

Πρωινό  
Βιολογικά  
αβγά & γάλα

Σάντουιτς  
Ψωμάκι ζυμωτό  
και πολύσπορο

Χορτοφαγικές  
επιλογές σε  
όλο το μενού

Λαδάκι  
Έξτρα, αγνό  
& παρθένο

# σχεδία

## μενού

### ΠΡΩΙΝΟ

🌱 **Τραχανάς γλυκός** με βιολογικό γάλα,  
ψημένη φέτα & κρουτόν  
ζυμωτού ψωμιού  
4€

🌱 **Γιαούρτι** με γκρανόλα,  
φρούτα εποχής & μέλι  
5€

🌱 **Στραπατσάδα**  
με φρέσκια ντομάτα & φέτα  
6€

🌱 **Αβγά ποσέ** με γιαούρτι, μέλι,  
σπιρουλίνα & φυσικό χυμό λεμονιού,  
σερβιρισμένα πάνω σε φρέσκο  
πολύσπορο ψωμάκι  
7€

🌱 **Φρυγανισμένο ζυμωτό ψωμάκι**  
με πέστο φέτας, ντομάτα ψητή  
& τηγανισμένα αβγά  
7€

🌱 **Αυγοφέτες καραμελωμένες**  
με γλυκό βύσσινο & σαντιγί  
8€

**Φρουτάλια\* Άνδρου**  
με βόειο λουκάνικο, πατάτα, κολοκύθι,  
μανιτάρι, τριμμένο κεφαλοτύρι  
& φρέσκο δυόσμο  
8€

### ΣΑΝΤΟΥΙΤΣ

**Λειτουργός**  
Ζαμπόν, τυρί τσένταρ, μήλο  
σε καλαμποκίσιο ψωμί  
5€

🌱 **Διασώστης**  
Σαλάτα με ρεβίθια & φίγγι (κράνμπερι)  
σε ψωμάκι ολικής  
6€

🌱 **Ξενώνας**  
Ζυμωτό ψωμί με πέστο ελιάς  
& ελληνική σαλάτα  
με ψητές ντομάτες  
6€

🌱 **Eu αγωνίζεσθαι**  
Tortilla με χούμους, μαρούλι,  
ντομάτα, ψητή μελιτζάνα, ταχίνι  
& χυμό λεμονιού  
6€

🌱 **Σχεδιάρτ**  
Ψητά λαχανικά με πέστο βασιλικού  
& χαλούμι ψητό  
σε ζυμωτό ψωμί με χαρούπι  
7€

**Σχεδία**  
Κοτόπουλο, μαγιονέζα,  
μουστάρδα ντιζόν, ντομάτα  
& γραβιέρα σε ζυμωτό λευκό ψωμί  
7€

\*Τα αυγά μας είναι βιολογικά 🌱 χορτοφαγικό 🌱 βίγκαν

Ροφήματα  
Η σοκολάτα μας  
«τα σπάει»

Σχεδιάρτ  
είδη δώρων  
από χαρτί

Χορτοφαγικές  
επιλογές σε  
όλο το μενού

Λαδάκι  
Έξτρα, αγνό  
παρθένο

# σχεδία μενού

## ΣΑΛΑΤΕΣ

### Αλληλεγγύη

Κλασική & αγαπημένη σαλάτα ταμπουλέ με πλιγούρι, μαϊντανό, ντομάτα, αγγούρι, φρεσκοστυμμένο χυμό λεμονιού & διάφορα μυρωδικά.  
7€

### Κατανόηση

σε παξιμαδένιο πιάτο  
Αργοψημένη ντομάτα, αγγούρι, πιπεριά, φέτα, κρεμμύδι & καπαρόφυλλα  
7€


### Ενσυναίσθηση

Φακές μπελούγκα με ψητά λαχανικά, φέτα & βινεγκρέτ λιαστής ντομάτας με θυμάρι  
8€


### Καλοσύνη

Κινόα, δροσερά φύλλα σαλάτας, αποξηραμένα φρούτα & σος μανταρινιού  
8€

## ΖΕΣΤΑ ΠΙΑΤΑ

 Σούπα κολοκύθας με άρωμα πορτοκαλιού  
6€



 Μπριάμ  
6€

 Κουνουπίδι και μπρόκολο ογκρατέν με φυτικό τυρί & γάλα σόγια  
7€

Κρητικομανιάτικη μακαρονάδα με στάκα, απάκι, γραβιέρα και τηγανητό αυγό  
8€

Κοτόπουλο στη σχάρα με ψητά λαχανικά  
9€

Χοιρινά φιλετάκια με baby πατάτες & σάλτσα ροδιού  
10€

 χορτοφαγικό  
 βίγκαν

\*Παρακαλούμε, ενημερώστε μας αν έχετε αλλεργία ή δυσανεξία σε κάποια τροφή.

