



# ALANA

COFFEE & FOOD STORIES



## M E N U

ΡΟΦΗΜΑΤΑ - ΚΑΦΕ - ΣΟΚΟΛΑΤΑ

ΧΥΜΟΙ & ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ

ΣΠΙΤΙΚΟΙ ΧΥΜΟΙ

ΚΡΥΟ & ΖΕΣΤΟ ΤΣΑΙ

ENERGY DRINKS

ΦΡΕΣΚΟΙ ΧΥΜΟΙ στο μπλέντερ

SMOOTHIES

MILKSHAKES

ΜΠΥΡΕΣ

ΜΠΥΡΕΣ ΧΩΡΙΣ ΑΛΚΟΟΛ

ΜΗΛΙΤΗΣ

ΑΛΚΟΟΛΟΧΟΥΧΑ ΠΟΤΑ

COCKTAILS

SPRITZ

ΛΕΥΚΟΙ, ΡΟΖΕ & ΕΡΥΘΡΟΙ ΟΙΝΟΙ

ΑΦΡΩΔΕΙΣ ΟΙΝΟΙ

ΟΥΖΟ&ΤΣΙΠΟΥΡΟ



BRUNCH

SNACKS

BAO BUNS

PANCAKES

PINSA (pizza) ROMANA

ΣΑΛΑΤΕΣ

ΖΥΜΑΡΙΚΑ (ΠΑΣΤΑ & ΡΙΖΟΤΑ)

ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΤΥΡΙΩΝ-ΑΛΛΑΝΤΙΚΩΝ

ΠΙΑΤΟ ΟΥΖΟΥ & ΜΠΥΡΑΣ

HOMEMADE SWEETS

ΓΛΥΚΑ & ΠΑΓΩΤΑ

**KIMBO**<sup>®</sup>  
*il Caffè di Napoli*

**#LOVEATFIRSTSIP**

Η ιστορία του καφέ KIMBO ξεκινάει 60 χρόνια πριν, όταν 3 αδέρφια άρχισαν να ψήνουν καφέ στον φούρνο του πατέρα τους στη Νάπολη. Σε μια πόλη που πρακτικά όλοι ασχολούνταν με την τέχνη του καφέ και την κληροδοτούσαν από γενιά σε γενιά, το ταλέντο και η διαίσθηση κάποιων ξεχώρισαν. Αυτή ακριβώς είναι η περίπτωση του Francesco, Gerardo και Elio Rubino που ίδρυσαν την εταιρία KIMBO

Ο καφές τους έγινε διάσημος σε όλη την Ιταλία και τον κόσμο με το Εμπορικό Σήμα KIMBO και μάλιστα το 1994 το Café do Brasil κατατάσσεται δεύτερο στον τομέα του λιανεμπορίου σε συσκευασμένο καφέ στην Ιταλική αγορά, μια θέση που κρατάει ακόμη και σήμερα.

Στη Νάπολη, τα εσπρέσο μπαρ παρέχουν τον παλμό αυτής της απίστευτης, ζωντανής και συναρπαστικής πόλης. Ο καφές espresso KIMBO είναι ο ηγέτης στην ιταλική αγορά ενώ και στη Γαλλία ο KIMBO αποτελεί την πρώτη επιλογή των καταναλωτών.

Ο KIMBO είναι παρών σε 40 χώρες μεταξύ των οποίων Γερμανία, Βέλγιο, Καναδά, Αυστραλία, USA και Ρωσία και έχει πετύχει να μπει ακόμα και στις παραδοσιακές Αγγλικές pubs, κατακτώντας το UK-Italy Business Award το 2011.”

## ΡΟΦΗΜΑΤΑ – ΚΑΦΕ

## BEVERAGE-CAFÉ

Ελληνικός μονός | διπλός

Greek coffee Single | double

Ελληνικός decaffeine μονός | διπλός

Greek coffee decaffeine Single | double

Φραπέ | Φραπέ decaffeine

Frappe | Frappe decaffeine

Nescafé | Nescafé decaffeine

Espresso μονό | Espresso διπλό

Espresso single | Espresso double

Macchiato, Lungo, Americano

Cappuccino μονός | Cappuccino διπλός

Cappuccino single | Cappuccino double

Latte

Fredo Espresso

Fredo Cappuccino

Freddoccino

Mochaccino

Καφές Φίλτρου

Filter Coffee

Σοκολάτα Ζεστή | Σοκολάτα Κρύα

\*(επιλογή γευσεων: φουντούκι, βανίλια, φράουλα, passion fruit, καραμέλα, αμύγδαλο)

Hot chocolate | Cold Chocolate

\*(selection of flavors: hazelnut, vanilla, strawberry, passion fruit, caramel, almond)

