

PEPELLA

MENU-MAGAZINE

02
JULY 2015

فهرست غذا: صبحانه/ سوپ/ پخت غذا/ سالاد/ غذاهای رژیمی و پاستا/ ساندویچ/ پیتزا و پیده/ غذای های اصلی/ نوشیدنی گرم/ چای و دمنوش/ چای ارکاتیک/ میلک شیک/ کوکتل و کلاسه/ کیک/ دسر/ بستنی/ نوشیدنی/ فهرست مطالب: پیلا میزبان شما/ ترفندهای قهوه/ سلام صبحانه/ انواع دانه های قهوه/ فرق قهوه با کاکائو/ دانستی های سالاد/ رژیم غذایی سالم/ ترکیبات انواع قهوه/ درباره ی KOBBS/ قهوه ساز کمکیست/ محیط زیست و بهداشت در پیلا/ عوارض لاغری با قهوه سبز/ دانستان قهوه فوری/ ۹ مطلب در مورد قهوه/ فرمات بیرون بر و منوی همراه/ مواد غذایی رژیمی/ آبمیوه و بستنی در شعبه ی لارژ/ پیلا/ پیلا در اینستاگرام/ آفادان و پیشنهادات





PEPELLA

Owned: Pepella Cafe

Instagram: Cafepepella

Tel: 04133248096

Address: 29 bahman blvd / before the
Daneshgah sq / Entrance borje shahr

Designed by: HEYRAN

E-tarh.blog.ir

Heyran@Live.com

Tell: +98 9146527768

Photos by:

Morteza

Edit, Author and Collected Articles:

Pepella R&D team with HEYRAN





Welcome

خوش آمدید...

Menu	Page	فهرست غذا
Breakfast	7	صبحانه
Soup	10	سوپ
Appetizer	11	پیش غذا
Salad	12	سالاد
Diet foods and Pasta	13	غذاهای رژیمی و پاستا
Sandwich	14	ساندویچ
Pizza and Pideh	15	پیتزا و پید
Main food	16	غذای اصلی
Hot drinks and Coffee	20	نوشیدنی گرم و قهوه
Tea and Herbal tea	22	چای و دمنوش
Organic tea	23	چای ارگانیک
Milkshake	24	میلک شیک
Cocktails and Iced	25	کوکتیل و کلاسه
Cakes, Desserts, ice cream	26	کیک، دسر، بستنی
Drinks	29	نوشیدنی

فهرست مطالب

۲۷	۲ محیط زیست و حیوانات در پیلا	۲ پیلا میزبان شما
۲۹	۴ عوارض لاغری با قهوه سبز	۴ آردقه قهوه
۳۰	۶ داستان قهوه خوری...	۶ سلام صبحانه
۳۱	۸ ۹ مطالب از شما در مورد قهوه	۸ انواع دانه های قهوه
۳۲	۹ خدمات یرون در و منوی همراه پیلا	۹ فرق قهوه با کاکائو در چای؟
۳۴	۱۲ مواد آرایشی	۱۲ داستان های سالاد
۳۵	۱۳ بستنی و آیس کریم در شعبه لث سرد پیلا	۱۳ رژیم غذایی سالم
۳۶	۲۱ پیلا در اینستاگرام	۲۱ راهنمای ترکیبات انواع قهوه
۳۷	۲۳ اتفاقات، شکایات و پیشنهادات	۲۳ در باره KOBBS
	۲۵	۲۵ قهوه ساز کسکس



COFFEE FLOWERS

your host *Cafe Pepella*

votre hôte *café Pepella*

The break of each day means yet one more chance there is for us to share its bliss with you. Before they set off their working day which means a whole life to them, our personnel lead their way to work to start a brand new day, to fight for your smile

For all the ingredients that will go together onto the plate, the meat, the chicken, the vegetables. All of the ingredients in use are of supreme quality and traverse their own path of destiny to get to pepella and we're doing our best to show our gratitude to those who did so much to have a share in putting a smile on your face

pepella is a small group aiming to do something great. Not been long since we've started but we aim to spend a great deal of time from these moments together. Thanks for spending the best moments of your life in pepella.

Chaque jour où le soleil brille, encore Ça sera une chance qu'on puisse partager la joie d'un autre jour. Avant du commencement du jour qui compte comme leur vie, tous les employés essayant de provoquer votre sourire, prennent leur chemin pour commencer un autre jour en tous les nourritures comme de la viande, du poulet rôti et des légumes qui sont à la table et celles avec la meilleure qualité qu'on use, vont au santier de leur destin pour arriver à Pepella ! On essaye aussi d'apprécier les gens laborieux qui participent à tirer votre attention.

"Pepella group" est un petit mot mais qui fait un travail signifiant. On n'a pas commencé depuis longtemps mais on décide de vivre ensemble pour longtemps. Merci d'être ici comme dans les bons instants de vos vies.





کافه پیلا... میزبان شما

ساعت کاری پیلا

۱۲ الی ۲۱:۳۰

ساعت سرو صبحانه

روزهای عادی ۱۱:۳۰ الی ۱۲

روزهای تعطیل ۹ الی ۱۲

میهمانان گرامی:

نظر به استقبال شما عزیزان از فضای آلاچیک ها در طبقه دوم و محدودیت ظرفیت، بر آن شدیم تا با در نظر گرفتن محدوده زمانی پذیرایی شما سروران باشیم.

مدت زمان استفاده از منوی کافه شاپ ۴۵ دقیقه
مدت زمان استفاده از منوی غذا ۹۰ دقیقه

هر صبح که آفتاب به مهربانی طلوع می کند، فرصت دوباره ای است تا لذت یک روز دیگر را با هم شریک شویم. تمامی پرسنل پیلا قبل از شروع یک روز کاری تازه، که تمام زحمات محسوب می شود، مسیر رسیدن به کافه را طی می کنند تا دوباره برای کسب لبخند رضایت شما تلاش کنند البته در این شروع زیبای روزانه به تنها پرسنل بلکه تمامی مواد اولیه اعم از گوشت، سبزیجات و دیگر موادی که در کنار هم قرار می گیرند، با بهترین کیفیت مسیر سرشوشت خود را طی می کنند تا برای کسب آسایش و رضایت شما هر صبح در اختیار پیلا باشند.

پیلا در تلاش است با ترکیب همه ی این طعم ها، ذوق، تلاش و زیبایی ها، زحمات این زنجیره را به خاطره ای به نظیر تبدیل کند تا قدرتان زحمات کسانی باشد که از مزرعه تا پیلا فعالیت می کنند تا لبخند های شما در پیلا ثبت شود.

پیلا کلمه ای کوچک است که در مالک انجام کارهای بزرگ است. در این مدت که در خدمت شما بوده ایم صمیمیت و دلگرمی شما را بدون وقفه احساس کرده ایم و محرم شده ایم تا برای خلق لحظات زیبای مشترک، شبانه روز در پیلا تلاش کنیم تا محصول نهایی مان که همان کیفیت و بهداشت است، شکل بگیرد. از اینکه لحظات خوب زندگیتان را در کافه پیلا رقم می زنید از شما متشکریم.
پیلا کروب...