Τάπας  
Σχεδιάστε  
το πιάτο σας


Οίνος  
Βιολογικός  
και διαλεχτός

Κοκτέιλ  
με  
υπογραφή

Σχεδία café  
Πάνω απ' όλα  
κοινωνικό πρόγραμμα


# σχεδία μενού

## ΜΕΖΕΣ / ΤΑΠΑΣ

 Μπουκίτσες ελληνικής σαλάτας  
& μελιτζάνες ψητές  
με κρύα σάλτσα ντομάτας, βασιλικό,  
τριμμένο ανθότυρο  
(για 1 ή για 2 άτομα)  
6€ / 11€

Μπουκίτσες τυριού  
με φέτα, ελιά, παναρισμένες  
με φυστίκια Αιγίνης & καρύδια  
& Μπουκίτσες  
ελληνικής σαλάτας  
6€ / 11€


Μπρουσκέτα με γαύρο μαρινάτο  
& ελληνική σάλσα  
& μπρουσκέτα με χούμους,  
απάκι, ψητή πιπεριά, γραβιέρα  
6€ / 11€


 Χαλούμι μπουκίτσες (nuggets)  
με μαρμελάδα πιπεριάς  
& κεφτεδάκια φακής  
με πλιγούρι, σάλτσα άνιθου  
6€ / 11€


Πιατέλα με όλες τις ανωτέρω επιλογές  
(για 2 ή για 4 άτομα)  
11€ / 21€



Πιατέλα της επιλογής  
με όποια tapas επιθυμείτε.  
11€ / 21€

## ΓΛΥΚΑ

 Σιμιγδαλένιος χαλβάς  
του Στέλιου Παρλιάρου  
4€

 Φρουτοσαλάτα  
με φρούτα εποχής  
4€

 Μους σοκολάτας  
με γάλα καρύδας  
& σοκολάτα υγείας  
5€

 χορτοφαγικό  
 βίγκαν

\*Κατά την εκτέλεση των συνταγών χρησιμοποιείται έξτρα αγνό παρθένο ελαιόλαδο, από τον ελαιώνα του Πάρκου Σταύρος Νιάρχος που βρίσκεται στο Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος ([www.snfcc.org/](http://www.snfcc.org/)).

Ροφήματα  
Η σοκολάτα μας  
«τα σπάει»

Οίνος  
Βιολογικός  
και διαλεχτός

Cocktails  
με  
υπογραφή

Ωράριο  
Από τις 9:00 π.μ.  
ώς αργά το βράδυ

## ΚΑΦΕΔΕΣ

Espresso 2 <sup>€</sup>	Flat white 3.80 <sup>€</sup>
Espresso διπλό Espresso double shot 3 <sup>€</sup>	Ελληνικός Greek coffee 2 <sup>€</sup>
Espresso macchiato 2.50 <sup>€</sup>	Ελληνικός διπλός Greek coffee double shot 2.80 <sup>€</sup>
Espresso freddo 3.30 <sup>€</sup>	Καφές φίλτρου Filter coffee 3.50 <sup>€</sup>
Americano 3 <sup>€</sup>	Στιγμαίος καφές ζεστός/φραπέ Instant coffee hot/frappé 3 <sup>€</sup>
Cappuccino 3.20 <sup>€</sup>	
Cappuccino freddo 3.50 <sup>€</sup>	
Café latte 3.20 <sup>€</sup>	