Healthy σοκολάτα ζεστή | Κρύα

(επιλογή απο γάλα σόγιας, γάλα αμυγδάλου, γάλα καρύδας, γάλα βρώμης)

Healthy hot chocolate | Healthy cold chocolate

\*(selection from soy milk, almond milk, coconut milk, oat milk)

Λευκή σοκολάτα ζεστή | Κρύα

White Chocolate Hot | Cold

Healthy Λευκή σοκολάτα ζεστή | Κρύα

\*(επιλογή γευσεων: φουντούκι, βανίλια, φράουλα, passion fruit, καραμέλα, αμύγδαλο)

Healthy White Chocolate hot | Cold

\*(selection of flavors: hazelnut, vanilla, strawberry, passion fruit, caramel, almond)

Κακάο | Cocoa

Τσάι Ζεστό | Hot Tea

\*(επιλογή γεύσεων | choice of flavors)

Σαλέπι ανατολίτικο

## SOFT DRINKS

## ΧΥΜΟΙ | ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ

## JUICES | BEVERAGES

Pepsi Cola, Pepsi Max

Πορτοκαλάδα, Πορτοκαλάδα χωρίς ανθρακικό

Beverage Orange | Beverage Orange without carbonate

Λεμονάδα | Beverage Lemonade

Σόδα | Soda Water

Τόνικ | Tonic Water

Εινό Νερό Μικρό | Μεγάλο

Sparkling Water Small | Big

Pellegrino Μικρό | Μεγάλο

Pelegrino Water Small | Big

Χυμός Πορτοκάλι | Orange Juice

Χυμός Βύσσινο | Sour Cherry Juice

Χυμός Ροδάκινο | Peach Juice

Χυμός Μπανάνα | Banana Juice

Χυμός Κράνμπερι | Cranberry Juice

Χυμός Φράουλα | Strawberry Juice

Χυμός Λεμόνι | Lemon Juice

Χυμός Μύλο | Apple Juice

Χυμός Γρειπφρουτ | Grapefruit Juice

## ΣΠΙΤΙΚΟΙ ΧΥΜΟΙ

## HOME MADE JUICES

Χειροποίητη σπιτική Λεμονάδα | Handmade homemade Lemonade

Χειροποίητη σπιτική Βυσσινάδα | Handmade homemade sour cherries

Χειροποίητη σπιτική Μανταρινάδα | Handmade homemade Mandarin

Χειροποίητη σπιτική Φραουλάδα | Handmade homemade Strawberry

Χειροποίητη Σπιτική Ροδακιναδα | Handmade homemade Peach

Χειροποίητη Σπιτική Λεμονάδα με στέβια

Handmade homemade Lemonade with stevia

Χειροποίητο Σπιτικό Ρόζ γκρέιπφρουτ

Handmade homemade Pink Grapefruit

## ΚΡΥΟ ΤΣΑΙ

## ICE TEA

Βατόμουρο | Blueberry

Λεμονόχορτο | Lemongrass

Ρόδι | Pomegranate

Ροδάκινο | Peach

Φρούτα τυο δάσους | Passion fruit

Λεμόνι | Lemon

## ENERGY DRINKS

Red Bull

Red Bull χωρίς ζάχαρη | without sugar

Red Bull Zero

## THREE CENTS | ΑΝΘΡΑΚΟΥΧΑ ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ | ΣΟΔΕΣ

### **Three Cents Tonic Aegean**

Τόνικ που δημιουργείται συνδυάζοντας νερό πηγής, μεσογειακά συστατικά όπως αγγούρι, βασιλικό, δυόσμο, λουίζα και εσπεριδοειδή και φυσική κινίνη.

### **Three Cents Σόδα Cherry**

Φρουτώδης σόδα με κεράσι με νότες αμυγδάλων, άγριων κερασιών και άνθων κερασιάς.

### **Three Cents Σόδα Pink Grapefruit**

Φρουτώδης ροζ σόδα με γκρέιπφρουτ.

### **Three Cents Σόδα Pineapple**

φυσικό άρωμα ανανά και υψηλής ποιότητας σόδα σας δίνουν ένα δροσιστικό αναψυκτικό.

### **Three Cents Αναψυκτικό Ginger Beer**

Ένας συνδυασμός τζίντζερ και μπαχαρικών σε ένα αναψυκτικό. Τέλεια επιλογή χωρίς αλκοόλ για τους φίλους των καυτερών γεύσεων.