پیلا
میزبان شما، کافه پیلا...
۰۲۱





تالیف: ایم قیصر و شمس الدین

മുഖ്യമന്ത്രി



در مورد این چای، گفته اند که این چای را در سال ۱۸۰۰ میلادی در استان مودک (Mocha) در یمن مرکز



[illegible][illegible]

شاه عباس سفیران کشورهای اروپایی را برای پذیرایی به قشورهای خود دعوت کرد. این قشورهای شاه مرکزیهای کشورها و زبانی و فرهنگی بود که در میان آنها تفاوت و فواره و آب روان جاری بود. سفیران اروپایی با دیدن این گونه مرکزیهای شاهک و اجتماعات الکلیه یافتند که در کشورهای خود چنین جاهایی را پیدا نکرده بودند. از جمله جهانگرد ایتالیایی «پیترو دلا وال» (Pietro della Valle) که در زمان شاه عباس به ایران سفر کرده است در سفرنامه خود نوشته است:

« Cam از آن که آب به‌نبوبه جوش آمده به آن مقدار از کربد به نام قهوه (cahue) افزوده می‌شود و حال معکضانه به‌نبوبه جوشد تا هم‌مایه‌ای باکوار آن شود. سپس آن را در ظرف چینی کوچک معکضانه و اندک‌اندک آن را می‌شوشند. این آب دیگر رنگ و بوی آن کرد را به خود گرفته است و معکضه که باقیه‌های زیادی برای ترش‌شدن دارد به ویژه برای کوارش و می‌شود کردن مده. معکضه که اگر Cam از تمام قهوه فورده شود کسب ضایع را از سر می‌گیرد. به همین خاطر کسانی که می‌خواهند شب‌ها مطالعه کنند آن را می‌شوشند.

همچنین حتی از وی "آدام اولاریوس" (Adam Olearius) آلمانی در سفرنامه‌های خود از قهوه و قهوه‌خانه‌ها چنین یاد می‌کند: «قهوه» (cahwa chane) به این است که در آن آب و قند مصرف می‌کنند و آب میوه‌ها را هم قهوه‌خانه‌ها به چای می‌افزایند. شاعرات و درباریان ایرانی از مشغولان دائم این کارها هستند و حتی رقیب در مرکز کردن قهوه (قهقهه) دارند.

در ترجمه انگلیسی سبزه‌ها در فارسی به معنی "coffee" هم نوشته شده است و این نشان می‌دهد که در زمان ترجمه انگلیسی (سال ۱۶۶۹ میلادی) این واژه وارد زبان انگلیسی شده است پس از این همه جرق و تم قاری، اکنون این کلمه های زیبا و خوش طعم در پیله ترانس شما به نوشیدنی ها خوش طعم تبدیل می شوند تا شما تمام ادویه ها را همانند سبزه آن از دلت خارج کرده کنید.

در سال ۱۹۸۵ میلادی، گروهی از دانشمندان در مکزیک (Mocha) در امتداد ساحل دریای آرامیکو، یک قطعه سنگی به طول ۱۰ متر و عرض ۵ متر را پیدا کردند. این سنگ به نام «سنگ ۱» نامیده شد. در سال ۱۹۸۶ میلادی، گروه دیگری از دانشمندان در مکزیک (Mocha) در امتداد ساحل دریای آرامیکو، یک قطعه سنگی به طول ۱۰ متر و عرض ۵ متر را پیدا کردند. این سنگ به نام «سنگ ۲» نامیده شد.

استفاده ای که در قرن ۹ میلادی اتفاق افتاده، مربوط به صوفیانی است که به نام "کالدی" است. کالدی روزی پی میبرد که برای یافتن خود از فورون از میوه‌های درختچه‌های "بون" چنبه و جوش می‌بخشد و می‌کند. کالدی در بازگشت از صبرا مقداری از میوه‌ها را همراه خود می‌برد و موضوع را با یکس از صوفیان در میان می‌گذارد و صوفی در مخالفت با استفاده از میوه‌ها آنها را در آتش می‌ریزد که علت باطل از موقوفه دانه‌های میوه آنها را چنبه خود می‌کند. بعد از امتناع این دانه‌ها بوده شده و با صلیب افریقای آبی پی می‌برد و به توجه به منوعیت استفاده از الک در میان صوفیان در رقابت با استفاده از شراب در کلیساها، از نوشیدنی تهیه شده از این دانه‌ها در مراسم مذهبی خود و برای ساختن درختها برای عبادت استفاده می‌کند. در مقابل کلیساها قبل فورون نوشیدنی رهرو را منوع اعلام کرد.

[illegible]

کشاورز ایرانی به مساحت اکلستان "فرانکو ایت" در سال ۹۰۰ میلادی کاشت برای اصلاح و کشت قهوه در سایر مستعمرات اروپاییات را آغاز کرد و قهوه را به آمریکا کشت کرد و مستعمراتی، کوبا، برزیل، کلمبیا و سایر کشورهای آمریکای لاتین میزبان قهوه شدند. بعدها کشورهای زیادی از جمله ایران به این دانه آشنا شده و تجارت قهوه را کند زدند.

هرچند هیچ سند مکتوبی برای تاریخ ورود قهوه و کسب و
معرف آن در ایران وجود ندارد اما شواهدی بر حضور قهوه و
معارف دارویی آن در قرن ۱۶ میلادی در ایران وجود دارد.
به نظر می‌رسد رفته‌وآمد زائرات ایرانی به حجاز و تجارت بیت
الاعتاب و جزیره العرب عامل راه یافت قهوه به ایران بوده است.
قهوه‌خوب در ایران نخست از زمان شاه تهماسب صفوی رایج
شد. اما مشهورترین آن‌ها در زمان شاه تهماسب
نخست شاه صفوی بزرگ دیده شد است.

အသံ ၁၅၁၁ မိမိ



PEPELLA

سلام صبحانه

کریهیدرات‌ها، فیبر، پروتئین و مقدار کمی چربی را دریافت کنید. این ترکیب غذایی به شما فواید بیشتری برای شما دارد بلکه باعث می‌شود تا ساعت‌ها احساس سیری هم داشته باشید. صبحانه آتندر مهم است که مشخصات آن به می‌شود اگر فکر می‌کنید، صبح وقت کافی برای خوردن صبحانه ندارید، از شب قبل به فکر باشید. البته پلا فیله زودتر از اینها به فکر صبحانه شما بوده و سرو صبحانه خود را رو به وقت فراوان و به رعایت کمیت و کیفیت اون راه اندازی کرده. پلا به آکادمی کامل از وعده صبحانه برای شما قرار می‌دهد که به توجه به هرم غذایی می‌تواند تمام ویژگی‌های مورد نیاز شما را برای آغاز یک روزی پر انرژی و سالم مهیا کند.

