عالـم فرسـان
FORSAN WORLD
MEAT LEGENDS

# Forsan World Corporate Menu Items Nutritional Facts

## الحقائق الغذائية لقائمة الطعام الخاصة بالمؤسسات و الشركات

| Menu Items أصناف القائمه | Platinum Combo -1 Lamb Rack Platter with Tortilla Bread and Hummus الوجبة البلاتينية - 1 طبق ريش غنم مع خبز التورتيلا و حمص | | Platinum Combo - 2 Lamb Fillet Awsal Platter with Tortilla and Hummus الوجبة البلاتينية - 2 طبق أوصال فيليه مع خبز التورتيلا و حمص | | Platinum Combo - 3 Mix Grill Platter with Tortilla & Hummus 3 - الوجبة البلاتينية طبق مشاوي مشكلة مع خبز التورتيلا و حمص | | Gold Combo -1 Steak Fillet Sandwich with 2 Pcs Chicken Tenders & French Fries الوجبة الذهبية - 1 ساندويش ستيك فيليه مع قطعتان تندرز دجاج و بطاطس مقلية | | Gold Combo - 2 Charcoal Wagyu Burger with 2 Pcs Chicken Tenders & French Fries الوجبة الذهبية - 2 واجيو برجر مشوي على الفحم مع قطعتان تندرز دجاج و بطاطس مقلية | | Gold Combo - 3 Fried Chicken Sandwich with 2 Pcs Chicken Tenders and French Fries الوجبة الذهبية - 3 ساندويش دجاج مقلي مع قطعتان تندرز دجاج و بطاطس مقلية | | Silver Combo -1 Chicken Shawarma with French Fries الوجبة الفضية - 1 شاورما دجاج مع بطاطس مقلية | | Silver Combo - 2 Meat Kofta Sandwich with French Fries الوجبة الفضية - 2 ساندويش كفتة لحم مع بطاطس مقلية | | Silver Combo - 3 Legendary Burger with French Fries الوجبة الفضية - 3 برجر أسطوري مع بطاطس مقلية | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Per serving لكل وجبه | % Daily Value القيمه اليوميه | Per serving لكل وجبه | % Daily Value القيمه اليوميه | Per serving لكل وجبه | % Daily Value القيمه اليوميه | Per serving لكل وجبه | % Daily Value القيمه اليوميه | Per serving لكل وجبه | % Daily Value القيمه اليوميه | Per serving لكل وجبه | % Daily Value القيمه اليوميه | Per serving لكل وجبه | % Daily Value القيمه اليوميه | Per serving لكل وجبه | % Daily Value القيمه اليوميه | Per serving لكل وجبه | % Daily Value القيمه اليوميه |
| Calories (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) | 1716 | — | 1381 | — | 1503 | — | 1169 | — | 1110 | — | 1091 | — | 755 | — | 624 | — | 759 | — |
| Protein (g) - البروتين (جرام) | 75 | 150% | 66 | 132% | 75 | 150% | 52 | 104% | 49 | 98% | 47 | 94% | 25 | 51% | 23 | 47% | 26 | 53% |
| Total Fat (g) - إجمالي الدهون (جرام) | 98 | 141% | 66 | 95% | 76 | 108% | 53 | 76% | 59 | 85% | 45 | 65% | 38 | 54% | 28 | 41% | 42 | 61% |
| Saturated Fat (g) - الدهون المشبعة (جرام) | 34 | 169% | 14 | 70% | 18 | 91% | 18 | 92% | 23 | 117% | 20 | 102% | 10 | 48% | 10 | 52% | 19 | 96% |
| Trans Fat (g) - الدهون المتحولة (جرام) | 0 | — | 0 | — | 0 | — | 0 | — | 1 | — | 0 | — | 0 | — | 0 | — | 0 | — |
| Cholesterol (mg) - الكوليسترول (مليجرام) | 170 | 56% | 127 | 42% | 153 | 51% | 88 | 29% | 77 | 26% | 88 | 29% | 82 | 27% | 81 | 27% | 131 | 44% |
| Carbohydrates (g) - الكربوهيدرات (جرام) | 126 | 49% | 123 | 47% | 124 | 48% | 121 | 47% | 96 | 37% | 124 | 48% | 78 | 30% | 69 | 27% | 68 | 26% |
| Fiber (g) - الألياف (جرام) | 24 | 86% | 24 | 86% | 24 | 86% | 9 | 33% | 10 | 37% | 11 | 40% | 4 | 13% | 4 | 13% | 4 | 13% |
| Total Sugars (g) - إجمالي السكريات (جرام) | 10 | 11% | 11 | 13% | 11 | 12% | 21 | 24% | 11 | 13% | 11.3 | 13% | 8 | 9% | 6 | 7% | 8 | 8% |
| Added Sugars (g) - السكريات المضافة (جرام) | 11 | 22% | 11 | 22% | 11 | 22% | 3 | 6% | 3 | 6% | 8.2 | 16% | 3 | 6% | 5 | 10% | 6 | 12% |
| Salt (g) - ملح (جرام) | 5.6 | — | 5.2 | — | 5.3 | — | 5.9 | — | 4.7 | — | 4.2 | — | 4.0 | — | 4 | — | 5.0 | — |
| Sodium (mg) - الصوديوم (مليجرام) | 2208 | 92% | 2039 | 85% | 2085 | 87% | 2521 | 105% | 2054 | 85% | 2164 | 90% | 1613 | 67% | 1471 | 61% | 2039 | 85% |

