

ΣΑΛΑΤΕΣ

Ντοματοσαλάτα

(Ντομάτα, αγγούρι, κρεμμύδι, πιπεριά, ελιές, μυρωδικά)

Χωριάτικη **7**

(Ντομάτα, αγγούρι, κρεμμύδι, πιπεριά, ελιές, μυρωδικά, Φέτα Π.Ο.Π.)

Ανάμεικτη μαρούλι-λάχανο

(Μαρούλι & Λάχανο)

Μαρούλι

(Μαρούλι, μυρωδικά, φρέσκα μυρωδικά)

Λάχανο

(Λάχανο, Καρότο)

Αμπελοφάσουλα

(Βραστά αμπελοφάσουλα με ελαιόλαδο)

Παντζάρια

(Βραστά παντζάρια με ελαιόλαδο)

Η ΑΠΟΛΑΥΣΗ σπέσιαλ

(Μαρούλι, λάχανο, ντομάτα, ανάμεικτα λαχανικά εποχής)

Σεφ **1. 3. 7. 11.**

(Μαρούλι, ντομάτα, ζαμπόν, κίτρινο τυρί, μαγιονέζα, αυγά, κρουτόν)

ΨΩΜΙΑ

Ψωμί μερίδα **1. 11.**

(Ψωμί σίτου)

Πίτα σκέτη **1.**

(Ψητή πίτα σίτου)

- ◆ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ◆ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ◆ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ◆ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου

Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων.

ΟΡΕΚΤΙΚΑ

Μπουγιουρντί **7.**

(Ψητή φέτα Π.Ο.Π. τυροκαυτερή, ντομάτα, πιπεριά, ελαιόλαδο)

Σαγανάκι **1. 7.**

(Λαδοτύρι Μυτιλήνης Π.Ο.Π. τηγανισμένο και παναρισμένο με αλεύρι)

Πατάτες

(Φρέσκιες τηγανιτές πατάτες)

Τυροκροκέτες **1. 7.**

(Τηγανιτές τυροκροκέτες με αιγοπρόβειο τυρί)

Μπουρεκάκια/τμχ **1. 3. 7.**

(Τηγανιτά μπουρεκάκια με φύλλο κρούστας, κίτρινο τυρί, ζαμπόν, παναρισμένο με αυγό και φρυγανιά)

Κολοκυθάκια **1.**

(Τηγανιτές φέτες κολοκυθιού παναρισμένες με αλεύρι και ελάχιστο αλκοόλ)

Κολοκυθολούλουδα **1, 7.**

(Τηγανιτοί ανθοί κολοκύθας, παναρισμένοι με αλεύρι και ελάχιστο αλκοόλ, με γέμιση από ντομάτα, κρεμμύδι, μαϊντανό, φέτα, κίτρινο τυρί και ελαιόλαδο)

Μελιτζάνες **1.**

(Τηγανιτές φέτες μελιτζάνας παναρισμένες με αλεύρι και ελάχιστο αλκοόλ)

Πατατοκεφτέδες **1. 3.**

(Τηγανιτοί κεφτέδες πατάτας με φρέσκο κρεμμύδι, καυκαλήθρα, άνηθο, παναρισμένοι με αυγά και αλεύρι)

Τζατζίκι **7.**

(Έδεσμα, αγγούρι, σκόρδο και ελαιόλαδο)

Καβουροσαλάτα **1. 3. 4.**

(Απομίμηση κάβουρα 'σουρίμι', μαγιονέζα, καρότα και σάλτσα ντομάτας)

- ♦ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ♦ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ♦ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ♦ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου
Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων.

Τυροκαυτερή **7.**
(Φέτα Π.Ο.Π, ελαιόλαδο, Πιπεριά, μπούκοβο)

Ταραμοσαλάτα λευκή **4.**
(Αυγά ψαριών, πατάτες, λεμόνι και ελαιόλαδο)

Μελιτζανοσαλάτα
(Ψίχα μελιτζάνας, σκόρδο, πιπεριά, ξύδι, μυρωδικά)

Τονοσαλάτα **3. 4.**
(Τόνος, μαγιονέζα, πατάτες, καρότο, άνηθος, φρέσκο κρεμμύδι και σάλτσα ντομάτας)

Σκορδαλιά **1. 11.**
(Σκόρδο, ψωμί, ξύδι και ελαιόλαδο)

Φέτα **7.**
(Τυρί από αιγοπρόβριο γάλα Π.Ο.Π.)

Λαδοτύρι **7.**
(Μυτιλήνης Π.Ο.Π.)

