



KETO MENU

By Chief Dietitian
Mrs. Sawsan Wazzan Jabri

FOR DELIVERY

Hamra, Saroulla Bldg
01 345 352 | 76 363 363

Achrafieh, Sassine Square
01 331 381 | 70 333 362

Antelias, Bekfaya Road
04 522 800 | 70 333 364

By Chief Dietitian
Mrs. Sawsan Wazzan Jabri

“Our Keto menu is crafted by the founder and co-owner of the Nutrition and Diet Center in Lebanon Mrs. Sawsan Wazzan Jabri.



A pioneer in the catering business of therapeutic nutrition and low fat food in the Middle East, Mrs. Jabri is well-known for her contribution in spreading nutrition awareness through summer camps, school lectures, seminars, TV, radio and conferences.

She is also an executive committee member of the Lebanese Academy of Nutrition and Dietetics LAND and currently Co-owner and Chief Executive Officer of the franchising company headquarters in Beirut, Lebanon.

HUMMUS WITH MEAT SHAWARMA 89,000 LBP

حمص ملغوم لحمه

Fat: 30g. | Protein: 19g. | Carbs: 10g.

Meat, hummus

لحمة، حمص

HUMMUS WITH CHICKEN SHAWARMA 76,000 LBP

حمص ملغوم دجاج

Fat: 30g. | Protein: 19g. | Carbs: 10g.

Chicken, hummus

دجاج، حمص

HUMMUS WITH DELI TAOUK SHAWARMA 76,000 LBP

حمص ملغوم شاورما طاووق

Deli Taouk, hummus

ديلي طاووق، حمص

CHICKEN / DELI TAOUK AVOCADO BOWL

115,000 LBP

A mix bowl of chicken and avocado
rich in antioxidants for a healthier heart

Fat: 24g. | Protein: 18g. | Carbs: 4g.

Chicken, guacamole, tomato

دجاج، غواكامولي، بندورة

Add protein 32,000 LBP

PROTEIN BOWLS



MEAT AVOCADO BOWL 130,000 LBP

A healthy and delicious bowl rich in vitamin K important
for bones health and prevent blood clotting

Fat: 24g. | Protein: 18g. | Carbs: 4g.

Meat, guacamole, tomato

لحمة، غواكامولي، بندورة

Add protein 42,000 LBP

لا يلي مفكر حالو كثير

sympa

Tomatoes, lettuce, cucumbers, olives, and chicken shawarma with lemon oil dressing

بندورة ، خس ، خيار ، زيتون ، شاورما دجاج مع صلصة زيت الليمون

110,000 LBP

CHICKEN SEASON SALAD



Fat: 29g. | Protein: 24g. | Carbs: 7g.

لا يلي عم يهتم بكرشو

Lettuce, guacamole, tomatoes, with meat shawarma and tarator dressing

بندورة ، خس ، غواكامولي ، شاورما لحم ، صلصة طرطور

170,000 LBP

MEAT GUACAMOLE SALAD



Fat: 31g. | Protein: 24g. | Carbs: 9g.

لا يلي بحبّا ملغومه

Lettuce, guacamole, deli sauce with chicken shawarma

خس ، غواكامولي ، صلصة ، مع شاورما دجاج

130,000 LBP

CHICKEN GUACAMOLE SALAD



Fat: 38g. | Protein: 21g. | Carbs: 8g.

لا يلي بفضلا مع خضرة

Tomatoes, lettuce, cucumbers, olives, and deli taouk shawarma with lemon oil dressing

بندورة ، خس ، خيار ، زيتون ، شاورما ديلي طاووق مع صلصة زيت الليمون

110,000 LBP

DELI TAOUK SEASON SALAD



لا يلي بحبّا زياده

protein

Lettuce, guacamole, deli sauce with deli taouk shawarma

خس ، غواكامولي ، صلصة ، مع شاورما ديلي طاووق

130,000 LBP

DELI TAOUK GUACAMOLE SALAD



MEAL SHAWARMA KETO

Meat, hummus,
pickles, soft
drink

لحمة، حمص، كبيس،
مشروب غازي

260,000 LBP

SHAWARMA MEAT



Fat: 57g. | Protein: 44g. | Carbs: 13g.

SHAWARMA CHICKEN / DELI TAOUK

Chicken, cole
slaw, pickles, soft
drink

دجاج، سلطة
ملفوف، كبيس،
مشروب غازي

185,000 LBP



Fat: 48g. | Protein: 36g. | Carbs: 7g.

★ Ask for the Keto platter and remove
bread and french fries

Prices are in Lebanese Pound and include service and VAT
الأسعار بالليرة اللبنانية وتشمل الضريبة على القيمة المضافة والخدمة



SERVING UP GREAT MEMORIES
We Cater Your Events



www.spicedandsliced.me

Prices are in Lebanese Pound and include service and VAT
الأسعار بالليرة اللبنانية وتشمل الضريبة على القيمة المضافة والخدمة

Design: joefish.