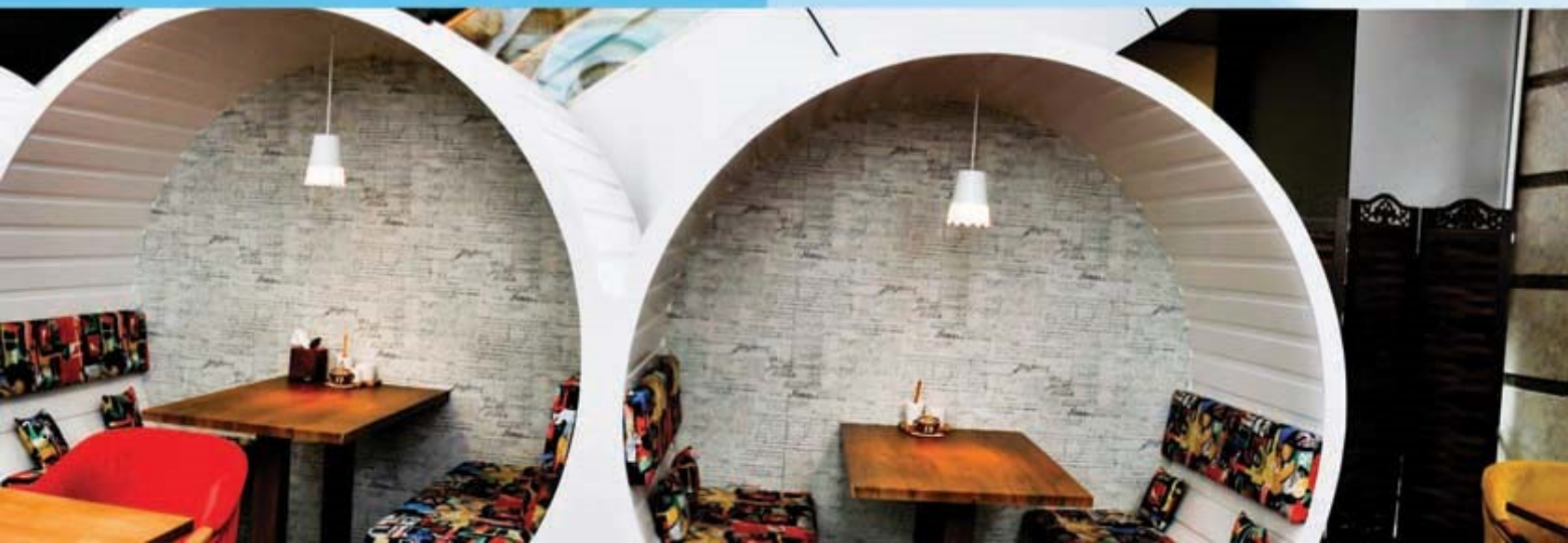
با خوردن صبحانه، روز خود را به وعده‌ای سالم و سرشار از مواد مغذی شروع کنید، مشخصات معادل صبحانه برای سلامت کل بدن در طول عمر مفید خواهد بود.

شاید برخی تصور می‌کنند خوردن صبحانه تنها برای کودکان و نوجوانان مهم و ضروری است و بزرگسالان نیاز ندارند به آن دارند، اما مشخصات فواید صبحانه برای بزرگسالان را نیز بسیار مهم می‌دانند. به عنوان مثال، زمانی که شما صبحانه‌ای مغذی می‌خورید، بدن شما قابلیت بیشتری در جذب ویتامین‌ها و مواد معدنی پیدا می‌کند که علاوه بر خوردن صبحانه‌ای مناسب می‌تواند وزن خود را کنترل کنید. پس به این اقدام ساده، می‌توانید به حفظ وزن متعادل و کاهش کلسترول، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش دهید.

خوردن صبحانه باعث تمرکز بهتر در تمام سطوح تحصیلاتی در سنین پایین تر می‌شود، اما مطالعاتی از این دست بسیار هستند که به اهمیت وعده صبح اشاره دارند پس به نتیجه می‌رسد که صبحانه‌ای می‌تواند صبحانه‌ای سالم و مغذی که گفت که تأثیرات آن به سلامت است.

استفاده از غلات در وعده صبحانه بسیار مفید خواهد بود. نان‌های سبوسدار یا فرآورده‌های تهیه شده از غلات هم مناسب هستند همچنین اینها کم چرب، خوردن شیر و پنیر کم چرب هم از دیگر مواد غذایی مناسب صبحانه سالم هستند.

خوردن میوه و سبزیجات تازه به آب میوه‌ها در حد طبیعی و بدون شکر افزوده، می‌تواند در تهیه یک صبحانه سالم به شما کمک کند. با خوردن این موارد می‌توانید مواد غذایی مورد نیاز از جمله



Breakfast at Pepella with...
Breakfast plate
Nations omelette

Breakfast serving hours
Weekdays
9 to 11:30 AM
Weekend
9 to 12 AM



ساعت سرو صبحانه
روزهای کاری
۹ الی ۱۱:۳۰ صبح
روزهای تعطیل
۹ الی ۱۲ ظهر

صبحانه در پلا با...
بشقاب صبحانه و
املت ملک



Simple omelette

2 egg, tomato, green pepper, cheese

Vegetable omelet

2 egg, tomatoes, zucchini, eggplant, bell pepper, cabbage, cheese, french fries

Spanish omelette

2 egg, Ham, sausage, mushrooms, green peppers, sweet, cheese, and french fries

Italian omelette

2 egg, dried tomatoes, olive oil, egg yolks, with Glutia, cheese, and french fries

6,000

املت ساده

۲ عدد تخم مرغ (زره) کدو، فلفل سبز، پنیر

8,000

املت سبزیجات

۲ عدد تخم مرغ، کدو، فلفل سبز، پنیر، بادمجان، پیاز، قارچ، کلم، پیاز، کرفس، سیب زمینی سرخ شده

13,000

املت اسپانیایی

۲ عدد تخم مرغ، زرد کدو، کالباس، قارچ، فلفل سبز، پنیر، پیاز، سیب زمینی سرخ شده

14,000

املت ایتالیایی

۲ عدد تخم مرغ، کدو، پنیر، روغن زیتون، پیاز، سیب زمینی سرخ شده، پنیر، سیب زمینی سرخ شده

Breakfast plate

Milk, Cream, honey, butter, nuts, boiled eggs, white cheese and cheese Lighvan, Meat Ham and Hen Ham, chicken, olives, tomatoes, cucumbers, bread Burke, orange or grapefruit slices, breads Day

25,000

بشقاب صبحانه پلا

شیر، خامه، عسل، کره، گردو، تخم مرغ آب پز، پنیر سفید و پنیر لیقوان، گوشت مرغ و گوشت بوقلمون، تخم مرغ، پنیر، کدو، فلفل سبز، سیب زمینی سرخ شده، پنیر، سیب زمینی سرخ شده، انواع نان های روز

+ Unlimited tea

+ چای نامحدود



time to prepare:
20 min



قهوه ها به دو گونه کلی تقسیم می شوند:

دو نوع قهوه موسوم به Arabica که نوع قهوه سنتی است که طعم و بوی آن از همه بهتر است. نوع Robusta که میزان کافئین آن بیشتر است و در آب و هوایی که نوع اول در آن قادر به رشد نیست، پرورش می یابد. بنابراین از این نوع قهوه به دلیل تولید زیاد و ارزان تر بودن، برای مصارف مختلف استفاده می شود. البته از نوع Robusta معمولاً به تنهایی استفاده نمی شود، چون طعم تلخ و ترش دارد. انواع بهتر آن را برای تهیه اسپرسو به کار می برند.

فرق کا کافے با قہوہ چیست؟

بدلیل شباهت بسیار زیاد دانه های گیاه قهوه و گیاه کاکائو اغلب تصور می شود که محصولات مثل قهوه، شکلات، اسپرسو، کاپوچینو، موکا و... همگی محصولات از یک ریشه هستند. در حالی که اینطور نیست!

