحشية بالبهل والبهارات مع
الخفار الطازجة ومخلل الخيار و اضافة مومس الطحينية

محن فلافل سوبر

١٢.٥ ر.س
(٩٨٠)

حيات الفلافل العادية مفاو ايها الخفار
الطازجة ومخلل الخيار و امايع البطاطا المقلية
و مومس الطحينية

محن فلافل عادي

١٠.٥ ر.س
(٨٠٠)

حيات الفلافل العادية مفاو ايها الخفار
الطازجة ومخلل الخيار و مومس الطحينية

كبة خمس حيات

٢٠ ر.س
(٦٨٠)

كبة هاشم الشهية المحشية باللحم
الطازج و البهارات الخاصة

فلافل جبنة ٣ حيات

٥.٥ ر.س
(٢٨٠)

ثلاث حيات فلافل محشية بالجبن

فلافل محشي ٣ حيات

٤ ر.س
(٢٦٤)

ثلاث حيات من الفلافل المحشي بالبهل
و البهارات الخاصة

فلافل عادي ٣ حيات

١ ر.س
(٢٨٠)

ثلاث حيات فلافل عادي مقلية



قلويات هاشم



٢٥ ر.س
(١٢٥٠)

هاجية نقانق هاشم جديد كليا
نقانق بقرني مطهية مع البصل و الفلفل
البارد والبهارات الشهية

٢١ ر.س
(٣٨٠)

هاجية كبدة غنم
كبدة الغنم الطازجة مطهية مع البصل
و الثوم و الفلفل الحار و الخلطة الخاصة

٢٠ ر.س
(٥١٠)

لحسة هاشم
طماطم مطهية مع البصل والثوم
و الفلفل الحار مع البيض و الجبنة السائلة

١٨ ر.س
(٤٦٠)

شكشوكة هاشم
طماطم مطهية مع البصل و الثوم
و الفلفل الحار مع البيض الطازج

١٧ ر.س
(٤٤٠)

قلية بندورة سادة
طماطم مطهية مع البصل و الثوم
و الفلفل الحار مع خلطة هاشم الخاصة

١٧ ر.س
(١٢٠٠)

مفركة بطاطا
مكعبات البطاطا المقلية مع البيض
مشاو اليها الفلفل الاسود

١٦ ر.س
(١١٦٠)

كبدة دجاج
كبدة الدجاج الطازجة المطهية مع البصل
و الثوم و الفلفل الحار و البهارات و يمكن
اضافة دبس الرمان حسب اختيارك



بطاطا واجبان



١٧ ر.س
(٨٨٠)

سلطة الجبنة التابلسية جديد
الخضار المقطعة الطازجة مع قطع
الجبنة التابلسية المقلية

١٧ ر.س
(٥٨٠)

جبنة حلوم مقلية
قطع من جبنة الحلوم المقلي مع
شربات من الطماطم والخيار الطازجة

١٢ ر.س
(٣٣٠)

بطاطا حارة

قطع البطاطا المقلية مضاف اليها زيت
الزيتون و البهارات و الليمون و ورقات الكرنب

٧ ر.س
(٨١٠)

بطاطا

امابع البطاطا المقلية المقرمشة



البيش



١٦ ر.س
(٣٨٠)

بيش مع الخفار جديد
بيش مطهي مع الخفار الطازجة

١٠.٠ ر.س
(٤٥٠)

بيش بالجبنه السائلة
بيش مقلي مضاف اليه الجبن السائل
مع الفلفل الاسود

٩.٠ ر.س
(٤٥٠)

بيش اوملتيت
قرص البيش المقلي مع الفلفل الاسود



وجبات هاشم

١٨ ر.س
(٣٣٠)

وجبة فلة يامعلم فلافل محشي
خبز التورتيا محشي لحم هاشم المميز وفلافل محشي بالبصل مع الخضار الطازج ومهوس الطحينة يقدم مع اhabع البطاطا و الكاتشب و الحمص و مخلل الخيار مع إضافة مشروب غازي من اختيارك

٢٣.٥ ر.س
(٨١٠)

