

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€

✓ Ευ 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€

Ροφήματα
Η σοκολάτα μας
«τα σπάει»

Σχεδίαρτ
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/).

Ροφήματα

Η σοκολάτα μας
«τα σπάει»

Όινος

Βιολογικός
και διαλεχτός

Cocktails

με
υπογραφή

Ωράριο

Από τις 9:00 π.μ.
ώς αργά το βράδυ

ΚΑΦΕΔΕΣ

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

SMOOTHIES

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

ΠΟΤΑ

ΜΠΥΡΕΣ / BEERS

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

ΟΥΖΟ - ΤΣΙΠΟΥΡΟ / OUZO - TSIPOURO

	Ποτήρι	Μπουκάλι (200ml)
Τσίπουρο Αποστολάκη	3,50 [€]	8.50 [€]
Tsipouro Apostolaki		
Ούζο Βαρβαγιάννη	3,50 [€]	8.50 [€]
Varvagianni ouzo		

ΑΦΡΩΔΗ ΚΡΑΣΙΑ / SPARKLING WINES

Prosecco	4.50 [€]
Moscato d'asti	4.50 [€]

ΛΕΥΚΑ ΚΡΑΣΙΑ / WHITE WINES

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

ΡΟΖΕ ΚΡΑΣΙΑ / ROSE WINES

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

ΚΟΚΚΙΝΑ ΚΡΑΣΙΑ / RED WINES

AROTRO ΑΓΙΩΡΓΙΤΙΚΟ ΒΙΟ (Όψιμος). ΠΓΕ Πελοπόννησος Αγιωργίτικο (βιολογικό) AROTRO Agiorgitiko, winery Opsimos PGI Peloponnese, Agiorgitiko (organic)	4.50 [€]	20 [€]
Ορειβάτης ΠΓΕ, Οινοποιείο Ακριώτου, Pinot Noir Akrivotis PGI, Akrivotis Wines, Pinot Noir		24 [€]
Ναουσαΐα ΠΟΠ Νάουσα, Κτήμα Φουντή, Εινόμαυρο Naoussa Naoussa PDO, Estate Foundi, Xinomavro		24 [€]

ΡΟΦΗΜΑΤΑ

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

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 [€]
Daiquiri la solidaridad Mount Gay Eclipse ρούμι, GreenChartreuse, Cunco Am- argo, λεμόνι, μέλι Mount Gay Eclipse, Green Chartreuse, Cunco Amargo, lemon, honey 9 [€]
Ελληνική Σανγκρία / (Greek Sangria) Otto's Athens Vermouth, ροζέ κρασί, βανίλια, χυμός κράνας / Otto's Athens Vermouth, rose wine, vanilla, cranberry juice 6 [€]
Ο παλιομοδίτης / (Greek old fashion) Μεταξά 7*, angostura aromatic bitters, μέλι / Metaxa 7*, angostura aromatic bitters, honey 10 [€]
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 [€]
Shedia Tea Skinos Mastiha Spirit, λεμόνι, πιπερόριζα, παγωμένο τσάι λεμόνι Skinos Mastiha Spirit, lemon, ginger, lemon iced tea 8 [€]
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 [€]
Greek Spritz Skinos Mastiha Spirit, Otto's Athens Vermouth, Thomas Henry grapefruit soda 7 [€]
Chios Lemonade / (No Alcohol/ detox) Mastiqua, λεμόνι, δυόσμος, πιπερόριζα, μέλι Mastiqua, lemon, spearmint, ginger, honey 5 [€]

ΤΑ ΚΛΑΣΙΚΑ

Mojito 8 [€]
Mai tai 9 [€]
Aperol spritz 8 [€]
Campari aperol spritz 8 [€]
Campari, aperol, σόδα ή sprite Margarita 9 [€]
Amaretto sour 8 [€]
Pina colada 9 [€]