## ΦΡΕΣΚΟΙ ΧΥΜΟΙ στο μπλέντερ | FRESH JUICES at blender

(επιλογή απο πορτοκάλι, ροδάκινο, ανανά, μήλο, φράουλα, αχλάδι, ακτινίδιο, καρότο, σταφύλι, παντζάρι)

(Selection of orange, peach, pineapple, apple, strawberry, pear, kiwi, carrot, grape, beetroot)

1 Φρούτο / 1 Fruit

2 Φρούτα / 2 Fruits

3 Φρούτα / 3 Fruits

## SMOOTHIES

**ENERGY:** Πορτοκάλι, μήλο, καρότο, τζίντζερ

Orange, apple, carrot, ginger

**VANILLA ICE:** Παγωτό βανίλια, μπανάνα, ανανάς, μέλι, κανέλα

Vanilla ice cream, banana, pineapple, honey, cinnamon

**PEACH ICE:** Παγωτό βανίλια, ροδάκινο, φράουλα, μέλι, λάιμ

Vanilla ice cream, peach, strawberry, honey, lime

**CITRUS HEALTHY:** Πορτοκάλι, γκρέιπφρουτ, λεμόνι

Orange, grapefruit, lemon

**VEGAN:**

Γάλα αμυγδάλου, βρώμη, μπανάνα, φυστικοβούτυρο, αμύγδαλα, πρωτεΐνη σόγιας,

Almond milk, oats, banana, peanut butter, almonds, soy protein

**VANILLA YOGURT:**

Πρωτεΐνη βανίλια, ροδάκινο, γιαούρτι, γάλα, μέλι

Vanilla protein, peach, yogurt, milk, honey

**BERRY WHEY:**

Πρωτεΐνη σοκολάτα, berries, γάλα αμυγδάλου, βρώμη, λιναρόσπορος,

Protein chocolate, berries, almond milk, oats, flaxseed

## MILKSHAKES

Βανίλια | Vanilla

Φράουλα | Strawberry

Σοκολάτα | Chocolate

Μάνγκο | Mango

Καραμέλα | Caramel

Μαστίχα | Mastiqua

Μπανάνα | Banana

**MADNESS:** παγωτό βανίλια, μπισκότο oreo, γάλα  
vanilla ice cream, oreo cookie, milk

**YUMMY:** παγωτό βανίλια, γάλα, καραμέλα, μπισκότο  
vanilla ice cream, milk, caramel, cookie

**CHOCOHOLIC:** πρωτεΐνη σοκολάτας, γάλα, μπισκότο cookie σοκολάτας  
chocolate, milk, chocolate cookie

**BERRY RUSH:** παγωτό βανίλια, γάλα, berries  
Vanilla ice cream, milk, berries

**VEGAN:** γάλα σόγιας, βανίλια, φρούτα του δάσους, vegan παγωτό  
soy milk, vanilla, berries, vegan ice cream

## ΜΠΥΡΕΣ

Μπύρα Βαρέλι | Draft Beer 330ml | 500ml

Guinness

Μάμος Ελληνική Μπύρα | Mamos Greek Beer

Νύμφη Ελληνική Μπύρα | Nimfi Greek Beer

Fisher

Amstel Radler

Erdinger

Sol

Μηλοκλέφτης | Milokleftis Cider Bottle

Amstel Μαύρη | Amstel Dark

Lagunitas

## ΜΠΥΡΕΣ ΧΩΡΙΣ ΑΛΚΟΟΛ | BEERS WITHOUT ALCOHOL

Heineken 0%

## **ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΜΗΛΙΤΗΣ | CIDER**

### **Strongbow Apple | Μηλίτης Μήλο**

Φυσικό ανθρακούχο αλκοολούχο ποτό, που παράγεται με χυμό από ζύμωση προσεκτικά επιλεγμένων μήλων. Έχει γλυκιά, δροσιστική γεύση και είναι πλούσιο σε αρώματα.

### **Strongbow mint cucumber | Μηλίτης Μέντα Αγγούρι**

Απολαυστικός μηλίτης από μοναδικό συνδυασμό μήλων, με δροσιστικές νότες από αγγούρι και μέντα. Έχει ημίξηρη γεύση και δροσιστική επίγευση από αγγούρι και μέντα.

### **Strongbow red berries | Μηλίτης Κόκκινα Μούρα**

Φυσικό ανθρακούχο αλκοολούχο ποτό, που παράγεται με χυμό από ζύμωση προσεκτικά επιλεγμένων μήλων. Έχει γλυκιά και δροσιστική γεύση, είναι πλούσιο σε αρώματα και έχει 4,5% περιεκτικότητα σε αλκοόλ.