ΚΡΕΑΤΙΚΑ

Κοτόπουλο 500γρ
(Ψητό μπουτί κοτόπουλο, μπαχαρικά, σκόρδο, ρίγανη και ελαιόλαδο)

Κοτόπουλο φιλέτο
(Ψητό στήθος κοτόπουλο, μπαχαρικά, σκόρδο, ρίγανη και ελαιόλαδο)

Μπιφτέκι 380γρ **1. 3.**
(Ψητό μπιφτέκι από μοσχαρίσιο και χοιρινό κιμά, αυγό, φρυγανιά, μπαχαρικά, σκόρδο και αλκοόλ)

Κεφτέδες **1. 3.**
(Τηγανιτοί κεφτέδες από μοσχαρίσιο και χοιρινό κιμά, αυγό, φρυγανιά, πατάτα, ντομάτα, κρεμμύδι, μπαχαρικά και αλκοόλ)

- ◆ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ◆ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ◆ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ◆ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου

Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων.

Γύρος Χοιρινός **10.**

(Ψητός χοιρινός γύρος με σκόρδο, σινάπι και μπαχαρικά)

Τηγανιά Χοιρινή **10.**

(Τηγανιτά κομμάτια χοιρινού κρέατος με κρεμμύδι, πιπεριά, σινάπι, ρίγανη και αλκοόλ)

Τηγανιά Κοτόπουλο **10.**

(Τηγανιτά κομμάτια κοτόπουλου με κρεμμύδι, πιπεριά, σινάπι, ρίγανη και αλκοόλ)

Σνίτσελ Χοιρινό **1. 3.**

(Τηγανιτό σνίτσελ χοιρινό, παναρισμένο με αυγό και φρυγανιά)

Σνίτσελ Χοιρινό α λα κρεμ **1. 3. 7.**

(Τηγανιτό σνίτσελ χοιρινό παναρισμένο με αυγό και φρυγανιά, συνοδευόμενο με σάλτσα από κρέμα γάλακτος, βούτυρο, μανιτάρια και καρότα)

Σνίτσελ Κοτόπουλο **1. 3.**

(Τηγανιτό σνίτσελ κοτόπουλο παναρισμένο με αυγό και φρυγανιά)

Σνίτσελ Κοτόπουλο α λα κρεμ **1. 3. 7.**

(Τηγανιτό σνίτσελ κοτόπουλο παναρισμένο με αυγό και φρυγανιά συνοδευόμενο με σάλτσα από κρέμα γάλακτος, βούτυρο, μανιτάρια και καρότα)

Λουκάνικο απλό(4τμχ)

(Ψητά λουκάνικα)

Μιξ Γκριλ/2 ατόμων

(Ποικιλία ψητών κρεατικών)

Μιξ Γκριλ/4 ατόμων

(Ποικιλία ψητών κρεατικών)

Πανσέτα

(Ψητή πανσέτα)

- ◆ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ◆ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ◆ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ◆ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου

Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων.

Μπριζόλα Χοιρινή
(Ψητή χοιρινή μπριζόλα)

Μπριζόλα Μοσχαρίσια
(Ψητή μοσχαρίσια μπριζόλα)

Προβατίνα 500γρ
(Ψητή προβατίνα)

Παϊδάκια
(Αρνίσια παϊδάκια ψητά)

Σουβλάκι χοιρινό
(Χοιρινά κομμάτια κρέατος ψητά σε βέργα με κρεμμύδι, πιπεριά και ρίγανη)

Σουβλάκι κοτόπουλο
(Κομμάτια κοτόπουλου ψητά σε βέργα με κρεμμύδι, πιπεριά και ρίγανη)

ΠΑΣΤΑ

Λακέρδα **4.**
(Παστή λακέρδα με ρίγανη)

Κολιός **4.**
(Παστός κολιός με ρίγανη)

Αντζούγιες **4.**
(Παστές αντζούγιες με ρίγανη)

Σκουμπρί καπνιστό **4.**
(Παστό σκουμπρί καπνιστό με ρίγανη)

Ρέγγα **4.**
(Παστή ρέγγα με ρίγανη)

Γάυρος Μαρινάτος **4.**
(Παστός γάυρος μαρινάτος)

- ◆ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ◆ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ◆ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ◆ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου

Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων.