وجبة ع الحاج يافلافل
ثلاث ساندويشات من خبز الحاج محشية بثلاث حشوات مختلفة من الفلافل يقدم مع البطاطا المقلية وحمير الربيع يرتقال مغير

١٧.٥ ر.س
(٣٣٠)

وجبة فلة يامعلم فلافل عادي
خبز التورتيا محشي لحم هاشم المميز وفلافل عادي مع الخضار ومهوس الطحينة و يقدم مع اhabع البطاطا المقلية و الكاتشب و الحمص ومخلل الخيار مع إضافة مشروب غازي من اختيارك

٢٢ ر.س
(٧٥٠)

وجبة فلة يامعلم دجاج
خبز التورتيا محشي لحم هاشم المميز مع الدجاج المبهر و ورقات الخس الطازج مع مهوس الطحينة يقدم بعد التقطيع مع اhabع البطاطا المقلية و الحمص و الكاتشب و المخلل مع إضافة مشروب غازي من اختيارك

٢٢ ر.س
(٨٤٠)

وجبة فلة يامعلم كبدة
خبز التورتيا محشي لحم هاشم المميز مع الكبدة و ورقات الخس الطازج ومهوس الطحينة يقدم مع اhabع البطاطا المقلية و الحمص و و الكاتشب و المخلل مع إضافة مشروب غازي من اختيارك



ساندوتشات هاشم



٨ ر.س
(٥٣٠)

ساندويتش فلافل لسوبر محشي
الخبز الشامي محشي فلافل محشية و سلطة
هاشم و الحمص مع اضافة اهابع البطاطا المقلية

٧.٥ ر.س
(٥٣٠)

ساندويتش فلافل لسوبر عادي
الخبز الشامي محشي فلافل عادية و سلطة
هاشم و الحمص مع اضافة اهابع البطاطا المقلية

٦ ر.س
(٣٩٠)

ساندويتش فلافل محشي
الخبز الشامي محشي فلافل محشية و سلطة هاشم

٤.٥ ر.س
(٣٤٠)

ساندويتش فول
الخبز الشامي محشي فول مع التتبيلة الخاصة

٥.٥ ر.س
(٣٩٠)

ساندويتش فلافل عادي
الخبز الشامي محشي فلافل عادية مع سلطة هاشم

٦.٥ ر.س
(٥٠٠)

ساندويتش فول وفلافل
الخبز الشامي محشي فول و فلافل عادية
مع سلطة هاشم

٩.٥ ر.س
(٧٠٠)

ساندويتش عربي لسوبر محشي
خبز الفرن محشي فلافل محشية وحمص
مع سلطة هاشم و اضافة اهابع البطاطا المقلية

٩ ر.س
(٧٠٠)

ساندويتش عربي لسوبر عادي
خبز الفرن محشي فلافل عادية وحمص مع
سلطة هاشم و اهابع البطاطا المقلية

٨ ر.س
(٥٠٠)

ساندويتش عربي محشي
خبز الفرن محشي فلافل محشية مع سلطة هاشم

٧.٥ ر.س
(٥٠٠)

ساندويتش عربي عادي
خبز الفرن محشي فلافل عادية مع سلطة هاشم

٧ ر.س
(٣٩٠)

ساندويتش عربي فول
خبز الفرن محشي فول مع التتبيلة الخاصة
وسلطة هاشم

٩ ر.س
(٦٣٠)

ساندويتش عربي فول وفلافل
خبز الفرن مع الفول و الفلافل عادية والتبيله
الخاصة مع سلطة هاشم



تورتيا هاشم

تورتيا دجاج

خبز التورتيا محشي بالدجاج المبهر
و الحمص و ورقات الخس مع مومس الطحينية

١٢ ر.س
(٦٦٠)

تورتيا كبدة

خبز التورتيا محشي بالكبد الطازجة المطهية
مع الحمص و ورقات الخس ومومس الطحينية

١٢ ر.س
(٦٦٠)

تورتيا فلافل سوبر محشي

خبز التورتيا محشي بالفلافل محشية و الحمص
مع سلطة الطحينية مع اضافة اطابع البطاطا المقلية