گیاه قهوه (به انگلیسی: Coffea) از گیاهان گلدار از خانواده روستاسیاس است که در نواحی گرمسیری رشد می کند. بلند آن به ۱۰ متر می رسد و ۱۴ تا ۵ سانتی متر از کاشت تا شدن محصول می برد. کلک های سفید رنگ آن همانا نوشیدنی قهوه نوشیدنی هستند. میوه های قهوه همگی به شکل میوه و به صورت خوشه آویزان می شوند. هر درخت قهوه حدود ۳۰۰۰ میوه می دهد. بین ۶ تا ۹ ماه زمان لازم است تا میوه قهوه از یک سبز به زرد و بعد قرمز یا بنفشه ای شود و کاملاً برسد. دانه های قهوه ابتدا به رنگ روشن هستند که بعد از پر شدن به شک قرمز و همان چیزی که به عنوان قهوه شناخته می شود. در میوه آن. نوشیدنی های بسیار متنوعی از دانه های قهوه تهیه می شود که از میان آن ها می توان به انواع اسپرسو، شکافه، قهوه ترک و... اشاره کرد.

کاکائو

میوه های این گیاه بشکل ساشه و زرد رنگ است که متوسط ۲۵ تا ۴۵ دانه کاکائوست. میوه های این گیاه بعد از پوست برداری جمع آوری می شود و به معارف مختلف می رسد. پودر کاکائو حاصل این دانه های ارزشمند که تقویت کننده قلب است. محبوبترین فرآورده این گیاه انواع شکلات است. درخت کاکائو در منطقه ساحلی بین عرض جغرافیایی ۱۰ تا ۲۰ درجه در شمال و جنوب خط استوا می روید. کاه به این منطقه گرمسیر کاکائو کشیده می شود. از آنجا که این کشورها تولیدکننده کاکائو در جهان می توان به ساحل عاج، گنا، اندونزی، نرویه، برزیل، کامرون، اکوادور، جمهوری دومینیک و پاپوا گینه نو اشاره کرد. نوشیدنی های که توسط دانه کاکائو در دست می شود انواع مختلفی دارد که می توان از میان آن ها به کاکائو درینک، هات چاکلت، شیر کاکائو و... اشاره کرد.





Soup

سوپ



Cream	4,000	سوپ خامه
Mushroom	4,000	سوپ قارچ
Chicken	4,000	سوپ مرغ

مرغ، هویج، سیب زمینی، رب گوجه، وورمیچلر





Appetizer

پیش غذا



۱۱
پیش غذا

Tagito 6,000

تاگیتو

خمیر پوکا، پنیر، مالتا، سوسیس و مرغ

Fried shrimp 15,000

میگو سوخاری

میگو، کره سوخاری، ادویه و سوسیس و مرغ

French fries 7,000

سیب زمینی سرخ شده

سیب زمینی، ادویه

Texas fries 9,000

تکساز فرائز

سیب زمینی، قارچ تازه، مرغ، پنیر موزرلا

Fried mushroom 6,000

قارچ سوخاری

قارچ تازه، خمیر مالتا

Chips and Cheese 7,000

چیپس و پنیر

چیپس، پنیر موزرلا

Garlic bread 8,000

نان سیر

سیر، روغن زیتون، فلفل دلمه ای، پنیر هلندی

Borek 6,000

بورک

خمیر پوکا، پنیر سیمید، جعفری، مالتا، پنیر مالتا





زمان آماده شدن
۱۵

Salad

سالاد

دانشتهای سالاد

یکی از مواد غذایی که برای بدن فواید بسیاری دارد و خوردن آن در هنگام وعده های غذایی بسیار مفید می باشد انواع سالاد ها است. بنابراین در رابطه با این خوراکی پرداخته ایم. آشپزهای زیادی وجود دارد که از آنها می توان به تفصیل خوردن سالاد را بیاموزیم و به شما اشاره کرد.

- اگر به خوردن سالاد کاهو دار، دچار نفخ می شوید، پیشنهاد می کنیم از لیمو، رازشانه یا کشمش استفاده کنید. در صورت نیاز از کارسون استفاده کنید تا این ادویه ها را برای شما سرو کند.

- کرفس برای روده های کاهو، سالاد را خوشمزه تر می کند. اما برای کسانی که تیره هستند، باید رنده رنده مواد مفید زیادی دارند و بهتر است از ساقه کاهو نیز استفاده شود. چرا که فیبر بیشتری دارد و برای کنترل کلسترول فواید بسیار دارد.

- مهم ترین خاصیت سالاد کلم به خصوص کلم بلخشت، پروکای و کل کلم، تأثیر آن در پیشگیری از سرطان روده، معده، سینه و ریه است.

- سالاد کل کلم دار، برای کاهش و پیشگیری از آلزایمر مفید است و در کنترل وزن بسیار پخته و خاصیت ضد التهابی دارد.

- استفاده از کلم پروکای در سالاد می تواند به دلیل کلسیم زیاد و وجود آن در موز، برای استخوان ها مفید باشد و از رشد تومور جلوگیری کند.

- اگر کوکثر دارید، کمتر سراغ سالاد پخته شده کلم بروکلی بروید. ششک کوکثر را کاهش می دهد و مصرف زیاد آن موجب شل شدن روده ها، مشکلات گوارشی، نفخ و دلخوشی می شود. البته اگر کلم را با کمی آب لیمو تازه بپزید، از نفخ آن در امان خواهید ماند.

- برخی افراد کمات می کنند سالاد به دلیل فیبر بالای آن که دارد. می توان چربی و کالری در هفته را کاهش داد و به هر وعده غذا یک بشقاب از سالاد می خورد اما باید به این سالاد زمانه شما را افزود که به جایگزینی پختن از وعده اصلی غذا شود و تصور کنید فیبر سالاد، جوی جذب چربی غذا را می گیرد. موز و کرفس دیگر آنکه هر سالادی را می پزند.

بیشتر بخوانید...



Caesar

10,000

سالاد سزار

فیله مرغ، کاهو، کوبه فرنگی، نان سوخاری، پنیر پARMESAN

Mini Caesar

7,000

سینه سزار

فیله مرغ، کاهو، کوبه فرنگی، نان سوخاری، پنیر پARMESAN

Green

8,000

سالاد فصلی

کاهو، کوبه فرنگی، هویج، کلم، خیار، لیمو، روغن زیتون

Caprese

6,000

سالاد کاپریس

پنیر کوبه فرنگی، پنیر کوزا، کاهو مخلوط، روغن زیتون، سوسیس

Pasta

6,000

سالاد پاستا

ماکارونی، خیار شور، ژامبون کوبیده، ذرت

Cabbage

5,000

سالاد کلم

کلم سفید، هویج، جعفری، مایونز

Chef

9,000

سالاد شیف

سبب زمینی، سینه مرغ، خیار شور، مایونز، کلم دانه ای سبز و قرمز

Indonesia

8,000

سالاد اندونزی

کوبه فرنگی، خیار، جعفری، کاهو، پیاز، سرکه بالزامیک





رژیم غذایی سالم گرسنه ماندن یا لذت بردن از سلامتی

غذاهای رژیمی Diet Foods

مرغ با سبزیجات	12,000	Chicken with Vegetables
مرغ بخارپز با سبزیجات	15,000	Steamed Chicken with Vegetables
اسپاگتی سبوسه دار	12,000	whole wheat spaghetti

با سبزیجات Pasta

پنه مرغ	15,000	Chicken Penne
اسپاگتی ناپولی	16,000	Spaghetti Napoli
بیف تالیاتلی	16,000	Beef Tagliatelli

رژیم غذایی سالم، رژیمی است که به هدف و بهبود سلامت عمومی بدن کمک میکند. رژیم غذایی سالم مواد مغذی لازم، مایعات کافی، آمینو اسید و اسیدهای چرب لازم، ویتامین ها و مواد معدنی کافی و همچنین کالری لازم را برای بدن فراهم می آورد. رژیم غذایی سالم نیازهای اساسی بدن را بدون اینکه شما را دچار اضافه وزن و بیماری کند، برای شما فراهم میکند.