Σαρδέλες **4.**
(Παστές σαρδέλες)

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Χταπόδι **14.**
(Ψητό χταπόδι)

Χταπόδι ξιδάτο **14.**
(Μαγειρευτό χταπόδι με ξύδι, δάφνη, μπαχαρικά και ελαιόλαδο)

Καλαμάρι **1. 14.**
(Φρέσκο καλαμάρι τηγανιτό παναρισμένο με αλεύρι ή ψητό κατά προτίμηση)

Σουπιά **1. 14.**
(Σουπιά τηγανιτή παναρισμένη με αλεύρι ή ψητή κατά προτίμηση)

Γαρίδες **1. 2.**
(Τηγανιτές γαρίδες παναρισμένες με αλεύρι ή ψητές κατά προτίμηση)

Γαρίδες γάμπαρη **2. 7.**
(Ψητές γαρίδες γάμπαρη μαριναρισμένες με βούτυρο, σκόρδο, μαϊντανό και λεμόνι)

Γαρίδες σαγανάκι **2. 7.**
(Γαρίδες και φέτα, ψητά με σάλτσα ντομάτας, κρεμμύδι, πιπεριά, σκόρδο και μαϊντανό)

Μύδια σαγανάκι **7. 14.**
(Μύδια και φέτα, ψητά με σάλτσα ντομάτας, κρεμμύδι, πιπεριά, σκόρδο και μαϊντανό)

Μύδια αχνιστά **14.**
(Μύδια αχνιστά μαγειρεμένα με σκόρδο, μαϊντανό, λεμόνι, αλκοόλ)

Χταποδοκεφτέδες **1. 3. 11. 14**
(Τηγανιτοί κεφτέδες από χταπόδι με κρεμμύδι, ντομάτα, πατάτα, αυγό, φρυγανιά, μπαχαρικά και αλκοόλ)

- ◆ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ◆ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ◆ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ◆ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου

Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων.

ΟΣΠΡΙΑ

Κουκιά

(Κουκιά βραστά, συνοδευόμενα με φρέσκο ή ξερό κρεμμύδι και ελαιόλαδο)

Φασόλες

(Φασόλες βραστές, συνοδευόμενες με φρέσκο ή ξερό κρεμμύδι και ελαιόλαδο)

Φάβα

(Πουρές από όσπρια, συνοδευόμενος με φρέσκο ή ξερό κρεμμύδι και ελαιόλαδο)

ΜΑΓΕΙΡΕΥΤΑ

Γιουβέτσι **1. 3.**

(Μοσχαρίσιο κρέας μαγειρευτό, με κρεμμύδι και ελαιόλαδο, συνοδευόμενο με κριθαράκι)

Μακαρονάδα του ψαρά **1. 2. 3. 7. 14.**

(Βραστά ζυμαρικά με γαρίδες γάμπαρη, μύδια, βασιλικό, βούτυρο και σάλτσα με ντομάτα, κρεμμύδι, πιπεριές, σκόρδο και μαϊντανό)

Μουσακάς **1. 3. 7.**

(Μοσχαρίσιος κιμάς, μελιτζάνες, πατάτες, κρεμμύδι, σάλτσα ντομάτας, δάφνη, Μπεςαμέλ, τυρί και ελαιόλαδο, στον φούρνο)

Μελιτζάνες Ιμάμ **1.**

(Μελιτζάνες ψητές και τηγανιτές, συνοδευόμενες με σάλτσα η οποία περιέχει κρεμμύδι, πιπεριές, σκόρδο, μαϊντανό και ντομάτα)

Γεμιστά

(Ντομάτες και πιπεριές με γέμιση από ρύζι, μαϊντανό, ντομάτα, κρεμμύδι, ρίγανη και ελαιόλαδο στον φούρνο)

Σουτζουκάκια **1. 3.**

(Τηγανιτά σουτζουκάκια από μοσχαρίσιο και χοιρινό κιμά, αυγό, σκόρδο, μαϊντανό, φρυγανιά. Σερβίρονται με σάλτσα από ντομάτα, δάφνη, μπαχαρικά και ελαιόλαδο.

- ◆ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ◆ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ◆ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ◆ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου

Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων.

Παπουτσάκια 1. 3. 7.

(Μοσχαρίσιος κιμάς, μελιτζάνες, κρεμμύδι, σάλτσα ντομάτας, δάφνη, μπεσαμέλ, τυρί και ελαιόλαδο στον φούρνο)

Παστίτσιο 1. 3. 7.

(Μοσχαρίσιος κιμάς, ζυμαρικά, σάλτσα ντομάτας, κρεμμύδι, δάφνη, Μπεσαμέλ, τυρί και ελαιόλαδο, στον φούρνο)

Ντολμαδάκια με αυγολέμονο 3.