## **DRINKS**

### **VODKA**

Absolut Vodka  
Standard Vodka  
Smirnoff Vodka

### **PREMIUM VODKA**

Grey Goose  
Belvedere

### **GIN**

Beefeater Gin  
Bombay Gin  
Gordon's Gin  
Tanqueray Gin

### **PREMIUM GIN**

Hendricks

### **RUM**

Bacardi  
Captain Morgan  
Pitu  
Havana 3\*  
Havana 5\*

### **ΟΥΙΣΚΥ**

Johnnie Walker Red  
Balantines  
Haig  
Tullamore Dew  
Four Roses  
Jack Daniel's  
Dewars  
Cutty Sark  
Famous Grouse  
Jameson

## ΜΑΛΤ ΟΥΙΣΚΥ | MALT WHISKY

Talisker  
Oban  
Lagavulin

## ΤΕΚΙΛΑ | TEQUILA

Jose Cuervo λευκή  
Jose Cuervo κίτρινη  
Olmeca tequila λευκή  
Olmeca tequila κίτρινη

## ΛΙΚΕΡ | LIQUER

Jagermeister  
Λικέρ Μήλο (Apple Sourz)  
Μαστίχα Routs  
Malibu  
Baileys  
Amaretto Disaronno  
Triple Sec  
Cointreau

## ΚΟΝΙΑΚ

Μετάζα 3\*  
Μετάζα 5\*

Απλή φιάλη | **Bottle**  
Special φιάλη | **Special bottle**  
Premium φιάλη | **Premium bottle**  
Σαμπάνια ατομική (απλή | **Premium**)  
Single Champagne (simple | **premium**)  
Σαμπάνια φιάλη (απλή | **Premium**)  
Champagne bottle (simple | **Premium**)

## ΟΥΖΟ | ΤΣΙΠΟΥΡΟ | ΟΥΖΟ | ΤΣΙΠΟΥΡΟ

με γλυκάνισο | with anise | χωρίς γλυκάνισο / without anise  
Μικρό | **Small** (100ml)  
Μεγάλο | **Big** (200ml)  
Πλωμάρι | **Plomari**  
Τσιλιλή | **Tsilili**  
Βαρβαγιάννη | **Varvagianni**  
Ηδωνικό | **Idoniko**  
Μπαμπατζίμ | **Babagim**  
Αποστολάκη | **Apostolaki**



## ΚΛΑΣΣΙΚΑ ΚΟΚΤΕΙΑ | CLASSIC COCKTAILS

**Mojito** με γεύση /with flavor: +0,50€

Λευκό Ρούμι, χυμός απο φρέσκο lime, ζάχαρη, φύλλα μέντας, σόδα  
White rum, Fresh lime juice, Sugar, leaves of Mint, Soda Water

**Margarita** με γεύση | with flavor: +0,50€

Λευκή τεκίλα, χυμός λάιμ, Triple Sec  
White Tequila, lime juice, Triple Sec

**Daiquiri** με γεύση | with flavor: +0,50€

Λευκό ρούμι, χυμός λάιμ, σιρόπι ζάχαρης  
White rum, Lime juice, Sugar syrup

**Caipirinha**

Cachaça, καστανή ζάχαρη, χυμός λάιμ  
Cachaça, brown sugar, lime juice

**Caipiroska**

Βότκα, λευκή ζάχαρη, χυμός λάιμ  
Vodka, white sugar, Lime juice

**Negroni**

Campari, Τζίν, Κόκκινο Βερμούτ  
Campari, Gin, Sweet red Vermouth

**Mai Tai**

Ρούμι, Triple sec, χυμός λάιμ, σιρόπι ζάχαρης, σουμάδα  
Rum, Triple sec, lime juice, sugar syrup, soumada syrup

**Cuba Libre**

Ρουμί Αβάνα, χυμός λάιμ, κόλα Pepsi  
Havana Rum, lime juice, Pepsi cola

## SPRITZ

**Aperol spritz**

Aperol, Prosecco, Splash of Soda water

**Beefeater Spritz**

Beefeater Pink, Strawberries, Lemonade

**Gordon's Spritz**

Gordon's Pink, Strawberries, Lemonade

**Vanilla Tropical**

Gin, Vanilla syrup, Red bull

## ALANA SIGNATURE COCKTAILS

### LAMPRAKI STREET Cocktail

Τζίν, Χυμός Λάιμ, Λικέρ Μαστίχας, Σιρόπι Μήλου,  
Σιρόπι Αγγουριού, Τζίντζερ

Gin, Lime juice, Mastiqua liqueur, Apple syrop, syrop cucumber, ginger

### TOUMPA RULES Cocktail

Λευκό Ρούμι, Μαύρο Ρούμι, Πουρές Φρούτα του Δάσους,  
Χυμός Λάιμ, Χυμός Ανανά

White Rum, Black Rum, Passion Fruit Pure, Lime Juice, Pineapple Juice

### GATE Cocktail

Αμερέτο, Πουρές Φράουλα, Χυμός Λάιμ, Σιρόπι Ζάχαρης, Γιαούρτι

Amaretto Dissarono, puree Strawberry, Lime Juice, sugar Syrop, Yougurt

### KLEANTHOUS STATION Cocktail

Κίτρινη Τεκίλα, Πουρές Μάνγκο, Χυμός Λάιμ, Τζίντζερ

Yellow Tequila, puree Mango, Lime Juice, Ginger

### ALANA Cocktail

Βότκα, Φρούτα του Δάσους, Χυμός Ανανά, Σιρόπι Βανίλιας, Χυμός λάιμ

Vodka, Passion Fruit, Pineapple Juice, Vanilla Syrop, Lime Juice

### SANTA BARBARA Cocktail

Απερολ, χυμός πορτοκάλι, πουρές μάνγκο, και λαιμ

Aperol, orange juice, Mango pure, lime

### STADIUM Cocktail

Ουίσκυ μέρμπον, σιρόπι ροδάκινο, λεμόνι, μύρα τζίντζερ

Buerbon Whisky, Peach Syrop, Lemon, Ginger Beer



## MOCKTAILS

Cocktails χωρίς αλκοόλ

### Sour Mocktail

Αγγούρι, χυμός ανανά, χυμός λάιμ, λεμονόχορτο,

**top up : Three Cents Tonic Aegean**

### Sweet Mocktail

Passion fruit, τζίντζερ, αγγούρι, χυμός λάιμ, σιρόπι αγαύης, χυμός ανανά,

**top up : Sprite**

### Sweet & Sour Mocktail

Πουρές φράουλα, χυμός κράνμπερι, χυμός πορτοκάλι, χυμός λάιμ, βανίλια

### Spicy Mocktail

Χυμός μήλου, τζίντζερ, αποξηραμένο τζίντζερ, μάνγκο, passion fruit, λάιμ, σιρόπι αγαύης,

**top up : Three Cents Σόδα Cherry**

## ΓΛΥΚΑ & ΠΑΓΩΤΑ | SWEETS & ICE CREAMS

### ΠΑΓΩΤΟ ΧΥΜΑ | ICE CREAM per Scoop

μπάλα | per scoop

#### **Cheese Cake Στρογγυλή**

Λαχταριστό και ελαφρύ με βάση από τραγανά μπισκότα βουτύρου, κρέμα με νότες από βανίλια και δροσερή κρέμα τυριού, με επικάλυψη σάλτσα κόκκινων φρούτων.

Rich creamy cheesecake on a thick and buttery biscuit base with an indulgent cherry sauce topping.

#### **Τάρτα Βρώμης με Γιαούρτι & Φρούτα Δάσους**

Βάση από τάρτα βρώμης, κρέμα από φρέσκο στραγγιστό γιαούρτι, επικάλυψη με σάλτσα από φρούτα του δάσους. Μία επιλογή με διατροφικά οφέλη, χωρίς καμία έκπτωση στην απόλαυση.

Oaty tart base filled with refreshing yogurt and fruits of the forest cream topped with Amarena cherry sauce.

#### **Choco Mouse**

Κλασική αγαπημένη συνταγή, με απόλυτη κυριαρχία της σοκολάτας, με δύο στρώσεις απαλής κρέμας βανίλιας και σοκολάτας και επικάλυψη με πραγματική σοκολάτα.

Delicious chocolate sponge cakes with layers of vanilla and chocolate cream covered with intense dark chocolate ganache and dipped in chocolate sprinkles

#### **Vegan Carrot Cake**

Κέικ καρότου με βουτυρόκρεμα βανίλιας για vegan και νηστεία. Χωρίς ίχνος συστατικού ζωικής προέλευσης.

Moist carrot cake with smooth vanilla frosting.

#### **Vegan Brownie Cake**

Κέικ brownies με βουτυρόκρεμα σοκολάτας για vegan και νηστεία. Χωρίς ίχνος συστατικού ζωικής προέλευσης.

Light chocolate brownie cake with smooth chocolate frosting.

#### **Μωσαϊκό Σοκολάτας**

Αν υπάρχει γλυκό που μας πάει στα παιδικά μας χρόνια, δεν είναι άλλο από το μωσαϊκό μας, συνταγή της γιαγιάς Μαργαρίτας, κομμάτια μπισκότου, κακάο και μπισκότα βουτύρου. Το σερβίρουμε από την κατάψυξη και ταξιδεύουμε.

A Greek traditional rich chocolate and butter biscuit log dusted with icing sugar and chocolate piping. Satisfying!

### **Τάρτα Μήλου**

Γαλλική μηλόπιτα, με βάση από τάρτα βουτύρου, γέμιση από φρέσκα μήλα, σταφίδες, καρύδια και κανέλλα, στρώσεις από λεπτοκομμένες φέτες φρέσκου μήλου, πασπαλισμένες με άχνη ζάχαρη και κανέλα.

A delicious biscuit base topped with apple, raisin, walnut and cinnamon filling, covered in toasted apple slices and dusted with icing sugar.

### **Red Velvet Cake**

Τρεις στρώσεις από κέικ red velvet και ενδιάμεσα κρέμα τυριού με βουτυρόκρεμα.

Exquisite red velvet cake layered with smooth cream cheese frosting. Superior!

### **Carrot Cake**

Κέικ καρότου σε τρεις στρώσεις, ενδιάμεσα κρέμα τυριού με βουτυρόκρεμα.

Incredibly moist and flavorsome carrot cake layered with smooth creamy frosting.

### **Ρεβανί με παγωτό βανίλια**

Παραδοσιακό ρεβανί με χυμό πορτοκαλιού, στραγγιστό γιαούρτι και σιρόπι, συνοδεύεται με μια μπάλα λαχταριστή βανίλια παγωτό.

A deliciously moist semolina cake combining the goodness of Greek yogurt and orange juice in a light syrup with vanilla ice cream.

### **Lemon Pie σε τάρτα**

Τάρτα βουτύρου γεμισμένη με κρέμα λεμονιού και στρώση με μαρέγκα ψημένη με φλόγα.

Butter biscuit filled with delicate lemon cream and flamed meringue.

### **Κέικ Ρευστής Σοκολάτας**

Κέικ με ιδιαίτερη διαδικασία παραγωγής, μιας και βράζει αργά, με πλούσια σύνθεση σε σοκολάτα υψηλής ποιότητας, που προσδίδει στο κέικ μοναδική υφή, γεύση και αρώματα σοκολάτας.

A velvety rich chocolate cake topped with dark chocolate swirls

## ΜΠΑΡΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ | ENERGY BARS

### **Μπάρα Champion Δημητριακών**

Νιφάδες βρώμης, μαύρη ζάχαρη, λιναρόσπορος, αμύδαλο, ηλιόσπορος, αποξηραμένα κράνπερυ, κύβοι πορτοκαλιού, φρέσκος χυμός πορτοκάλι και σταγόνες σοκολάτας.

Oats, seeds, nuts, cranberries, orange juice, chocolate chips, sea buckthorn and goji berries. Champion

### **Μπάρα Δημητριακών**

Νιφάδες βρώμης, μαύρη ζάχαρη, λιναρόσπορος, αμύδαλο, φιστίκι, ηλιόσπορος, αποξηραμένα κράνπερυ, κύβοι πορτοκαλιού, χυμός πορτοκάλι, σταγόνες σοκολάτας.

Oats, seeds, nuts, orange juice and cranberries. Super!

### **Μπάρα Super Energy**

Νιφάδες βρώμης, λιναρόσπορος, αμύδαλο, φιστίκι, ηλιόσπορος, αποξηραμένα κράνπερυ, χυμός πορτοκαλιού, κότζι μπερυ, αποξηραμένο δαμάσκηνο και σουσάμι. Oats, seeds, nuts, cranberries, orange juice, goji berries and plums. Power!

### **Μπάρα Δημητριακών με Γιαούρτι & Cranberry**

Νιφάδες βρώμης, λιναρόσπορος, αμύδαλο, φιστίκι, ηλιόσπορος, αποξηραμένα κράνπερυ, κύβοι πορτοκαλιού, χυμός πορτοκάλι, σταγόνες σοκολάτας, και γιαούρτι. Oats, seeds, nuts, cranberries and yogurt. Refreshing



ALL YOU NEED IS  
**LOVE**  
AND A BOTTLE OF  
**WINE**



Απολαύστε με την παρέα σας, ένα υπέροχο λευκό κρασί **Τέχνη Αλυπίας**

**20€ / ΦΙΑΛΗ**

*Το Τέχνη Αλυπίας λευκό σε συνδυασμό Sauvignon Blanc με Ασύρτικο προσφέρει ένα φρουτώδες και υπέροχα αρωματικό κρασί.*

*Το χρώμα του κρασιού είναι λαμπερό, υποκίτρινο με πράσινες ανταύγειες, όλο φρεσκάδα και αρώματα εσπεριδοειδών και μάνγκο.*

## ΛΕΥΚΟΙ ΟΙΝΟΙ | WHITE WINES

150ml(ποτήρι)

750ml

Μικρός Πρίγκηπας | Αμπελώνες Καραβιτάκη  
*Βιδιανό, Βηλόνα-Κρήτη*

Τέχνη Αλυπίας | Τέχνη Οίνου  
*Ασόντικο, Sauvignon Blanc-Δράμα*

Μαλαγουζιά | Konstantara Wines  
*Μαλαγουζιά-Χαλκιδική*

Chardonnay | 3 Γενιές Οινοποιείο Θωμαΐδη  
*Chardonnay-Πέλλα*

Viognier | Κτήμα Γεροβασιλείου  
*Viognier-Επανωμή*

Riesling / Weingut Schmitges (ημίξηρο)  
*(1 Ltr) Riesling-Mosel*

Sauvignon Blanc | Villa Maria  
*Sauvignon Blanc-New Zealand*

Klima Βιδιανό | Αμπελώνες Καραβιτάκη  
*Βιδιανό-Κρήτη*

Διάλογος | Κτήμα Δύο Ύψη  
*Ασόντικο, Κυδωνίτσα-Ηλεία*

Sauvignon Blanc Fume | Κτήμα Αλφα Sauvignon  
*Blanc-Αμόνταιο*



## ΡΟΖΕ ΟΙΝΟΙ | ROSE WINES

150ml(ποτήρι)