١١.٥ ر.س
(٨٢٠)

تورتيا فلافل سوبر عادي

خبز التورتيا محشي بالفلافل عادية و الحمص
مع سلطة الطحينية مع اضافة اطابع البطاطا المقلية

١١ ر.س
(٨٢٠)

تورتيا فلافل محشي

خبز التورتيا محشي بالفلافل محشية
و الحمص مع سلطة الطحينية

١٠ ر.س
(٧٥٠)

تورتيا فلافل عادي

خبز التورتيا محشي بالفلافل العادية
و الحمص مع سلطة الطحينية

٩.٥ ر.س
(٧٥٠)



كعكة أبو الشباب



١٣.٥ ر.س
(٦٨٠)

كعكة كبدية

خبزة الكعكة محشية بالكبدية والحمص
مع الخفار و مومس الطحينية

١٣.٥ ر.س
(٥٨٠)

كعكة دجاج

خبزة الكعكة محشية بالدجاج المبهر
و الحمص مع الخفار ومومس الطحينية

١٣ ر.س
(٨٦٠)

كعكة بيض أبو الشباب جديد

خبزة الكعكة محشية بالبيض المطهو
مع الخفار والبهارات

١٠ ر.س
(٩٢٠)

كعكة ابو الشباب سوهر محشي

خبزة الكعكة محشية بالفلافل المحشية و الحمص
والخفار الطازجة و قطع الليمون و مومس الطحينية
مع اضافة اناجع البطاطا المقلية

٩ ر.س
(٨٩٠)

كعكة فول وفلافل

خبزة الكعكة محشية بالفول والفلافل
العادية مع التتبيلة الخاصة و مومس الطحينية

٨.٥ ر.س
(٩٢٠)

كعكة ابو الشباب محشي

خبزة الكعكة محشية بالفلافل المحشية
مع الخفار و قطع الليمون و مومس الطحينية

٨ ر.س
(٨٨٠)

كعكة ابو الشباب عادي

خبزة الكعكة محشية بالفلافل العادية
و الحمص مع الخفار و قطع الليمون ومومس الطحينية

٧.٥ ر.س
(٦٧٠)

كعكة فول

خبزة الكعكة محشية بالفول مع التتبيلة
الخاصة ومومس الطحينية



المقبلات والسلطات



٤ ر.لس
(٨٥٠)

فلفل حار مع زيت زيتون

٣.٥ ر.لس
(٥٨٠)

علبة هنوبر ومكسرات

٣.٥ ر.لس
(٦٥٠)

علبة سمينة بلدي

٢.٥ ر.لس
(٨٥)

موم كوكتيل

٢.٥ ر.لس
(٤٨)

موم الجبن

٢ ر.لس
(١٠)

تتبيلة اردنية

٢ ر.لس
(٢٥٠)

علبة كاتشب

٣ ر.لس
(٦٨٥)

كعكة سادة

١ ر.لس
(١٠٠)

اربع حبات فبز عربي او لبناني سفرى

٢٠ ر.لس
(٣٥٠)

زيت زيتون

١٣ ر.لس
(٢٧٣)

ورق العنب

٥ ر.لس
(٢)

شطة اردنية

الشطة الاردنية والفلفل الحار مع زيت الزيتون

١١ ر.لس
(٢٠٧٠)

سلطة طحينية جديد

فشار مشكل مقطوع مع موم الطحينية وزيت الزيتون

٩ ر.لس
(٤٧٠)

عجينة فلافل

عجينة فلافل هاشم جاهزه للقلي

٨ ر.لس
(٥٧٠)

حمص حب

حمص حب مطبوخ

٧ ر.لس
(٢٠٧٠)

علبة طحينية

طحينية سائلة مجهزة بالخلطة الخامة

٥.٥ ر.لس
(٥٠)

مخلل مشكل

مخلل خيار ومخللات مشكلة مع حبات الزيتون



المشروبات

برتقال كبس

عصير برتقال طبيعي طازج - كبس

٨ ر.س
(١٥٠)

بيبلي

٤ ر.س
(١٤٠)

