



London Bridge Hospital

# قائمة الطعام ألاكارت

# مرحباً بكم في

## مستشفى لندن بروج

من دواعي فخر الطهارة لدينا أننا نعرض وجبات ساخنة طازجة يتم إعدادها في الموقع بصفة يومية. لقد تم تحديد مواعيد تقديم الطعام استجابة لآراء العملاء وسوف يتم تقديم الوجبات الساخنة بحسب المواعيد المبينة أدناه. إذا أردت الأكل في غير هذه الأوقات، يرجى اختيار الطلب من بين أصناف قسم الأطعمة اللذيذة أو السلطات في قائمة الطعام هذه وهي متاحة على مدار اليوم.

### مواعيد الوجبات

الإفطار	٧,٣٠ ص – ٩,٠٠ ص	الشاى/القهوة بعد الظهر	من ٣,٠٠ م
الشاى/القهوة الصباحية	من ١٠,٣٠ ص	العشاء	٥,٣٠ م – ٧,٣٠ م
الغذاء	١٢,٠٠ ظهراً – ٢,٣٠ م	مشروبات قبل النوم	من ٨,٠٠ م

يمكن أن تقوم الممرضة المسئولة بتنظيم المشروبات الساخنة والباردة لكم بعد ٩,٣٠ م.

### كيفية طلب الوجبات

كل صباح. وبعد الظهر وفي المساء سوف يتلقى فريق الخدمة لدينا طلبك بخصوص الوجبات والمشروبات. قبل وصولهم، يُرجى أن تقرأ قليلاً في قائمة الطعام وتحديد اختيارك. سوف تخبرك الممرضة إذا كان المستشار الصحي الخاص بك قد وضع أي توصيات بخصوص نظامك الغذائي.

خدمة الغرف متاحة من ١٢ ظهراً إلى ٨م حيث يمكن طلبها من قائمة خدمة الغرف الموجودة في دليل المريض. يرجى الاتصال على الأرقام الصحيحة المبينة أدناه في حالة رغبتك في طلب أي شيء. أيضا يمكن لمرافقتك أن يشاركوا في الوجبات وذلك نظير تكلفة إضافية.

في حالة رغبتك في طلب خدمة الغرف، يرجى الاتصال على طاقم مفروشات الأجنحة على الأرقام الهاتفية التالية:

الطاقم الثاني: ٤٢٢٥١ الطابق الثالث: ٤٢٣٥١

الطاقم الرابع: ٤٢٤٥١ الطابق الخامس: ٤٢٦٣٤

### يوم المغادرة

يرجى ملاحظة أنه حيث إن الخروج المفترض سيكون في الساعة ١٠,٣٠ ص. فإن طلب الغذاء بالنسبة لك لن يتم تسجيله إلا في حالة طلبه على وجه التحديد. قبل مغادرتك، ندعوك لإكمال ورقة استطلاع رضا العميل. إن نتائج هذا الاستطلاع تمنح فريق الخدمة لدينا ملاحظات قيمة للغاية. حيث نعتمد عليها لتحسين مستوى الخدمة.

### الأنظمة الغذائية الخاصة والحساسيات

يرجى إخبارنا إن كانت لديك أي متطلبات خاصة بخصوص النظام الغذائي في وقت مبكر. بعض الأطعمة قد تحتوي على الجوز أو مشتقاته. قد لا يقدم الوصف المتضمن في قائمة الطعام تفاصيل كل المكونات في الوجبة. ولذلك، في حالة وجود أي اعتبارات خاصة بخصوص المكونات، يرجى عدم التردد في سؤال فريق الخدمة.

إننا نفهم أهمية الالتزام بالنظام الغذائي ويسعدنا إعداد الوجبات الخاصة لأجلك. لقد تم تحليل كل الوجبات لدينا من الناحية الغذائية لضمان تلبيتها للإرشادات التوجيهية الصادرة عن هيئة الأغذية البريطانية لقوائم طعام المستشفيات. قد تساعد الرموز الإرشادية المصاحبة لكل طبق من الأطباق على الاختيار الصحيح (يوجد مفتاح توضيحي عن الرموز في أسفل كل صفحة).

### إعداد الطعام

بسبب اختلاف احتياجات المرضى، فإن الطهارة لدينا لا يستخدمون الملح في إعداد الوجبات. ولذلك فإن الملح والفلفل يتم تقديمهما بصورة منفصلة مع الوجبة حتى تتاح لك فرصة إضافتها بحسب رغبتك.

إننا نستخدم البيض الطازج والمقشر في إنتاج الأطعمة ونضمن الطهي الدقيق لكل الوجبات.

في حالة وجود أي تعليقات لديك بخصوص خدمة تقديم الطعام، يرجى الاتصال على قسم الخدمة على رقم ٤٢٠٤٤ أو على خط مساعدة الخدمات الفندقية على رقم ٤٢٤٤٤.