750ml

Άβδηρος / Κτήμα Βουρβουκέλη (ημίξηρο)

*Παμίδι, Syrah- Ξάνθη*

Τέχνη Αλυπίας Ροζέ / Τέχνη Οίνου

*Syrah-Δράμα*

Κτήμα Αλφα Ροζέ / Κτήμα Άλφα

*Ξινόμαυρο-Αμύνταιο*

Rose Konstantara | Konstantara Wines

*Cabernet Sauvignon-Χαλκιδική*

Rose de Xinomavro | Αμπελώνες Θυμιόπουλου

*Ξινόμαυρο-Νάουσα*

## ΕΡΥΘΡΟΙ ΟΙΝΟΙ | RED WINES

Έρωχος / Οινοποιείο Αργυρίου

*Merlot,Μαυρούδι-Παρνασσός*

Naoussa Alta / Αμπελώνες Θυμιόπουλου

*Ξινόμαυρο-Νάουσα*

Κτήμα Βιβλία Χώρα-Βιβλία Χώρα

*Cabernet Sauvignon, Merlot, Αγιωργίτικο-Παργαίο*

Syrah | Κτήμα Αβαντίς

*Syrah- Εύβοια*

## ΑΦΡΩΔΕΙΣ ΟΙΝΟΙ | SPARKLING WINES

Gancia Moscato

Gancia Prosecco

## ΓΑΥΚΟΙ ΕΝΙΣΧΥΜΕΝΟΙ ΟΙΝΟΙ | SWEET & FORTIFIED WINES

Σάμος Grand Cru | Έως Σάμου 500ml





“ Η Σεφ Μαργαρίτα Ιακωβίδου και η ομάδα της έχουν ετοιμάσει ένα γευστικό μενού, με αφοσίωση στην ποιότητα των υλικών και γεύσεις που θα ικανοποιήσουν τον ουρανίσκο σας.”



## BRUNCH

### Γιαούρτι HEALTHY

με φρούτα , μέλι, chia και ταχίνι

### Γιαούρτι POWER UP

με μπανάνα, φυστικοβούτυρο, γκρανόλα και κομμάτια σοκολάτας

### Ομελέτα

με γαλοπούλα καπνιστή, γκούντα, μανιτάρια και τοματίνια

### Πρωτεϊνική ομελέτα

με ασπράδι αυγού, κοτόπουλο, σπανάκι και cottage cheese

### Αυγά μάτια

σε ψητό ψωμί με γουακαμόλε

### Τόστ με ζαμπόν η γαλοπούλα και γκούντα

## SNACKS

### Club sandwich

με μαγιονέζα βασιλικού, ζαμπόν, γκούντα, γαλοπούλα, τομάτα, iceberg

### Hot dog CHAMPION

με ψωμάκι Brioche, λουκάνικο βραστό, μπεικον ψητό, κόκκινο λάχανο και sauce tartar

### Hot dog El classico

με ψωμάκι Brioche, λουκάνικο βραστό, κέτσαπ, μουστάρδα τομάτα και ρίγανη

### Burger σε Ψωμάκι panini

μπιφτέκι black Angus 200gr, kentucky sauce, τσένταρ, μπέικον, relish αγγουριού, τομάτα και iceberg