\* Η σκόνη σοκολάτας δεν περιέχει γάλα/ Chocolate powder contains no milk

## SMOOTHIES

Μπανάνα, αβοκάντο και αχλάδι Banana, avocado and pear 5 <sup>€</sup>
Πράσινο μήλο, αχλάδι, ανανά και μπανάνα Green apple, pear, pineapple and banana 6 <sup>€</sup>
Ανανάς, χαλβάς, μάνγκο και χυμός πορτοκάλι Pineapple, halva, mango and orange juice 6 <sup>€</sup>

## ΠΟΤΑ

### ΜΠΥΡΕΣ / BEERS

Nissos Lager (draft) 330ml	3.50 <sup>€</sup>
Nissos Lager (draft) 500ml	5 <sup>€</sup>
Mythos Lager (330ml)	4.50 <sup>€</sup>
Budweiser Lager (330ml)	4.50 <sup>€</sup>
Urquell Pilsner (330ml)	4.50 <sup>€</sup>
Beck's Non-Alcoholic (330ml)	4.50 <sup>€</sup>
Paulaner Weiss (330ml)	5 <sup>€</sup>
Guinness (330ml)	5 <sup>€</sup>

### ΟΥΖΟ - ΤΣΙΠΟΥΡΟ / OUZO - TSIPOURO

	Ποτήρι	Μπουκάλι (200ml)
Τσίπουρο Αποστολάκη	3,50 <sup>€</sup>	8.50 <sup>€</sup>
Tsipouro Apostolaki		
Ούζο Βαρβαγιάννη	3,50 <sup>€</sup>	8.50 <sup>€</sup>
Varvagianni ouzo		

### ΑΦΡΩΔΗ ΚΡΑΣΙΑ / SPARKLING WINES

Prosecco	4.50 <sup>€</sup>
Moscato d'asti	4.50 <sup>€</sup>

### ΛΕΥΚΑ ΚΡΑΣΙΑ / WHITE WINES

	Ποτήρι	Μπουκάλι
AROTRO SAUVIGNON BLANC (Οψιμος) ΠΓΕ Πελοπόννησος Sauvignon Blanc (βιολογικό) AROTRO SAUVIGNON BLANC winery Opsimos PGI Peloponnese (organic)	4.50 <sup>€</sup>	20 <sup>€</sup>
ΠΟΠ Μαντινεία, Κτήμα Σπυρόπουλου, Μοσχολίφερο (βιολογικό) PDO Mantinia, Domaine Spiropoulos, Moschofilero (organic)		22 <sup>€</sup>
ΑΜ ΠΓΕ Κυκλάδες, Κτήμα Σιγάλα, Ασύρτικο/Μονεμβάσια ΑΜ PGI Cyclade, Domaine Sigalas, Assyrtiko/Monemvasia		30 <sup>€</sup>
Χελώνες Single Vineyard ΠΓΕ Φλώρινα, Κτήμα Άλφα, Μαλαγουζιά "Turtles" Single Vineyard PGI Florina, Alpha Estate, Malagouzia		24 <sup>€</sup>

### ΡΟΖΕ ΚΡΑΣΙΑ / ROSE WINES

AROTRO Ροζέ (Οψιμος) ΠΓΕ Πελοπόννησος Αγιωργίτικο (βιολογικό) AROTRO Rose, winery Opsimos PGI Peloponnese, Agiorgitiko (organic)	4.50 <sup>€</sup>	20 <sup>€</sup>
Ροζέ ΠΓΕ Μαγνησία, Κτήμα Αποστολάκη, Εινόμαυρο / Garnacha Tinta Rodinos PGI Magnissia, Apostolakis Estate, Xynomavro / Grenache Rouge		24 <sup>€</sup>
Petite Fleur Αχαΐα, Οινοποιείο Παρπαρούση, Σιδερίτης Petite Fleur P.G.I. Achaia, Paparoussis Winery, Sideritis		24 <sup>€</sup>

### ΚΟΚΚΙΝΑ ΚΡΑΣΙΑ / RED WINES

AROTRO ΑΓΙΩΡΓΙΤΙΚΟ ΒΙΟ (Οψιμος). ΠΓΕ Πελοπόννησος Αγιωργίτικο (βιολογικό) AROTRO Agiorgitiko, winery Opsimos PGI Peloponnese, Agiorgitiko (organic)	4.50 <sup>€</sup>	20 <sup>€</sup>
Ορειβάτης ΠΓΕ, Οινοποιείο Ακριώτου, Pinot Noir Akrivatis PGI, Akriotou Wines, Pinot Noir		24 <sup>€</sup>
Ναουσαία ΠΟΠ Νάουσα, Κτήμα Φουντή, Εινόμαυρο Naoussa Naoussa PDO, Estate Foundi, Xinomavro		24 <sup>€</sup>