همچنین رژیم غذایی سالم به همراه ورزش میتواند خطر ابتلا به بیماریهای از جمله چاقی، بیماریهای قلبی، دیابت نوع ۲، فشارخون بالا و سرطان را در شما کاهش دهد. برخلاف آنچه خیلی از افراد تصور میکنند، داشتن رژیم غذایی سالم میتواند بسیار ساده و آسان باشد.

رژیمی شامل مواد غذایی شادمانه دار همچون سیب زمینی، برنج و ماکارونی و انواع میوه و سبزیجات و به همراه مواد مغذی پروتئین دار همچون گوشت، ماهی و لبنیات، بهایه مقدار کمی چربی، نمک و شکر تمام مواد مغذی است که بدن شما به آن احتیاج دارد. با کمیت کم، شما نیاز به رژیم غذایی سالم در میان است. تعداد کمی از مواد غذایی در اندازه مناسب و مصرف مقدار صحیح از خوردنی ها و نوشیدنی ها است که به شما در رسیدن به بدن سالم و هدف سلامت آن، کمک میکند.

توجه کنید که زمانی که به ورزش و اضافه وزن در میان است، مقدار فقط غذاها نیست، بلکه از نوشیدنی ها هم استفاده کنید. اندازه غذا یک کف دست باشد. همه مواد غذایی که ما مصرف میکنیم را میتوان به پنج دسته تقسیم کرد، برای داشتن رژیم غذایی سالم، سعی به انتخاب طیف متنوعی از غذاها از ۴ گروه اول کنید.

میوه و سبزیجات، مواد غذایی شادمانه دار، همچون نان، برنج، سیب زمینی و ماکارونی، با آنجا که می توانند از غلات کامل استفاده شوند، سیب زمینی را برای جذب فیبر بیشتر به پوست میخسازند. گوشت، ماهی، تخم مرغ و حبوبات، شیر و لبنیات، غذاهای با طعم شیرین و چربی.

معمولاً افراد میزان زیادی کالری، چربی، شکر و نمک مصرف کرده و میزان کمی میوه و میوه و فیبر مصرف میکنند. هرچند وجود چربی و قند برای تأمین انرژی در بدن حیاتی است، اما برای تأمین آن نیاز به مصرف خوردنی ها و نوشیدنی های پر از چربی و قند نیست.





Sandwich

ساندویچ



زمان آماده شدن
۲۰

Pepella Double 16,000

ساندویچ دوپل

بوت قیله، سینه مرغ، کاهو، کوچه فرنگی، پنیر شور، ژامبون

Pepella Special 12,000

ساندویچ ویژه

بوت قیله، ژامبون، کاهو، کوچه فرنگی، پنیر شور، پنیر سوزره

Chicken sandwich 9,000

ساندویچ مرغ

سینه مرغ، کاهو، کوچه فرنگی، پنیر شور

Fried Fillet Sandwich 12,000

ساندویچ فیله سوخاری

فیله سوخاری مرغ، کاهو، کوچه فرنگی، پنیر شور

Special hot dog 8,000

هات داک ویژه

هات داک، پنیر شور، کاهو

Cheese Toast 6,000

ساندویچ تست پنیر

بوت تست، پنیر کویا

Ham Cheese Toast 7,000

ساندویچ تست پنیر ژامبون

بوت تست، پنیر کویا، ژامبون کوبیده





Pizza

Pideh پیتزا

پوره

۱۹۱

پیتزا و پوره



Super Pepella	19,000	سوپر پلا	Tonque Pideh	20,000	پوره زبونی
Special	17,000	مخصوص	Kalzone Pideh	19,000	پوره کالزون
Mixed	16,000	مخلوط	Meat Pideh	19,000	پوره گوشت
Beef stroganoff	20,000	بیف استراگانوف			
Mushroom	15,000	قارچ			
Pepperoni	16,000	پپرونی			
Vegetables	15,000	سبزیجات			
Mexican	16,000	مکزیک			
Mushrooms and chicken	16,000	قارچ و مرغ			
Mushrooms and meat	17,000	قارچ و گوشت			





غذاهای اصلی Main dishes

سوپ ویترو (اندوخته)، روبری، قارچ، دمی کلس



Pepella Special plates 40,000

پت فیله ۱۵۰ گرم، سالامون ۱۰۰ گرم، سبب مرغ ۱۰۰ گرم، میگو پخته، ۶ تکه ایزکارا

Stefado Stick 35,000

استیک استیفادو

پت فیله ۱۳۰۰ گرم، سوپ ویترو

Fillet steak Minion 28,000

استیک فیله مینیون

پت فیله، سوپ ویترو

Greek Stick 22,000

استیک یونانی

پت فیله ۲۰۰۰ گرم، پنیر، جعفری، فلفل، سوپ ویترو

Venezia Stick 18,000

استیک ونیزی

فیله مرغ ۱۵۰ گرم، پنیر، ریحان، جعفری، سوپ ویترو

Chicken steak 20,000

استیک مرغ

فیله مرغ ۲۰۰۰ گرم، سوپ ویترو

Salmon izqara 30,000

سالامون ایزکارا

سالامون ۲۲۰۰ گرم، سوپ ویترو

Astryps 14,000

استریپس

فیله مرغ ۱۵۰ گرم، سبب مرغ، سوپ ویترو

Kentucky 16,000

کنتاکی

۲ تکه رات و سوپ مرغ ۱۵۰ گرم، سبب مرغ، سوپ ویترو

Chinese chicken 16,000

چینه

۴ تکه فیله مرغ ۱۵۰ گرم، سوپ ویترو، سوپ ویترو











Coffee

قهوه



Single Espresso	7,000	اسپرسو واحد
Double Espresso	9,000	اسپرسو دوگانه
Cenpana	8,000	کن پنانه
Affoghatto	8,000	آفو کاٹو
Americano	9,000	آمریکانو
Latte Art	8,000	لاٹے آرٹ
Latte Macchiato	8,000	لاٹے ماکیاٹو
Cappuccino	8,000	کاپوچینو
Mochachino	8,000	موکاچینو
Flat White	8,000	فلٹ وایت
Turkish coffee	7,000	تھرکی قهوه

French press	6,000	فرانچ پریس
French press {Couple}	9,000	فرانچ پریس {کوپل}
Hot Chocolate 50%	6,000	گولڈن چاکلیٹ
Pepella Hot chocolate 80%	9,000	پپلا ہٹ چاکلیٹ
White Chocolate	7,000	وایت چاکلیٹ
Hot milk	4,000	گولڈن میلک
Honey milk	6,000	ہنی میلک
NESCAFE	5,000	نکسافے
Salep	5,000	سالپ
Pepella Style	8,000	پپلا سٹیل