## المقبلات

- 01 حمص منزلي مع خبز عربي (بيتا) LP NV
- 02 زبادي طبيعي مع شرائح خيار وخضروات التزيين LP V
- 03 كوكتيل قطع الفواكه الطازجة LS V ♥
- 04 حساء اليوم ♥
- 05 بابا غنوج مع خبز عربي (بيتا) LP NV
- 06 لفت أحمر بطاطا وسلطة الثوم المعمر LS V ♥
- 07 ربيان نرويجي وسلطة تفاح LP
- 08 سلمون مدخن وسلطة جرجير مع شريحة ليمون N ♥
- 09 لحوم كونتيننتال مشكلة تقدم مع صلصة مانجو LP N
- 10 كبد الدجاج باتي مع باجيت محمص LP N
- 11 شريحة عدس بوي V ♥

## الأطعمة المصاحبة

- 12 خبز صغير أبيض (خبز مدور أبيض) LP LS V ♥
- 13 خبز صغير أسمر (خبز مدور أسمر) LP LS V ♥
- 14 زبدة N
- 15 مارجارين بزيت زهرة الشمس LP V ♥

## الأطباق الرئيسية

كل الأطباق الرئيسية تقدم مع اختياراتك من البطاطا أو الأرز والخضروات أو السلطة الجانبية. يرجى الاختيار من 'الأطباق الجانبية'.

- 16 شريحة فيليه من السالمون LS N ♥
- 17 شريحة سمك أسكتلندي مع سمك هادوك سمك القد مع البقدونس LS N
- 18 دجاج وكزبرة وكاري LS ♥
- 19 برياني ضأن LS N
- 20 قطعة بيف كوتدج LP N
- 21 كباب دجاج LS N ♥
- 22 كفتة كباب ضأن N

ملحوظة: الأطعمة الخاصة تضم الأسماك والشيس أيام الجمع وطبق اليوم المحمص أيام الأحد.

## مفتاح توضيحي

### ♥ صحي

قليل في إجمالي الدهون. الدهون المشبعة. السكر والملح. هذه الاختيارات مناسبة أيضا لمرضى داء السكري.

### LP قليل البوتاسيوم

مناسب للذين يتبعون نظاما غذائيا منخفض البوتاسيوم ( $\geq 12$  mmol من البوتاسيوم في الوجبة الرئيسية).

### LS قليل الملح

مناسب للذين يتبعون نظاما غذائيا منخفض الأملاح ( $\geq 20$  mmol من الصوديوم في الوجبة الرئيسية).

### N مغذي

مناسب للذين يحتاجون إلى قدر إضافي من الطاقة والبروتين.

### V نباتي

الاختيارات النباتية لا تحتوي على أي لحوم أو دواجن أو أسماك ولكن غالبا ما تحتوي على منتجات حيوانية أخرى مثل البيض ومنتجات الألبان.

## الأطعمة النباتية

- 23 بنيه باستا مع طماطم محمصة، فاصوليا بالزبد وصلصلة حبق ♥ LS V  
24 بصل أحمر كاراميل وجبن الماعز كويشي يقدم مع صلصة روكيت LP NV  
25 مشروم بري ريزوتو مع زيت الكمأة وبارميزان NV  
26 جبن ماكاروني ناعمة LP NV

## المشويات

- 27 وزن 8 أوقيات ستيك سيرليون LS N  
28 شريحة ضأن N  
29 دجاج مشوي ♥ LS N  
30 وزن 8 أوقيات بيف برجر منزلي مع صلصة طماطم للتزيين وجبن شيدر N

ملحوظة: كل اللحوم يتم طهيها بالمعدل المتوسط للمحافظة على سلامة الطعام

## الصلصات

- 31 صلصة طماطم طازجة  
32 جريفي  
33 صلصة فلفل

## الأطباق الجانبية

- 34 خضروات اليوم المشكلة ♥ LS V  
35 أرز بسمتي ♥ LP LS NV  
36 البطاطا الجديدة ♥ LS V  
37 شيبس N  
38 بطاطا مهروسة LP LS N  
39 سلطة جانبية مشكلة ♥ LP LS

## الحلويات

- 40 قطع فواكه مشكلة طازجة ♥ LS V  
41 جيلي متوافق مع السكري ♥ LP LS  
42 تورته بيكويل LP NV  
43 قطعة شوكولاته موس LP LS NV  
44 جاتو بلاك فوريسست LP NV  
45 كريم كراميل LP LS NV  
46 بافالوفا غنب الدب، الفراولة وتوت العليق LP LS NV  
47 كيك التفاح المطبوخ LP LS V  
48 أيس كريم توت العليق ♥ LP LS V  
49 أيس كريم المانجو ♥ LP LS V  
50 أيس كريم الليمون ♥ LP LS V  
51 أيس كريم فانيلا LP LS V  
52 أيس كريم شوكولاته LS V  
53 أيس كريم الفراولة LP LS V

