



المجلس اليهامي almajlis alijhami

أتعشق التراث وتشعر بالحنين نحو الماضي؟
أنطح فالك

قائمة الطعام



الأسعار تشمل 15% قيمة الضريبة المضافة



المجلس التهامي
almajlis althami

فائمة الفطور

السعر	السعر	الصنف
221	8	فول حب سادة
224	8	فول قلابة سادة
230	10	فول قلابة مشكل
225	10	فول التهامي
219	7	عدس سادة
230	8	عدس مشكل
224	10	عدس التهامي
796	20	مقلقل لحم
798	25	معزق لحم
650	15	مقلقل دجاج
162	7	حمص سادة
200	15	حمص بالحمة
220	15	حمص بالكبدة
350	20	كبدة
370	22	كبدة بالجبن
289	10-8	بيض / بيض عيون
233	10-8	تونة / تونة بالبيض



فائمة اللحوم

السعر	السعر	الصف
1900	81	نفر لحم حنيذ
1620	80	نفر لحم برمة مع العصيد أو الرز
1860	80	نفر مكموت حزرمي
2070	80	نفر لحم مضغوط تهامة / الديرة
2620	83	نفر دغابيس
1700	62	نفر لحم حاشي
1200	18-45	رقش نجراني مع اللحم - المرق

يضاف ريالان لنفر رز الحنيذ و البشاور

30400	1300	ذبيحة حنيذ
15200	650	نصف ذبيحة
7600	325	ربع ذبيحة





المجلس الوطني
almajlis alwatani

فائمة الدجاج

السعر	السعرات	المنف
44	3200	حبة دجاج حنيذ
22	1560	نص حبة دجاج حنيذ
12	780	ربع حبة دجاج حنيذ
34	1130	حبة دجاج حنيذ سادة
44	3200	حبة دجاج مندي
22	1560	نص حبة دجاج مندي
12	780	ربع حبة دجاج مندي
34	1130	حبة دجاج مندي سادة
44	3200	حبة دجاج مطبي
22	1560	نص حبة دجاج مطبي
45	2660	حبة مضغوط تهامة / الديرة
23	1330	نصف حبة مضغوط تهامة / الديرة



يضاف ريالان لنف رز الحنيذ و البشاور



أنطح فالك



يحتاج البالغون إلى 2000 سعرة حرارية في المتوسط يومياً
وقد تختلف الإحتياجات الفردية من شخص إلى آخر

فائمة الشعبيات

السعر	الصف	السعر
2950	عريكة جنوبية	30
983	عريكة سادة	20
1980	فتة دخن جنوبية	30
1285	فتة دخن سادة	20
1255	عصيدة جنوبية	15
956	عصيدة سادة	11
110	إيدام بامية	10
190	إيدام ملوخية	12
330	إيدام مشكل خضار	10
860	جريش - قرصان	10
80	شوربة كبير	8
40	شوربة صغير (محلي فقط)	4
959	حلبة كبير	6
479.5	حلبة صغير (محلي فقط)	4
1080	نفر رز شعبي	10
1086	نفر رز (بشاور - مندي - حنيذ)	11
1200	قرص (بُر - دُخن)	10
45	مرق كبير	5





المجلس الإثومي
almajlis alithomi

المقبلات

الصف	السعر	السعرات
سلطة حارة	5	15
سلطة خضراء	8	35
خيار بلبن	8	160
صحن ورقيات	8	35
مشكل مقبلات	14	250
طحينة	5	200
بطيخ شرائح	7	
كنافة بالقشطة	9	400

المشروبات

الصف	السعر	السعرات
ماء	1	15
مشروب غازي	3	179
براد شاهي	10	15
دلة قهوة القهوة والطحينة	20	15

طبخ الولايم

280	طبخ رز شعبي (1-3) صحن
300	طبخ رز بشاور (1-3) صحن
330	طبخ حنيذ (1-3) صحن



المجلس التهامي
almajlis altihami



فرع ضاحية لبن

0114103190



0537355027

فرع قرطبة

0112909002

0537355011



al_tihami

www.mtihami.com