**The percentage of daily requirement for Nutrients per serving is based on a 2000 calorie diet.**

**تعتمد النسبة المئوية للاحتياجات اليومية من العناصر الغذائية لكل وجبة على نظام غذائي يحتوي على 2000 سعرة حرارية.**

# Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes)

## الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق)

| Menu Items أصناف القائمه | Platinum Combo -1 Lamb Rack Platter with Tortilla Bread and Hummus الوجبة البلاتينية - 1 طبق ريش غنم مع خبز التورتيلا و حمص | | Platinum Combo - 2 Lamb Fillet Awsal Platter with Tortilla and Hummus الوجبة البلاتينية - 2 طبق أوصال فيليه مع خبز التورتيلا و حمص | | Platinum Combo - 3 Mix Grill Platter with Tortilla & Hummus 3 - الوجبة البلاتينية طبق مشاوي مشكلة مع خبز التورتيلا و حمص | | Gold Combo -1 Steak Fillet Sandwich with 2 Pcs Chicken Tenders & French Fries الوجبة الذهبية - 1 ساندويش ستيك فيليه مع قطعتان تندرز دجاج و بطاطس مقلية | | Gold Combo - 2 Charcoal Wagyu Burger with 2 Pcs Chicken Tenders & French Fries الوجبة الذهبية - 2 واجيو برجر مشوي على الفحم مع قطعتان تندرز دجاج و بطاطس مقلية | | Gold Combo - 3 Fried Chicken Sandwich with 2 Pcs Chicken Tenders and French Fries الوجبة الذهبية - 3 ساندويش دجاج مقلي مع قطعتان تندرز دجاج و بطاطس مقلية | | Silver Combo -1 Chicken Shawarma with French Fries الوجبة الفضية - 1 شاورما دجاج مع بطاطس مقلية | | Silver Combo - 2 Meat Kofta Sandwich with French Fries الوجبة الفضية - 2 ساندويش كفتة لحم مع بطاطس مقلية | | Silver Combo - 3 Legendary Burger with French Fries الوجبة الفضية - 3 برجر أسطوري مع بطاطس مقلية | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Calories per serving (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) لكل وجبه | Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes) - الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق) | Calories per serving (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) لكل وجبه | Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes) - الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق) | Calories per serving (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) لكل وجبه | Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes) - الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق) | Calories per serving (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) لكل وجبه | Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes) - الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق) | Calories per serving (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) لكل وجبه | Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes) - الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق) | Calories per serving (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) لكل وجبه | Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes) - الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق) | Calories per serving (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) لكل وجبه | Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes) - الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق) | Calories per serving (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) لكل وجبه | Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes) - الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق) | Calories per serving (kcal) - السعرات الحرارية (كيلو كالوري) لكل وجبه | Time Required to Burn Calories By WALKING (In minutes) - الوقت اللازم لحرق السعرات الحرارية عن طريق المشي (بالدقائق) |
| | 1716 | 446 | 1381 | 359 | 1503 | 390 | 1169 | 304 | 1110 | 288 | 1091 | 283 | 755 | 196 | 624 | 162 | 759 | 197 |