مياه اكوافينا

١ ر.س
(٠)

مياه ايفال

٢ ر.س
(٠)

شاي كرك

٨ ر.س
(٣٨٠)

شاي

٢.٥ ر.س
(٠)

جو فرشو

٧ ر.س
(٥٧)

حسب اختيارك: مانجو - ليمون - برتقال - فرونلة



حلا هاشم

٦ ر.س
(٣١٧)

بسبوسة هاشم
بسبوسة دوستو بالحبّة



٨ ر.س
(٣٠١)

بقلاوة هاشم
علبة أمابع مشكلة 6 حبة



CERTIFICATE

شهادة

This Certificate is Issued by Makeel Food Consulting Services Office Based on Following Information:

أصدرت هذه الشهادة من مكتب مكيل لخدمات الاستشارات الغذائية حسب البيانات التالية:

Report No.	10190057	رقم التقرير:
Date of Issue:	06/10/2019	تاريخ الإصدار: ١٤٤١/٠٢/٠٧ هـ
Food Establishment:	مطاعم هاشم	المنشأة الغذائية:
Commercial Register No.	1010209254 شركة مطاعم ركن هاشم	رقم السجل التجاري:
Address:	Riyadh	العنوان: الرياض

Services: The declaration of the Allergenic ingredients which include: Cereals containing gluten, Crustaceans, Eggs, Fish, Peanuts, Soybeans, Milk, Nuts, Celery, Mustard, Sesame Seeds, Sulphur dioxide/sulphites, Lupin, Molluscs.

الخدمات المقدمة: الإفصاح عن مسببات الحساسية في قائمة وجبات المنشآت الغذائية وتشمل الحبوب التي تحتوي على الجلوتين، والقشريات، والأسماك، والفول السوداني، والمكسرات، والحليب، والكبريتيت، والكرفس، والبيض، والخردل، وحبوب السمسم، والرخويات، واللوبيين، وفول الصويا.

Reference Regulations:

SFDA.FD 56 :2018

اللوائح المرجعية:

This certificate is provided by the consultant responsible for the food product analysis according to the data shown above and based on the recipes, measures & weights of ingredients used by Client in the recipe that submitted to Consultant. Consultant is only responsible for the accuracy of nutrition analysis based on the accuracy of the data supplied by Client. Nutritional analysis information provided by consultant is based on the estimated database analysis using available standard USDA ingredients or specific brand name ingredients that are contained within Consultant's computer database programs, following the most recent regulations provided by Saudi Food & Drug Authority.

هذه الشهادة مقدمة من قبل الاستشاري المسؤول عن تحليل المنتج الغذائي وفقاً للبيانات المبينة في الأعلى ووفقاً للوصفات والمقاييس والأوزان للمكونات والتي يستخدمها العميل في الوصفة والتي تم تقديمها إلى الاستشاري. إن دقة تحليل المنتج الغذائي والواضح في هذه الشهادة مبني على أساس دقة البيانات المقدمة من قبل العميل؛ لذلك فإن الاستشاري غير مسؤول عن أي خطأ في نتيجة تحليل المنتج الغذائي في حالة تم تقديم معلومات خاطئة أو غير دقيقة من قبل العميل. تستند معلومات تحليل المنتج الغذائي التي يقدمها الاستشاري للعميل إلى قاعدة بيانات تحليل الأغذية التقديرية والتي تقدمها وزارة الزراعة الأمريكية وإلى المعلومات الغذائية لأسماء تجارية محددة قدمها العميل والمضمنة في برامج قاعدة بيانات الكمبيوتر الخاصة بالاستشاري وتطبق أحدث معايير ولوائح الهيئة العامة للغذاء والدواء السعودية.

التوقيع:

اسم الاستشاري: ايمن بنت تركي العقلا

الختم:



Food Allergens

مسببات الحساسية

مطاعم هاشم

Makeel Food Consulting Services Office

مكتب مكيل لخدمات الاستشارات الغذائية

Soya فول الصويا	Lupine لوبين (الترمس)	Molluscs الرخويات	Sesame Seeds بذور السمسم	Mustard الخرنبل	Celery الكرفس	Sulphites الكبريتيت	Milk الحليب	Tree Nuts المكسرات	Peanuts الفول السوداني	Fish الأسماك	Eggs البيض	Crustaceans القشريات	Cereals (containing gluten) الحبوب (تحتوي على جليوتين)	خيارات القائمة Menu Options
(√) Contains the allergen (يحتوي على مسبب الحساسية)													(*) May contain the allergen (قد يحتوي على مسبب الحساسية)	
														الحمص
			√					√						حمص باللحمية
			√											حمص بالدجاج
			√											حمص بالكبد
			√											حمص
			√											حمص بيروتي
			√											مسبحة
			√											قدسية مخلوطة
			√				√	√						حمص بالسمنة والصنوبر
			√											متبل
														التورتيلات
			√				√						√	وجبة فله دجاج
			√										√	وجبة فله كبد
			√										√	وجبة فله فلافل
			√										√	وجبة فله محشى
			√				√						√	تورتيلات دجاج
													√	تورتيلات كبد
			√										√	تورتيلات فلافل
			√										√	تورتيلات فلافل محشى
														الفول
														فول بالطماطم
							√							فول بالسمنة
														فول أردني
														فول مقلوب
			√											فول مصري
														فول بالنعناع
														الفتات
*			√				√	√			*		√	فتة بالزيت والصنوبر

Nutritional Information / Effective Jan 2020

المعلومات التغذوية فعالة اعتباراً من يناير ٢٠٢٠

• Before placing your order, please inform your server if you have a food allergy.

• قبل تقديم طلبك، يرجى إبلاغ مقدم الخدمة إن كنت تعاني من الحساسية الغذائية.

• Although efforts are made to avoid cross-contact of allergens, this establishment does not guarantee that cross-contact with allergens will not occur.

• على الرغم أنه يتم تجنب حدوث التلامس الخلطي أثناء التحضير أو الطهي مع الأطعمة المسببة للحساسية، إلا أن المنشأة لا تضمن عدم حدوث ذلك.

• All nutritional information is derived by the help of Makeel Food Consulting Services Office (License No. FCO00001)

• جميع المعلومات التغذوية تم الحصول عليها بواسطة مكتب مكيل لخدمات الاستشارات الغذائية (رقم الترخيص FCO00001)

Food Allergens

مسببات الحساسية

مطاعم هاشم

Makeel Food Consulting Services Office

مكتب مكيل لخدمات الاستشارات الغذائية

Soya فول الصويا	Lupine لوبين (الترمس)	Molluscs الرخويات	Sesame Seeds بذور السمسم	Mustard الخرنبل	Celery الكرفس	Sulphites الكبريتيت	Milk الحليب	Tree Nuts المكسرات	Peanuts الفول السوداني	Fish الأسماك	Eggs البيض	Crustaceans القشريات	Cereals (containing gluten) الحبوب (تحتوي على جلاوتين)	خيارات القائمة Menu Options
(√) Contains the allergen (يحتوي على مسبب الحساسية)													(*) May contain the allergen (قد يحتوي على مسبب الحساسية)	
														الساندوتشات
			√										√	ساندوتش فلافل
			√										√	ساندوتش فول
			√										√	ساندوتش فول وفلافل
			√										√	ساندوتش عربي
			√										√	ساندوتش عربي فول وفلافل
			√										√	ساندوتش عربي فول
*			√				*				*		√	كعكة أبو الشباب
*			√				*				*		√	كعكة فول وفلافل
*			√				*				*		√	كعكة فول
√			√				√				√		√	فطيرة بالفلافل
√			√				√				√		√	فطيرة بالكبدة
√			√				√				√		√	فطيرة بالدجاج
			√										√	ساندوتش بالحمص
			√										√	ساندوتش فلافل محشي
			√										√	ساندوتش فلافل محشي بالحمص
			√										√	ساندوتش فلافل وفول وحمص
														إضافات الساندوتشات
			√											حمص ناعم
														بطاطا
														الفلافل
			√											صحن فلافل محشي
			√											صحن فلافل عادي
			√											حبة فلافل محشي
														حبة فلافل عادي
														البيض
							√				√			بيض أوملت

Nutritional Information / Effective Jan 2020

المعلومات التغذوية فعالة اعتباراً من يناير ٢٠٢٠

• Before placing your order, please inform your server if you have a food allergy.