کافه بیلا

راهنمای ترکیبات انواع قهوه

 Caramel ESPRESSO	 ESPRESSO ESPRESSO	 ESPRESSO
کت به	اوهو او او او	اوهو او او او
 MILK ESPRESSO	 Hot WATER ESPRESSO	 Vanilla Ice Cream ESPRESSO
اوه اوه	اوه او او	اوه او او
 MILK ESPRESSO CHOCOLATE	 Milk Foam MILK ESPRESSO	 ESPRESSO MILK
او او او او	او او او او	اوه او او او
 Hot WATER COFFEE	 TURKISH COFFEE	 Steamed MILK ESPRESSO
فره او او او او او او	او او او او	او او او او
 Dark CHOCOLATE MILK	 Dark CHOCOLATE MILK	 Hot WATER COFFEE COFFEE
او او او او او او او او	او او او او او او او او	فره او او او او او او او او
 HONEY MILK	 Steamed MILK	 White CHOCOLATE MILK
او او او او	او او او او	او او او او او او او او
 MILK CHOCOLATE NESCAFE	 MILK SALEP	 MILK Hot WATER NESCAFE
او او او او او او او او	او او او او	او او او او او او او او





Tea, herbal tea

چای، گیاهی

tea {Foursome}	12,000	چای گیاهی ۴ نفره
tea {Couple}	8,000	چای گیاهی ۲ نفره
Green tea	7,000	چای سبز
Borage	7,000	چای کلک و زیتون
Valeriana	7,000	چای سنبل الطیب
Thymus	7,000	چای کاسک
Cinnamon	7,000	چای دارچین
Mentha pulegium	7,000	چای نعناع
Mint	7,000	چای نعناع
Clove	7,000	چای میخک
Lavandula	7,000	چای لاوندر
Dried lime	7,000	چای لیمو خشک
Damascena	7,000	چای کلک دمشق
Matricaria chamomilla	7,000	چای گلاب
Aloysia Citrodora	7,000	چای لیمو



[illegible]



Milk Shakes میلک شیک

Crazy PEPELLA
Nutella
Peanut
After Eight
m & m
Kit Kat
BlackBerry
Vanilla
Caramell
Banana
Cantaloupe
Sour
Strawberry
Coffee
Mint

12,000
10,000
10,000
10,000
9,000
9,000
8,000
7,000
7,000
7,000
7,000
7,000
7,000
7,000
7,000

کریزی پیلا
شیک نوٹلا
شیک ہارام زمینی
شیک افٹر ایٹ
شیک m&m
شیک کیت کت
شیک شاہ توت
شیک وانیلا
شیک کاراملا
شیک موز
شیک کانتالوپ
شیک سور
شیک توت فرنگی
شیک قہوہ
شیک منٹ



Cakes

کیک

Cake	7,000
Chocolate cake	8,000
Cheese cake	9,000
Daily cake	*

کیک ساده
کیک شکلاتی
چیز کیک
کیک روز

Desserts

دسر

Waffle	10,000
Tiramisu	7,000
Hot cake	9,000
Fruit salad	8,000

وافل
تیرامیسو
هات کیک
سالاد میوه

Ice cream

بستنی

Dream Pepella	10,000
Fruity	6,000
Chocolate	6,000
Sunshine	10,000

پپلا دریم
میوه ای
شکلاتی
سان شاین

* نوع کیک، دسرت روزانه قیمت می شود می توانید اسم کیک و اطلاعات لازم را از کارسوت پرسید.



نوٹیشن

Mineral water	500	آب معدنی
Cola	1,500	قندشیرازی
Beer	1,500	بیر
Dough	7,00	دوغ
Orange Juice	8,000	آب پرتقال



ܣܠܗ ܕܡܫܚܩܐ ܒܐ
 ܦܬܘܠܐ ܕܡܫܚܩܐ

اگرچه مکالمه‌ای به تم قهوه سبز و هزار وارد شده که غول چرخه سوز در آن‌ها پیاپی
فوتبالیست‌ها و افرادی که در مقابل لایحه کم در دسترس نیستند به راحتی در دام این تبلیغات فریب
خورده‌اند، اما آن‌ها هنوز این فرصت‌ها را به دست می‌آورند و لایحه اثر دارد؟ عوارض دارد یا نه؟ ...
سوالی است که هنوز در میان محققان نیست. در این مقاله سعی داریم با اثرات این کلاه به لایحه
مقابل را غول کنیم. تولیدکنندگان مکالمه قهوه سبز ادعا می‌کنند که این کلاه دارای اثرات
کاهش وزن می‌باشد. علت اصلی کاهش وزن توسط قهوه معمولی منجر به افزایش کالری در آن
می‌باشد. در حقیقت کالری به دست می‌آید و چرخه چربی‌سوزی و نیز ترکیب چربی‌سوزی در بدن می‌باشد.
همچنین سطح انرژی بدن را افزایش می‌دهد و اثرات گرمایی دارد. اما کالری موجود در قهوه
سبز بسیار کمتر از قهوه معمولی است و کمتر از آن است که بتواند علت اثرات لایحه این کلاه را به
آن نسبت داد.

[illegible][illegible][illegible]

در زمان بردار و شیرده بهتر است قهوه سبز مصرف شود. افراد مبتلا به بیماری‌های انعقادی از مصرف آن اجتناب کنند. به مدت حداقل ۲ ساعت از مصرف مکمل‌های حاوی ریزه و آهن مصرف شود زیرا قهوه سبز از جذب ریزه و آهن جلوگیری می‌کند. همراه داروهای ضد زخم نباید مصرف شود زیرا کارایی آن‌ها را کاهش می‌دهد. در قهوه سبز اثرات دارو را کاهش می‌دهد.



داستان تولید قهوه فوری...!

۲۵

قهوه فوری چیست؟



در طول دهه های اخیر، قهوه های فوری به دلیل سهولت در تهیه، به طور روزافزونی مورد استقبال مردم قرار گرفته است. به دلیل افزایش محبوبیت این ماده در میان مردم، تقاضای برای قهوه های فوری و در نتیجه به کشور آمریکا، به قهوه های فوری چای شده، به طوریکه در آن زمان فروش بالایی از آن جز ۲۰۰ میلیون دلار (هر روز ۴۵۴۰۰ دلار) رقم گرفته بود.

امروزه در حدود ۵۰ درصد از قهوه های مصرفی در آمریکا از طریق قهوه های فوری به آب داغ در خانه ها به کمک کار به دستگاه های پخت قهوه ساز به دست می آید. علاوه بر این کشور، ارتقاء کیفی قهوه های فوری آن را به نوشیدنی محبوبی در کشورهای آسیای شرقی و جنوب آسیا تبدیل کرده است.

یکی از مزایای قهوه های فوری این است که مصرف کنندگان بدون هیچ تجهیزات خاصی می توانند قهوه در دست آورند. تنها وسایل مورد نیاز یک فنجان، یک قند و یک قاشق چای نقره ای، همگی با یک ترانه به دست می آید. روش های تولید قهوه های فوری به عنوان یک ماده غذایی و به کمک قهوه های فوری، از زمان ایجاد این نوع قهوه تاکنون تحولاتی در بسته بندی راه های برای بهبود کیفیت آن بوده است. زیرا بسیاری از نمونه های اولیه، به راحتی در آب حل نمی شدند و گاهی اوقات از پودر حل نشده به صورت شنور روی سطح مایع ایجاد می کردند. هم چنین آن قهوه ها به دلیل فرجه مواد مغذی کم و به از آن، باقی رطوبت قهوه بودند.

