



ብሕቶ ዝቐርብ መግቢ

ኣብ ትጽገሓሉ ግዜ ኣመጋግባ ትእዛዝ ከተቐርብ ከለኻ ባህላውን ፍሉይን ኣማራጺታት ኣመጋግባ ኽትረክብ ትኽእል ኢኻ። ባህላውን ፍሉይን ኣማራጺታት ኣመጋግባ ኣብቲ CBORD ተሓካማይ እንተደልዩ ይዳለው

ቍርሲ

እኽሊ

ኩባያ ቺያ

ፓንኬክ ምስ ሰትሮውበርይ

ዝተለኸየ ዝተጠበሰ ባሊ

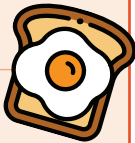
ዝተጠበሰ ጀብና ባሊ ሳንድዊች

ብዝተጠበሰ ባሊ ዝተሰንከተ ባልደንጎ

ኣብ ዝተጠበሰ ዝተፈርፈረ እንቋቋሖ

ብዝተጠበሰ ባሊ ምስ ዝተፈርፈረ ቶፋ/Tofu

ኦመሊት/Omelette
ብዝተጠበሰ ባሊ



ምሳሕን ድራርን

ምርጫ ሳንድዊች

ፓስታ ቦሎኝስ

ብርስን ቦሎኝስ

ዳሃኢ/Dhal ከምኡ'ውን ሮቲ/roti

ቲካ ማሳላ ደርሆ

ሰላይድ ቍራፅ፡- ብርስን ደርሆ ወይ ስጋ ብዕራይ

ዝተጠብሰ ሩዝ ምስ ስጋ ኣሰማ

ዝተጠብሰ ሩዝ ምስ ቶፋ/Tofu

ዝተጠብሰ ስቴክ ስጋ ብዕራይ

ዝተጠብሰ ደርሆ

ዝተጠብሰ ዓሳ

ፒዛ፤ ኣሳማን ኣናናስ ወይ ማርገሪታ

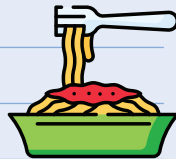
ዓሳን ቺፕስን

ኣብ ተኽሊ ዝተመሰረተ ኦግትስ

ዝተሰባበረ ደርሆ ዝሕኸ

ዝተጠቐለሉ ስጋ ኣሰማ ኣብ ሰጎ ኖፖሊታና

ልስሉስ ታኮ፡- ወይ ባሊ ወይ ስጋ ብዕራይ



ጸብሒ ካንጋሮ

ብኣሕምልቲ ጥራይ ዝተጠቐለሉ

ሱሺ/Sushi፡ ደርሆ ወይ ቱና ዓሳ

ብኣሕምልቲ ላዛኛ ፓስታ

ጥዑም ካሪ ኣሕምልቲ

ሳታይ ስጋ በጊዕ (ካዕካዕ/ካት ዘይብሉ)

ቀይሕ ደርሆ ካሪ

ደርሆ ብጠሰሚ

ደርሆ ካስሮል



ምቁር መግቢ/ Desserts

ፍሩታ

ሮግኦ/Yoghurt

ኣይስ ክሪም

ከሰተርድ ኣትክልቲ/Custard

ቸኮሊት ኬክ

ዝተሰባበረ ኣፕል



ብጎድኒ/Sides

ዝተጠቐለሉ ባሊ

ብሙቀት ዝተሰርሐ ሩዝ

ዝተጠሃነ ድንሽ

ፓስታ

ናይ ድንሽ ቺፕስ



ኣትክልቲታት

ኣብ መብልዕ ማእከሉ/ Corn on cob

ቀጻል ፋል

ጠዓሞት ሰላጣ

ቍራፅ ካሮት
Sliced arrots

ዝበሰለ ካሮት፤ ብሮኮሊ ከምኡ'ውን ዕምባባ ካውሊፍላወር

ወቕታዊ ኣሕምልቲ እስያ

ሳላጣ/Salad

ናይ ታይ/Thai ስጋ ብዕራይ ሳላጣ

ፋላፈልን ሁሙስን

ደርሆ፤ ኣቮካዶን ኮስኩስ/couscous



ብያትታት ምረጽ

ክራክር ምቁር፤ ሕብስቲ ሩዝ መጠቐለሊ

ሰለርይ መላኣሊ፤ ካሮት ፤ ቸርይ ኮሚደረ በርበረ፤ ካፕሲኮም፤ ኩከምበር፤ ዕፋን

ሁሙስ/Hummus፤ ጠሰሚ ፋል ፤ ታትዚኪ/tzatziki

ኣፕል ቍርጽራጽ፤ ዋትርመሎን (ወቕታዊ ፍሩታ)

ቺስ/ጅብና፤ ስጋ ኣሰማ፤ እንቋቋሖ፤ ቍርጽራጽ ደርሆ

ፋላፈል/Falafel፤ ቶፋ/tofu