## ΡΟΦΗΜΑΤΑ

Φυσικός χυμός πορτοκάλι Freshly squeezed orange juice 3.80 <sup>€</sup>
Πράσινο τσάι Ιαπωνίας Japanese green tea 3 <sup>€</sup>
Πράσινο τσάι αρωματικό Green aromatic tea 3 <sup>€</sup>
English breakfast τσάι English breakfast tea 3 <sup>€</sup>
Τσάι του βουνού Mountain tea 3 <sup>€</sup>
Σοκολάτα* Ζεστή/κρύα Hot/cold chocolate* deluxe 4 <sup>€</sup>
Λευκή σοκολάτα Raspberry & Blueberry Ζεστή/κρύα White hot/cold Raspberry & Blueberry chocolate 4 <sup>€</sup>
Σοκολάτα γάλακτος με καραμέλα και αλάτι Ιμαλαΐων. Ζεστή/κρύα Hot/cold chocolate with caramel and Himalayan salt 4 <sup>€</sup>

## ΚΟΚΤΕΪΛ / COCKTAILS

Ratis Mexicanus Ocho Blanco τεκίλα, ελαιοζάχαρα, λεμόνι, νέκταρ αγαύης, Thomas Henry grapefruit soda, αλάτι / Ocho Tequila Blanco, oleo saccharum, lemon, agave nectar, Thomas Henry grapefruit soda, salt 9 <sup>€</sup>
Daiquiri la solidaridad Mount Gay Eclipse ρούμι, GreenChartreuse, Cunco Am- argo, λεμόνι, μέλι Mount Gay Eclipse, Green Chartreuse, Cunco Amargo, lemon, honey 9 <sup>€</sup>
Ελληνική Σανγκρία / (Greek Sangria) Otto's Athens Vermouth, ροζέ κρασί, βανίλια, χυμός κράνας / Otto's Athens Vermouth, rose wine, vanilla, cranberry juice 6 <sup>€</sup>
Ο παλιομοδίτης / (Greek old fashion) Μεταξά 7*, angostura aromatic bitters, μέλι / Metaxa 7*, angostura aromatic bitters, honey 10 <sup>€</sup>
Η ωραία των Αθηνών / (The beauty of Athens) Otto's Athens Vermouth, Μεταξά 5*, βανίλια, λεμόνι, αποξηραμένο τριαντάφυλλο Otto's Athens Vermouth, Metaxa 5*, vanilla, lemon, dried roses 9 <sup>€</sup>
Shedia Tea Skinos Mastiha Spirit, λεμόνι, πιπερόριζα, παγωμένο τσάι λεμόνι Skinos Mastiha Spirit, lemon, ginger, lemon iced tea 8 <sup>€</sup>
Piraticos Mount Gay Eclipse, Artesano White Rum, Cunco Amar- go, φρούτα του πάθους, βανίλια, λεμόνι, πικραμύγδαλο, ελαιοζάχαρα Mount Gay Eclipse, Artesano White Rum, Cunco Amargo, passion fruit, vanilla, lemon, orgeat, oleo saccharum 10 <sup>€</sup>
Greek Spritz Skinos Mastiha Spirit, Otto's Athens Vermouth, Thomas Henry grapefruit soda 7 <sup>€</sup>
Chios Lemonade / (No Alcohol/ detox) Mastiqua, λεμόνι, δυόσμος, πιπερόριζα, μέλι Mastiqua, lemon, spearmint, ginger, honey 5 <sup>€</sup>

### ΤΑ ΚΛΑΣΙΚΑ

Mojito 8 <sup>€</sup>
Mai tai 9 <sup>€</sup>
Aperol spritz 8 <sup>€</sup>
Campari aperol spritz 8 <sup>€</sup>
Campari, aperol, σόδα ή sprite Margarita 9 <sup>€</sup>
Amaretto sour 8 <sup>€</sup>
Pina colada 9 <sup>€</sup>