• قبل تقديم طلبك، يرجى إبلاغ مقدم الخدمة إن كنت تعاني من الحساسية الغذائية.

• Although efforts are made to avoid cross-contact of allergens, this establishment does not guarantee that cross-contact with allergens will not occur.

• على الرغم أنه يتم تجنب حدوث التلامس الخلطي أثناء التحضير أو الطهي مع الأغذية المسببة للحساسية، إلا أن المنشأة لا تضمن عدم حدوث ذلك.

• All nutritional information is derived by the help of Makeel Food Consulting Services Office (License No. FCO00001)

• جميع المعلومات التغذوية تم الحصول عليها بواسطة مكتب مكيل لخدمات الاستشارات الغذائية (رقم الترخيص FCO00001)

Makeel Food Consulting Services Office

مكتب مكيل لخدمات الاستشارات الغذائية

King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia

CR.1010474366

www.makeel.com

info@makeel.com

920007244

جامعة الملك سعود، الرياض، المملكة العربية السعودية

Food Allergens

مسببات الحساسية

مطاعم هاشم

Makeel Food Consulting Services Office

مكتب مكيل لخدمات الاستشارات الغذائية

Soya فول الصويا	Lupine لوبين (الترمس)	Molluscs الرخويات	Sesame Seeds بذور السمسم	Mustard الخرنوب	Celery الكرفس	Sulphites الكبريتات	Milk الحليب	Tree Nuts المكسرات	Peanuts الفول السوداني	Fish الأسماك	Eggs البيض	Crustaceans القشريات	Cereals (containing gluten) الحبوب (تحتوي على جليوتين)	خيارات القائمة Menu Options
(√) Contains the allergen (يحتوي على مسبب الحساسية)													(*) May contain the allergen (قد يحتوي على مسبب الحساسية)	
أطباق														
														قلابة بندورة
														قلابة بندورة باللحم
											√			مفركة بطاطا
											√			شكشوكه هاشم
							√				√			قلابة البندورة بالبيض والجبنه
														بطاطا بالكزبرة
							√						√	مهلبية
المقبلات والسلطات														
														بطاطا
			√											سأطة طحينه
														مخلل مشكل
			√											علبة طحينه
														شطه حاره
														عجينة فلافل
														حمص حب
			√											طحينه سمسم
														زيت زيتون
														تنبيهة
													√	خبز عربي
								√						لوز صنوبري
المشروبات														
														برنتقال كيس

Nutritional Information / Effective Jan 2020

المعلومات التغذوية فعالة اعتباراً من يناير ٢٠٢٠

• Before placing your order, please inform your server if you have a food allergy.

• قبل تقديم طلبك، يرجى إبلاغ مقدم الخدمة إن كنت تعاني من الحساسية الغذائية.

• Although efforts are made to avoid cross-contact of allergens, this establishment does not guarantee that cross-contact with allergens will not occur.

• على الرغم أنه يتم تجنب حدوث التلامس للخلطي أثناء التحضير أو الطهي مع الأطعمة المسببة للحساسية، إلا أن المنشأة لا تضمن عدم حدوث ذلك.

• All nutritional information is derived by the help of Makeel Food Consulting Services Office (License No. FCO00001)

• جميع المعلومات التغذوية تم الحصول عليها بواسطة مكتب مكيل لخدمات الاستشارات الغذائية (رقم الترخيص FCO00001)

Makeel Food Consulting Services Office

King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia

CR.1010474366

www.makeel.com

info@makeel.com

920007244

مكتب مكيل لخدمات الاستشارات الغذائية

جامعة الملك سعود، الرياض، المملكة العربية السعودية

يحتاج الشخص البالغ 2000 سعرة حراريه يوميا وقد تختلف
من الإحتياجات الفردية من السعرات الحرارية من شخص لآخر



920005998

   @HASHEMREST