تا آنکه به این ماده قهوه به دست آمد که به سرعت در دست آوردن قهوه های فوری از طریق پودر به سال ۱۸۸۰ و کشور انگلیس است. در سال ۱۸۸۰، آمریکایی ها یک نمونه آزمایشی از آن تهیه کردند که به طور گسترده ای در میان جنگ های داخلی مصرف می شد. اما نتایج کمی موفقیت آمیز نبود. یکی از معایب قهوه های فوری این بود که در سال ۱۹۰۱ توسط Sartori kato، در ژاپن ایجاد شد. این فرد از همان انگلیس که برای تهیه قهوه های فوری ایجاد کرده بود، بهره برد.

چون سال بعد به جرج کاتسکی، یکی از اعضای انگلیسی، که در کوانتالونجی می کرد، قهوه های فوری را به این تولید قهوه های فوری را در سطح تجاری به موفقیت قابل توجهی رساند. اختراع کاتسکی به نام تجاری Red E Coffee به مدت ۳۰ سال به جز قهوه های فوری را در ایالات متحده در اختیار داشت که این کمک از حدود سال

۱۹۱۰ تا ۱۹۱۵، اما از دهه ۳۰ میلادی تحقیقات در مورد قهوه های فوری در کشورهای دیگر آغاز شد. در این زمان صنعت قهوه پرچش، تولید قهوه های فوری را به عنوان وسیله ای برای نیکو داری قهوه ایافته تولید شده در این کشور در دستور کار خود قرار داد. شرکت سنیله نیز روی این موضوع کار کرد و اولین قهوه های فوری خود را به نام تجاری سنسکا در سال ۱۹۱۸ تولید کرد. در طول جنگ جهانی دوم قهوه های فوری به وسیله ای برای سربازان آمریکایی به آب به طوریکه در طول یک سال تمام تولید کارخانه سنسکا واقع در آمریکا به ارتقاء این کشور فروخته شد.

در ۱۹۶۳، شرکت Maxwell House شروع به بازسازی کارخانه های قهوه ای کرد که به صورت انحصاری به دست می آمد. این کارخانه ها به نوشیدنی چای شده که به عنوان سال در دستورات مشابه به قهوه های فوری در دست می آمد. در طول جنگ سال بعد، اکثر تولید کنندگان شروع به تهیه و توزیع این نوع قهوه های فوری کردند. به طوریکه که در نیمه دهه ۴۰، ۴۰ درصد از قهوه های فوری مصرفی به صورت انحصاری به دست می آمد.

از دهه قهوه های فوری در دنیا، تنها دو نوع از آن در صنعت قهوه سازی به کار می رود. (قهوه های فوری و قهوه های فوری) قهوه های فوری که در آمریکای لاتین، هند و آسیای جنوب شرقی به نام مایو و قهوه های فوری دارد که به نام مایو شناخته می شود. زیرا باقی مانده های این نوع قهوه های فوری در زمان اوج رطوبت آن ها و به دست می آید.

اما قهوه های فوری به نام مایو، در آمریکا، هند و آسیای جنوب شرقی به نام مایو شناخته می شود. زیرا باقی مانده های این نوع قهوه های فوری در زمان اوج رطوبت آن ها و به دست می آید. اما قهوه های فوری به نام مایو، در آمریکا، هند و آسیای جنوب شرقی به نام مایو شناخته می شود.



پیش از پرداختن...
Src: aftar.com

قهوه فوری چیست؟

.....طلب في ١٩٥٠

[illegible]

۲. کلیه های انرژی زا

[illegible]

ശ്ലോകം 6 മധ്യത്തിൽ

١٥
 ١٦
 ١٧
 ١٨
 ١٩
 ٢٠
 ٢١
 ٢٢
 ٢٣
 ٢٤
 ٢٥
 ٢٦
 ٢٧
 ٢٨
 ٢٩
 ٣٠
 ٣١
 ٣٢
 ٣٣
 ٣٤
 ٣٥
 ٣٦
 ٣٧
 ٣٨
 ٣٩
 ٤٠
 ٤١
 ٤٢
 ٤٣
 ٤٤
 ٤٥
 ٤٦
 ٤٧
 ٤٨
 ٤٩
 ٥٠
 ٥١
 ٥٢
 ٥٣
 ٥٤
 ٥٥
 ٥٦
 ٥٧
 ٥٨
 ٥٩
 ٦٠
 ٦١
 ٦٢
 ٦٣
 ٦٤
 ٦٥
 ٦٦
 ٦٧
 ٦٨
 ٦٩
 ٧٠
 ٧١
 ٧٢
 ٧٣
 ٧٤
 ٧٥
 ٧٦
 ٧٧
 ٧٨
 ٧٩
 ٨٠
 ٨١
 ٨٢
 ٨٣
 ٨٤
 ٨٥
 ٨٦
 ٨٧
 ٨٨
 ٨٩
 ٩٠
 ٩١
 ٩٢
 ٩٣
 ٩٤
 ٩٥
 ٩٦
 ٩٧
 ٩٨
 ٩٩
 ١٠٠

[illegible][illegible]

የጽሑፍ ምረቃ ስራ ለማድረግ የሚችሉ ሰዎች

[illegible]

പിന്നെ 9 കൂടെ ശൂന്യ

[illegible]

جرفستان قهوه ب ارتفاع ۳۰ فوت

١٠٠ ٢٠٠ ٣٠٠ ٤٠٠ ٥٠٠ ٦٠٠ ٧٠٠ ٨٠٠ ٩٠٠ ١٠٠٠
 ١١٠٠ ١٢٠٠ ١٣٠٠ ١٤٠٠ ١٥٠٠ ١٦٠٠ ١٧٠٠ ١٨٠٠ ١٩٠٠ ٢٠٠٠
 ٢١٠٠ ٢٢٠٠ ٢٣٠٠ ٢٤٠٠ ٢٥٠٠ ٢٦٠٠ ٢٧٠٠ ٢٨٠٠ ٢٩٠٠ ٣٠٠٠
 ٣١٠٠ ٣٢٠٠ ٣٣٠٠ ٣٤٠٠ ٣٥٠٠ ٣٦٠٠ ٣٧٠٠ ٣٨٠٠ ٣٩٠٠ ٤٠٠٠
 ٤١٠٠ ٤٢٠٠ ٤٣٠٠ ٤٤٠٠ ٤٥٠٠ ٤٦٠٠ ٤٧٠٠ ٤٨٠٠ ٤٩٠٠ ٥٠٠٠
 ٥١٠٠ ٥٢٠٠ ٥٣٠٠ ٥٤٠٠ ٥٥٠٠ ٥٦٠٠ ٥٧٠٠ ٥٨٠٠ ٥٩٠٠ ٦٠٠٠
 ٦١٠٠ ٦٢٠٠ ٦٣٠٠ ٦٤٠٠ ٦٥٠٠ ٦٦٠٠ ٦٧٠٠ ٦٨٠٠ ٦٩٠٠ ٧٠٠٠
 ٧١٠٠ ٧٢٠٠ ٧٣٠٠ ٧٤٠٠ ٧٥٠٠ ٧٦٠٠ ٧٧٠٠ ٧٨٠٠ ٧٩٠٠ ٨٠٠٠
 ٨١٠٠ ٨٢٠٠ ٨٣٠٠ ٨٤٠٠ ٨٥٠٠ ٨٦٠٠ ٨٧٠٠ ٨٨٠٠ ٨٩٠٠ ٩٠٠٠
 ٩١٠٠ ٩٢٠٠ ٩٣٠٠ ٩٤٠٠ ٩٥٠٠ ٩٦٠٠ ٩٧٠٠ ٩٨٠٠ ٩٩٠٠ ١٠٠٠٠

דומיננט ציגורט פאסור דליא

تجارت قهوه بعد از نفت دومین تجارت پر سود و قابل‌توجه دنیا محسوب می‌شود که در زمان تجارت بودن پرداخت می‌شود و بعد از نفت کمترین و پرشتاب‌ترین برای مصرف آماده می‌شود.