(Μαγειρεμένα αμπελόφυλλα με γέμιση από μοσχαρίσιο κιμά, ρύζι, ντομάτα και ελαιόλαδο)

Γιαλαντζίδες (χωρίς κιμά)

(Μαγειρεμένα αμπελόφυλλα με γέμιση από ρύζι, μαρούλι, κρεμμύδι, άνηθο και ντομάτα)

Ριζότο Θαλασσινών 2. 14.

(Ρύζι μαγειρεμένο με γαρίδες, γαρίδες γάμπαρη, μύδια, πιπεριές, κρεμμύδι και ντομάτα)

Μανιταρόπιτα 1. 3. 7.

(Πίτα σίτου με μανιτάρια, γιαούρτι, αυγά, κίτρινο τυρί, στον φούρνο)

Μπιφτέκι λαχανικών 1. 6. 7.

* (Κατεψυγμένα έτοιμα μπιφτέκια λαχανικών)

Μακαρόνια με κιμά 1. 3. 7.

(Βραστά ζυμαρικά με μοσχαρίσιο κιμά, βούτυρο, σάλτσα ντομάτας, κρεμμύδι, πιπεριά, σκόρδο, δάφνη και ελαιόλαδο)

Μακαρόνια με τυρί 1. 3. 7.

(Βραστά ζυμαρικά συνοδευόμενα με κίτρινο τυρί)

Μακαρόνια με σάλτσα 1. 3.

(Βραστά ζυμαρικά συνοδευόμενα με σάλτσα ντομάτας)

Στιφάδο

(Μοσχαρίσιο κρέας μαγειρεμένο με κρεμμυδάκια, πατάτες, σάλτσα ντομάτας και ελαιόλαδο)

- ◆ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ◆ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ◆ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ◆ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου

Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων.

ΨΑΡΙΚΑ

Γαύρος **1. 4.**

(Τηγανιτός γαύρος, παναρισμένος με αλεύρι)

Σαρδέλες ψητές **4.**

(Ψητές σαρδέλες)

Σαρδέλες **1. 4.**

(Τηγανιτές σαρδέλες παναρισμένες με αλεύρι)

Μαρίδα **1. 4.**

(Τηγανιτή μαρίδα παναρισμένη με αλεύρι)

Μπαρμπούνια **4.**

(Ψητά μπαρμπούνια)

Μπαρμπούνια **1. 4.**

(Τηγανιτά μπαρμπούνια, παναρισμένα με αλεύρι)

Κουτσομούρες ψητές **4.**

Κουτσομούρες **1. 4.**

(Τηγανιτές κουτσομούρες παναρισμένες με αλεύρι)

Ξιφίας **4.**

(Ψητός)

Τσιπούρα 400γρ **4.**

(Ψητή)

Λαβράκι 400γρ **4.**

(Ψητό)

Μπακαλιαράκια **4.**

(Βακαλάος ψητός)

- ♦ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ♦ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ♦ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ♦ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου

Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων

Μπακαλιαράκια **1. 4.**

(Τηγανιτές φέτες βακαλάου παναρισμένες με αλεύρι)

Μπακαλιάρος κροκέτα **1. 4.**

(Ολόκληρος βακαλάος τηγανισμένος και παναρισμένος με αλεύρι και ελάχιστο αλκοόλ)

ΕΠΙΔΟΡΠΙΑ

Σοκολατίνα πάστα **1. 3. 7. 8.**

(αλεύρι σίτου, αυγό, ζάχαρη, γάλα, σοκολάτα, ξηροί καρποί)

Μπακλαβάς **1. 7. 8.**

(Φύλλο κρούστας, βούτυρο, Ξηροί καρποί, ζάχαρη)

Παγωτό μπάλα **Για αλλεργιογόνες ενδείξεις, βλέπε κατάλογο παγωτών!**

(Σοκολάτα, βανίλια, φράουλα, μπανάνα, cookies)

- ◆ Στα τηγανιτά χρησιμοποιούμε ηλιέλαιο
- ◆ Τα ψητά μαρινάρονται με αλάτι και ρίγανη
- ◆ Όπου * το προϊόν είναι κατεψυγμένο
- ◆ Τα κρεατικά συνοδεύονται με ρύζι

Επεξήγηση των αλλεργιογόνων ενδείξεων, θα βρείτε στην τελευταία σελίδα του καταλόγου

Για ίχνη που μπορεί να περιέχουν τα προϊόντα, ζητήστε τον έξτρα κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων.