

MENU



مطاعم جندوفلي للمأكولات البحرية



Gandofly Restaurant



المقبلات الباردة

السعرات
الحرارية

394	13.8
247	8
164	8
145	8
146	8
296	8

سلطة يونانية
سلطة تركية
بطاطس مقلية
حمص
متبل
غنوج

السعرات
الحرارية

250	11.50
170	8
350	8
382	11.50
330	11.50
114	11.50

زيتون حليبي
خيار باللين
سلطة طحينة
فتوش
جرجير
سلطة عربية

السعرات
الحرارية

210	11.50
517	11.50
220	11.50

حمص بيروتي
بقدونسية
تبولة



الأرز

السعرات
الحرارية

882	8
905	10
987	25
987	25
950	28.75

رز أبيض
رز صيادية
رز سي فود
رز جندوفلي
رز صيادية

مكسرات بالجميري



Gandofly Restaurant



Gandofly Restaurant

الزيتون والمأكولات البحرية والسمك الطازج بها
الشخص الذي يهتمون من الخصائص



الجمبريات

السفرات الحرارية	كبير	وسط	صغير
535	149.50	138	103.50
477	149.50	138	103.50
477	149.50	138	103.50
362	149.50	138	103.50
352	149.50	138	103.50
424	149.50	138	103.50
878	149.50	138	103.50

جمبري مشوي بالزيت و الليمون

جمبري مشوي بالخلطة

جمبري مشوي مطفي بالثوم

جمبري بالبكار

جمبري مشوي بالزبدة و الليمون و الشبت

جمبري مشوي بالجبنة في الفرن

جمبري صينية صوص الكريمة

الجمبريات



السفرات الحرارية	كبير	وسط	صغير
1204	149.50	138	103.50
1270	149.50	138	103.50
---	---	---	80.5
---	---	---	80.5
---	---	---	80.5

جمبري محشي

جمبري بالمايونيز بالفرن

حبار مقلي اصابع

حبار مقلي دوائر

حبار مشوي بالخلطة



الشوربات



السفرات
الحرارية

426	28.75
426	28.75
426	28.75
348	34.50
232	28.75
260	28.75
320	28.75
238	28.75

شوربة سي فود

شوربة صيامي

شوربة مخلية

شوربة مكس قواقع بيضاء

شوربة جمبري حمراء

شوربة جمبري بيضاء

شوربة مكس عرايس حماء

شوربة مكس قواقع سادة

Gandofly Restaurant



Gandofly

مطاعم جندوفلي
للمأكولات البحرية

Gandofly Restaurant



الطواجن

السعرات
الحرارية



826	42.25
886	42.25
950	42.25
1010	42.25
981	53.75
548	42.25
331	29.75



ياخدو الفلفل على الفلفل الحلو والكمون

ياخدو الفلفل على الفلفل الحلو والكمون

ياخدو الفلفل على الفلفل الحلو والكمون

ياخدو الفلفل على الفلفل الحلو والكمون

طاجين جمبري مشط

طاجين جمبري مشط بالخضار

طاجين حبار مشط

طاجين حبار مشط بالخضار المشكل

طاجين مكس جمبري + فيليه + حبار +

جندوفلي + بلح بالفشة

طاجين كفتة جمبري بالبندورة

طاجين ملوخية بالجمبري

الطواجن



السعرات
الحرارية

423	37.50
495	37.50
483	40.25
547	40.25
537	40.25
569	53.75
324	42.25

طاجين جمبري بالبندورة

طاجين جمبري بالبندورة و البطاطس

طاجين جمبري بالبندورة و الخضار المشكل

طاجين حبار بالبندورة

طاجين فيليه بالبندورة

طاجين مكس حبار + جمبري + فيليه +

جندوفلي + بطاطس

طاجين كاري بالجمبري



المكرونه

السعرات
الحرارية

475	46
639	51.75
1042	51.75
665	57.50
604	34.50
1180	34.50
552	23
685	40.25
577	28.75



ياخدو الفلفل على الفلفل الحلو والكمون

ياخدو الفلفل على الفلفل الحلو والكمون

مكرونه فتوشيني بالكلوز سادة

مكرونه فتوشيني بالكلوز حمراء

مكرونه فتوشيني بالكلوز بيضاء

تيجاتلي بالفواقم جندوفلي + عرايسي + خضار مشكل

مكرونه اسبجتي بالسلي فود حمراء

مكرونه اسبجتي بالسلي فود بيضاء

مكرونه نابلتان سادة حمراء

تيجاتلي سي فود + حبار + جمبري

تيجاتلي جمبري

Gandofly Restaurant

مطاعم جندوفلي

للمأكولات البحرية



Gandofly Restaurant

Gandofly Restaurant

السعرات
الحرارية

البروتين والدهون والكربوهيدرات
والألياف والسكريات

1466

149.50

مكس لابلاتر جندوفلي



السعرات
الحرارية

تكس ماكس

103.50

1026



السعرات
الحرارية

1295

57.50

مكسكانا سي فود



1551

97.75

بروسكتا سي فود

Gandofly Restaurant



Gandofly

مطاعم جندوفلي
للمأكولات البحرية

Gandofly Restaurant

السمرات
الحرارية

الروبيان والسلمون والسلمون الأبيض
للشخصين الذين يعانون من الحساسية

1468

97.75

بلاتر جندوفلي



2530

103.50

مدفونة صيادية

السمرات
الحرارية

فتة سمك

63.25

1650



مكس جزل

80.50

1039



فاهيتا مكس

92

1042

Gandofly Restaurant



Gandofly

مطاعم جندوفلي
للمأكولات البحرية

Gandofly Restaurant



السمرات
الحرارية

400
400
1200
810
400
800
960



القشريات

كابوريا مشوية
كابوريا مسلوقة بالخلطة
كابوريا صينية بالقسطة
كابوريا صينية بالبندورة
كابوريا مخليقة
كابوريا مخلية بالجينة و الكرفس
كابوريا بالبشاميل

القشريات

السمرات
الحرارية

900
1140
1610
1636

استاكوزا مشوية
استاكوزا بالجينة مخلية
بكلويز مشوي بالخلطة
بكلويز مشوي اسكندراني



السمرات
الحرارية

1600
1470
770
934
852
1490
1610
1636
1692
1792

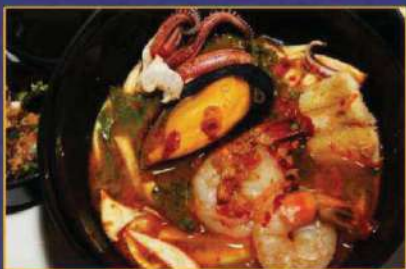


القشريات

ستاكوزا بالبشاميل
استاكوزا بالفرن بالجينة و الكرفس
بلح مشوي بالخلطة
بلح مشوي اسكندراني بالبندورة
بلح مسلوقة بالشوربة الحمراء
بلح مسلوقة بالشوربة و البصل و الكرفس بيضاء
جندوفلي مشوي بالخلطة و الزيت و الليمون
جندوفلي مشوي اسكندراني بندورة + توم
جندوفلي مسلوقة بالشوربة الحمراء
جندوفلي مسلوقة بالشوربة بيضاء بالكرفس و البصل المفروم

Gandofly

مطاعم جندوفلي
للمأكولات البحرية



مطاعم جندوفلي

Gandofly Restaurant

السعر
الحرارية

2600
1590
1347
2600
1070
1870
1480
2600
1070
1870
1480
1347



أسماك بالكيلو

شعور مقلي
شعور شوربة بيضاء
شعور جزل زيت و ليمون
هامور مقلي
هامور مشوي شبكة
هامور سنجاري ابيض
هامور سنجاري احمر
فارس مقلي
فارس مشوي شبكة
فارس سنجاري ابيض
فارس سنجاري احمر
فارس جزل زيت و ليمون

أسماك بالكيلو

السعر
الحرارية

2600
1070
1870
1480
2600
1070
1534
2600
1070
1870
1480

شريف مقلي
شريف مشوي شبكة
شريف سنجاري ابيض
شريف سنجاري احمر
دنيس مقلي
دنيس مشوي ردة
دنيس زيت و ليمون
ناجل مقلي
ناجل مشوي شبكة
ناجل سنجاري ابيض
ناجل سنجاري احمر



حسب سعر اليوم



السعرات الحرارية

صغير / كبير



٨٠٥

46/23

سندوتش سيفود



٨١٥

46/23

تورتىلا سيفود سندوتش

Gandofly Restaurant



العصائر

جميع أنواع العصائر الفريش
والمنشروبات الساخنة - و الباردة - والمياة الغازية



Gandofly Restaurant

MENU



مطاعم جندوفلي للمأكولات البحرية



Gandofly Restaurant