9. பிப்ரன் பிப்ரன் பிப்ரன்

دانه های قهوه ای یا *tan* به سه فرایند است (۱۳۴) که در مایه شود و رنگ
دانه های آن از رسته ای این دانه ها است «پوپ» مایه می باشد و
برای مایه شود و رنگ آن با دانه های برای مایه «پوپ» کنار
می شود که در مایه آن به صورت دانه ها است.



Pepella Cafe



:97 01amš qeš
oKšmš az klē az qlē. amš P9 01az
ilv 7 mš nš. qeš qeš. mš 8 m.



هه. ببقه مکهف. کافه *iln*



429

ilp amē q qēv pē
Src: theoatmeal.com



منوی ریجیتال همراه

برای راحتی مشتریان عزیز به جهت آسایش راحت و دسترسی
آسان به منوی غذاها و همچنین فونن مطالب منو-الای یی
ساده و زیبایی منو آماده رانور هسشم، برای دریافت منو
کافی به های های یی به اینترنت وصل شید و تصویر مربع شکل
به یی رو به نرم افزار اسکنر QR کد هسج دوربین کوشیون
(مروزر UC Browser) اسکن کنید و منوی زیبایی یی رو
دریافت کنید.

ክላሪ ምዃና ያለው የ እጅግ ረጅም የ ኢንተርኔት PDF ገጽ መታየት
በአይፎንስ 9 ላይ በ iOS, Android, Windows phone ሮማይስጥ



൫൭ ൖ ൩൯
 ൫൭ ൭൭൭൭൭
 PDF ൭൭൭
 . ൭൭൭

[illegible]

خدمات پیروں پر

[illegible]



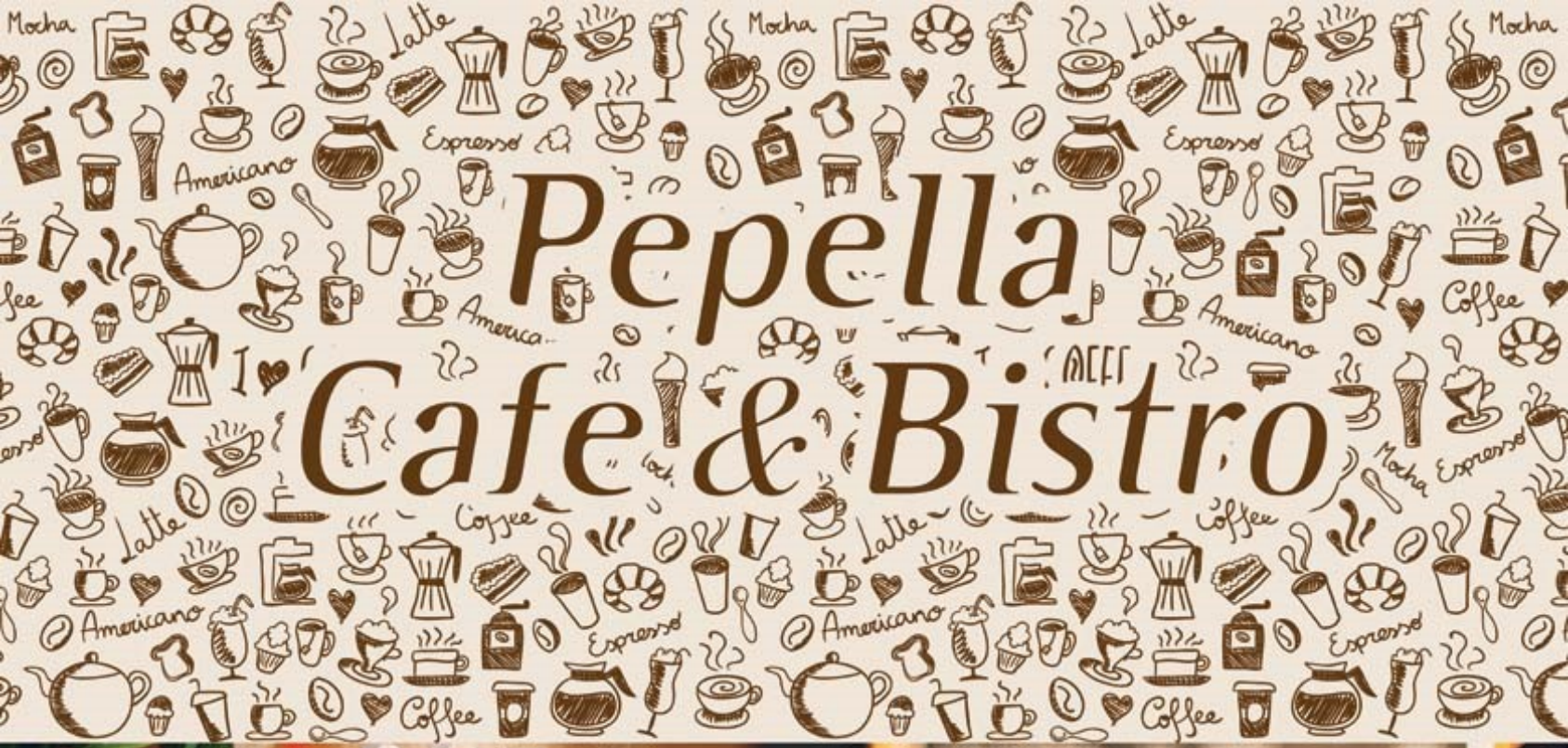


Pepella
ice lounge
لانڈر-سلا
پلا

شعبہ چوک پلا:
رج شہدہ سبکہ سوم لانڈر سلا

Pépella

Cafe & Bistro





PEPELTA

شکایات، انتقادات، نظرات و پیشنهادات

تیم نظرات و پیشنهادات مشتریان عزیزمان توسط مدیریت بررسی شده و بعد از بررسی مجدد و رفع اجرای آنها در قیمت، کیفیت و توسعه و گسترش فواید و مزایای مشتریان را شاهد می‌شویم. تا از صحت و تحقق این پیشنهادات ارزیابی مشتریان برای مدت زمانی در بخش کسب و کار، امیدواریم بتوانیم روز به روز شاهد اجرای روش‌های مدیریت و حساب شده‌ای باشیم که توسط مشتریان به همان تیم بزرگ ما شرکت را پیش می‌برد. منتظر نظرات و پیشنهادات شما هستیم.

PEPELLA



Fly by Dreams
Enjoy the odors
At the pepella