## الأطعمة المصاحبة

- 54 كسترد ♥ LP LS NV  
 55 كريم LP LS NV  
 56 زبادي طبيعي ♥ LP LS V  
 57 زبادي فواكه سميكة وكريمي القوام LP LS V  
 58 زبادي فواكه قليل الدهون ♥ LP LS V

## الجبن

- 59 جبن ريد ليسستر وجبن شيدر مع مجموعة متنوعة من البسكويت بالجبن والعنب الطازج LP NV  
 60 جبن براي. دانيش بلو وشيدر مع مجموعة متنوعة من البسكويت بالجبن والكمثرى الطازجة NV

## مجموعة متنوعة من المأكولات اللذيذة

- 61 فلافل. زبادي. خليط النعناع والسلطة ♥ V  
 62 فاهيتا دجاج مع جواكامول أو كريم حامض في خليط الطماطم N  
 63 بيف محمص مع بصل محول إلى كراميل . فجل الخيل والجرجير N  
 64 بيض مع مايونيز وجريز وخبز أبيض NV  
 65 حمص البحر المتوسط وطماطم وخبز الشعير NV  
 66 باجيت شيدر بلومان NV  
 67 سرطان النهر مع مايونيز الليمون. أوراق سلطة وخيار N  
 68 سلمون مطبوخ على نار هادئة مع فجل الخيل. سلطة أوراق وخيار ♥

## السلطات

- 69 سلطة سيزر الدجاج المشوي مع كراوتون وبارميسان N  
 70 سلطة يونانية مع بطاطا جديدة وجبن فيتا وزيت وطماطم شيري وخيار V  
 71 حمص مغربي وسلطة كسكس ♥ V  
 72 ستيك تونا وفاصوليا فرنسية . بيض مسلوقة وسلطة بطاطا جديدة ♥ LS V

## أكلات خفيفة (تكملة في الجانب الخلفي من الصفحة)

### بيض يقدم مع خبز الحبوب الكاملة المحمص

- 73 عيون ♥ LP V  
 74 مخلوط LP NV  
 75 مسلوقة ♥ LP V

### أومليت ثلاث بيضات مع

- 76 جبن شيدر مبشور LP NV  
 77 مشروم N  
 78 طماطم ومشروم وبصل LS V  
 79 أومليت ساهه LP LS V

ملحوظة: كل أنواع البيض يتم طهيها وفقا للمعايير الصارمة لسلامة الطعام

## الأطعمة الخفيفة (تكملة)

### بطاطا جاكيت مع

80 جين كوتدج ♥ LSV

81 جين شيدر مبشور NV

82 فاصوليا مطبوخة ♥ NV

83 تونا مايونيز N

### المشروبات

84 شاي انجليزي LP LSV

85 شاي بالنعناع ♥ LP LSV

86 شاي البابونج ♥ LP LSV

87 قهوة مرشحة LSV

88 قهوة خالية من الكافيين ♥ LSV

89 كابوتشينو LS NV

90 كافي لاته LS NV

91 شوكولاته ساخنة LS NV

92 اوفالاتين<sup>TM</sup> LS NV

93 حليب LP LS NV ♥

94 عصير برتقال LSV

95 عصير تفاح LSV

96 عصير أناناس LSV

97 عصير التوت البري LSV – ملحوظة: بالنسبة للمرضى الذين يتعاطون دواء وارفارين، يجب أن يتجنبوا كل منتجات التوت البري

توجد أيضا مرطبات غازية أخرى مثل (الكوكاكولا<sup>TM</sup> وعصير الليمون) متاحة للطلب من خدمة الغرف بتكلفة إضافية.

## توجد قائمة بالخمر المتاحة عند الطلب

قد يكون لتعاطي الكحول تفاعلات مع الأدوية الموصوفة لك. سوف يطلب من طاقم التمريض فحص الأمر مع المستشار المسئول عنك ومع الصيدلة لدينا قبل طلبك لأي من المشروبات الكحولية.

### مفتاح توضيحي

#### ♥ صحي

قليل في إجمالي الدهون. الدهون المشبعة. السكر والملح. هذه الاختيارات مناسبة أيضا لمرضى داء السكري.

#### LP قليل البوتاسيوم

مناسب للذين يتبعون نظاما غذائيا منخفض البوتاسيوم ( $\geq 12$  mmol من البوتاسيوم في الوجبة الرئيسية).

#### LS قليل الملح

مناسب للذين يتبعون نظاما غذائيا منخفض الأملاح ( $\geq 20$  mmol من الصوديوم في الوجبة الرئيسية).

#### N مغذي

مناسب للذين يحتاجون إلى قدر إضافي من الطاقة والبروتين.

#### V نباتي

الاختيارات النباتية لا تحتوي على أي لحوم أو دواجن أو أسماك ولكن غالبا ما تحتوي على منتجات حيوانية أخرى مثل البيض ومنتجات الألبان.