

WRAPS

MEDITERRANEAN CHICKEN WRAP

HERBY ROASTED CHICKEN (HALAL)
WITH LEMON MAYO AND SALAD IN A WRAP

£5.95

香烤鸡肉及奶油蛋黄酱沙拉，夹在面包片煎饼卷中。

قطع الدجاج المقرمشة الساخنة مع العشاب، مذبوحة على الطريقة السلمية مضاف إليها الميونيز والسلطة في لفافة الخبز الرقيقة.

FALAFEL & HUMMUS WRAP

FALAFEL, HUMMUS & TOASTED ORGANIC SEEDS
WITH SALAD IN A WRAP

£5.95

鷹嘴豆泥、炸豆丸子和有机烤果仁沙拉，夹在面包片煎饼卷中。

حمص، فلافل ساخن، وبذور عضوية محمصة مع سلطة في لفافة الخبز الرقيقة.

BBQ PULLED CHICKEN WRAP

WARM HAND-PULLED CHICKEN (HALAL)
WITH MEMPHIS BBQ SAUCE AND FRESH SLAW IN A WRAP

£5.95

配美味烧烤酱的手撕烤鸡肉加生脆卷心菜沙拉的煎饼卷。

قطع دجاج حلل مشوي على نار هادئة بصلصة الشواء المدخنة، مع السلطة المقرمشة في لفائف الخبز المفرد.

UPGRADE TO A TOMATO, SPINACH OR
WHOLEMEAL FLATBREAD FOR 50P

HOT BOXES

MEDITERRANEAN CHICKEN RICE BOX

HERBY ROASTED CHICKEN (HALAL),
ORGANIC BROWN RICE, ALIOLI AND FRESH SLAW

£7.50

饭盒里有烤鸡块配大蒜蛋黄酱、卷心菜沙拉和有机糙米做成的米饭。

قطع دجاج حلال مشوية بالأعشاب ساخنة مع مايونيز بالثوم وسلطة كرنب وأرز بني عضوي في علبة.

FALAFEL RICE BOX

FALAFEL, ROASTED MEDITERRANEAN VEGETABLES
AND ORGANIC BROWN RICE

£7.50

饭盒里有沙拉三明治配地中海烤蔬菜和有机糙米做成的米饭。

فلافل ساخنة مع خضروات متوسطة مشوية وأرز بني عضوي في علبة.

SUPERFOOD SALAD BOXES

SUPERFOOD QUINOA TABOULEH SALAD

TRICOLOUR QUINOA, BLANCHED BROCCOLI & PEAS,
LEAFY HERBS, POMEGRANATE SEEDS

£5.95

超级食物藜麦能量沙拉，配上灼熟的西兰花和豌豆，还有新鲜的香草，核仁和石榴。

سلطة تبولة كينوا ممتازة مع البروكلي الأبيض والبازلاء والنعناع والبقدونس وبذور الكتان والرمان.

FALAFEL SUPERFOOD SALAD

HERBY FALAFEL WITH SUPERFOOD
QUINOA TABOULEH SALAD

£7.50

沙拉三明治配超级食物藜麦能量沙拉。

فلافل مع سلطة تبولة كينوا ممتازة.

CHICKEN SUPERFOOD SALAD

MEDITERRANEAN CHICKEN (HALAL)
WITH SUPERFOOD QUINOA TABOULEH SALAD

£7.50

烤鸡块配超级食物藜麦能量沙拉。

قطع دجاج حلال مشوية بالأعشاب ساخنة مع سلطة تبولة كينوا ممتازة.

WHAT'S IN THE BOX?

FOOD FOR THE BODY AND SOUL. ALL OUR SUPERFOOD SALAD BOXES COME PACKED FULL OF GOODNESS: ORGANIC TRICOLOUR QUINOA FROM BOLIVIA, BLANCHED FRESH BROCCOLI AND PEAS, LASHINGS OF FRESH MINT & PARSLEY, CUCUMBER, TOASTED ORGANIC SEEDS, SUN-BLUSHED TOMATOES & POMEGRANATE SEEDS.

— A WORLD OF FLAVOURS —
Manija
EST. 2006
ALL WRAPPED UP