### Τηγανητές πατάτες

με σάλτσα τσένταρ, πάπρικα και μυρωδικά

### Τηγανητές πατάτες

με Kentucky sauce, ψητό μπέικον και παρμεζάνα

### Τηγανητές πατάτες

αυγά με, φετα και flakes κρεμμυδιού

### Τορτίγια ολικής άλεσης

με κοτόπουλο ψητό, καπνιστή μαγιονέζα, γκούντα, τομάτα και ρόκα

## BAO BUNS

### **Bao buns**

*με γλυκόζυνο κοτόπουλο και λαχανικά*

### **Bao buns**

*με γαρίδα τεμπούρα και σαλάτα coleslaw*

## PANCAKES

### **Αλμυρό Πανκέικ**

*με ζαμπόν, τσένταρ και αυγό μάτι*

### **Πανκέικ με πραλίνα**

*πουράκια σοκολάτας και φρούτα του δάσους*

### **Πανκέικ Lila pause**

*με πραλίνα φράουλα και σοκολάτα*

### **Πανκέικ σοκολάτας OREO**

*με λευκή πραλίνα και τριμμένο μπισκότο*

### **Πανκέικ με φυστικοβούτυρο**

*μπανάνα, μέλι και κανέλα*

## PINSA ROMANA

*p i z z a*

### **Margherita**

*με τοματίνια, λευκή μοτσαρέλα, πέστο βασιλικού*

### **Tartufo**

*με μανιτάρια και κρέμα πορτσίνι, λάδι λευκής τρούφας και ρόκα*

### **Texas**

*με ψητό κοτόπουλο, σάλτσα BBQ, τσένταρ, καλαμπόκι και μπέικον*

### **Pepperoni**

*με τσίλι και παρμεζάνα*

## SALADS

### Caesar

με κοτόπουλο, μπέικον, crumble, φλούδες παρμεζάνας, καλαμπόκι και τοματίνια

### Πρωτεϊνικό BUDDHA BOWL

με Kale mix, κινόα τρίχρωμη, γουακαμόλε, ρεβίθια, τοματίνια, βραστό αυγό και σάλτσα λεμονιού με κόλιανδρο

### Coleslaw

με καπνιστή μαγιονέζα, πράσινο μήλο, σέλερι, καβουρτισμένα κάσιους και σταφίδες

### Ρόκα

καπνιστός σολομός, φιλέτο πορτοκαλιού, σουσάμι, αβοκάντο και ντρέσινγκ μουστάρδα μέλι

## PASTA

### Σπαγγέτι

με σάλτσα τομάτας, λευκή μοτσαρέλα και βασιλικό

### Σπαγγέτι καρμπονάρα

με αυθεντικό γκουαντσιάλε

### Ριζότο

με καπνιστό σολομό λεμόνι, παρμεζάνα και σχοινόπρασο

### Ριζότο μανιταριών

με λάδι λευκής τρούφας και φλούδες παρμεζάνας

## ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΤΥΡΙΩΝ-ΑΛΛΑΝΤΙΚΩΝ

### Πιάτο μύρας

με ψητά λουκάνικα, πατάτες τηγανητές και σαλάτα coleslaw

### Πιάτο για ούζο

ή απόσταγμα με γαύρο, σκουμπρί, ταραμά, αντζούγιες, πιπεράκια γεμιστά, ελιές θρούμπες, τομάτα κ φέτα

## ΓΛΥΚΑ - HOMEMADE SWEET SQUARE

### Homemade Προφιτερόλ

με ζεστά σάλτσα σοκολάτας

### Λευκός πύργος

με πραλίνα φυστίκι

### Σουφλέ σοκολάτας

με παγωτά αλμυρή καραμέλα



VEGAN & HEALTHY CHOICES

*Vegan επιλογές αν νηστεύετε.  
Επιλογές για αθλητές και όσους βρίσκονται σε δίαιτα*

**VEGAN MILKSHAKE** με γάλα σόγιας, βανίλια, φρούτα του δάσους και vegan παγωτο

**VEGAN SMOOTHIE** με Γάλα αμυγδάλου, βρώμη, μπανάνα, φυσιτικοβούτυρο, αμύγδαλα και πρωτεΐνη σόγιας

Smoothie Πρωτεΐνης **"VANILLA YOGURT"** με Πρωτεΐνη βανίλια, ροδάκινο, γιαούρτι, γάλα και μέλι

Smoothie Πρωτεΐνης **"BERRY WHEY"** με Πρωτεΐνη σοκολάτα, berries, γάλα αμυγδάλου, βρώμη και λιναρόσπορο

Γιαούρτι **HEALTHY** με φρούτα , μέλι, chia και ταχίνι

Γιαούρτι **POWER UP** με μπανάνα, φυσιτικοβούτυρο, γκρανόλα και κομμάτια σοκολάτας

**Πρωτεϊνική ομελέτα** με ασπράδι αυγού, κοτόπουλο, σπανάκι και cottage cheese

Πρωτεϊνική σαλάτα **"BUDDHA BOWL"** με Kale mix, κινόα τρίχρωμη, γουακαμόλε, ρεβίθια, τοματίνια , βραστό αυγό και σάλτσα λεμονιού με κολιανδρο

**VEGAN ΚΕΪΚ ΚΑΡΟΤΟΥ** με βουτυρόκρεμα βανίλιας για vegan και νηστεία.  
Χωρίς ίχνος συστατικού ζωικής προέλευσης.

**VEGAN ΚΕΪΚ BROWNIES** με βουτυρόκρεμα σοκολάτας για vegan και νηστεία.  
Χωρίς ίχνος συστατικού ζωικής προέλευσης.

**ΜΠΑΡΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ** και περισσότερες επιλογές απο υγιεινά smoothies φρούτων και σαλάτες.

