



Διατροφική αξία προϊόντων τροφίμων (ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2022)

ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΕΓΓΥΗΘΟΥΜΕ ΓΙΑ ΚΑΝΕΝΑ ΠΡΟΪΟΝ ΟΤΙ ΔΕΝ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΑΛΛΕΡΓΙΟΝΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ / ΙΧΝΗ, ΚΑΘΩΣ Η ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ / ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΕ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΚΑΙ ΜΕ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΟ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟ.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα αλλεργιογόνα, ρωτήστε τον barista σας.

Προϊόν	Βάρος ανά τεμάχιο	Βάρος ανά τεμάχιο (για τις μετρήσεις)	Κατάλληλο για		Ενέργεια (kJ)	Ενέργεια (kcal)	Λιπαρά (g)	Εκ των οποίων κορεσμένα (g)	Υδατάνθρακες (g)	Εκ των οποίων σάκχαρα (g)	Ίνες (g)	Πρωτεΐνη (g)	Άλας (g)
	(g)	(g)	Vegetegians	Vegans									
Γλυκές & Αλμυρές Ζύμες													
Φρεσκοψημένο Κρουασάν Σοκολάτας	75.0	100.0	Y	N	1,772.0	424.0	24.4	15.9	41.3	13.5	3.0	8.4	0.9
Φρεσκοψημένο Κρουασάν Βουτύρου	70.0	100.0	Y	N	1,783.0	427.0	24.8	16.4	40.4	8.5	2.3	9.4	1.1
Φρεσκοψημένο Κρουασάν Πραλίνας	85.0	85.0	Y	N	1,562.0	374.0	20.0	9.9	42.0	14.0	0.0	6.2	0.8
Φρεσκοψημένη Τυρόπιτα Έμενταλ	110.0	100.0	Y	N	1,467.0	352.0	22.7	12.2	28.7	3.5	1.4	7.5	1.4
Φρεσκοψημένη Χειροποίητη Τυρόπιτα Με Φέτα	175.0	100.0	Y	N	2,510.0	603.0	40.0	21.0	42.0	3.2	3.3	17.0	1.7
Τυρόπιτα Κουρού με Γραβιέρα	160.0	100.0	Y	N	1,516.0	357.0	21.6	6.6	32.4	1.3	0.2	8.6	1.5
Φρεσκοψημένο Ρολό με Ταχίνι & Σοκολάτα	150.0	100.0	Y	Y	189.0	428.0	24.8	8.3	49.3	13.1	4.2	10.3	0.90
Ρολό Κανέλας	100.0	125.0	Y	N	1,618.0	386.0	15.8	9.5	53.6	22.3	2.1	6.2	0.5
Φρεσκοψημένο Pizzarto Μεσογειακό	170.0	100.0	Y	N	1,894.0	453.0	24.0	9.9	44.2	0.0	19.0	15.0	1.7
Sorrento με Mozzarella και Τομάτα	180.0	100.0	Y	N	965.0	229.0	5.9	3.0	32.0	5.0	N/A	11.0	1.40
Sorrento με Τομάτα & Ψητά Λαχανικά	180.0	100.0	Y	Y	806.0	190.0	2.8	0.1	35.0	5.0	N/A	6.3	1.20
Pretzel	79.0	100.0	Y	N	1,475.0	352.0	14.6	8.6	45.3	3.7	2.7	8.4	1.99
Vegan Pretzel	100.0	100.0	Y	Y	1,143.0	271.0	4.5	0.7	46.4	3.9	5.4	8.5	2.02
Μπισκότα													
Μπισκότο με Κομμάτια Σοκολάτας	72.0	72.0	Y	N	1,485.0	355.0	17.8	9.1	43.8	27.1	1.2	4.1	0.6



Διατροφική αξία προϊόντων τροφίμων (ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2022)

ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΕΓΓΥΗΘΟΥΜΕ ΓΙΑ ΚΑΝΕΝΑ ΠΡΟΪΟΝ ΟΤΙ ΔΕΝ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΑΛΛΕΡΓΙΟΝΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ / ΙΧΝΗ, ΚΑΘΩΣ Η ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ / ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΕ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΚΑΙ ΜΕ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΟ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟ.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα αλλεργιογόνα, ρωτήστε τον barista σας.

Προϊόν	Βάρος ανά τεμάχιο	Βάρος ανά τεμάχιο (για τις μετρήσεις)	Κατάλληλο για		Ενέργεια (kJ)	Ενέργεια (kcal)	Λιπαρά (g)	Εκ των οποίων κορεσμένα (g)	Υδατάνθρακες (g)	Εκ των οποίων σάκχαρα (g)	Ίνες (g)	Πρωτεΐνη (g)	Άλας (g)
	(g)	(g)	Vegetegians	Vegans									
Μπισκότο Σοκολάτας	72.0	72.0	Y	N	2,016.0	482.0	24.2	12.6	59.6	42.4	2.3	5.0	0.7
Κέικς													
Κέικ Καρότου με Κρέμα Τυριού	210.0	210.0	Y	N	1,548.0	370.0	26.0	9.0	30.0	22.0	1.0	4.0	0.7
Κέικς (φέτες)													
Κέικ Λεμονιού	100.0	100.0	Y	N	1,840.0	441.0	26.0	6.5	45.6	28.1	1.3	5.5	0.8
Κέικ Βανίλιας Σοκολάτας	100.0	100.0	Y	N	1,787.0	428.0	23.8	5.1	46.7	29.2	2.2	5.6	0.7
Ντόνατς													
Ντόνατ Ζάχαρης	65.0	65.0	Y	N	1,825.0	436.0	26.1	12.0	44.0	15.6	1.2	5.8	0.8
Ντόνατ με γέμιση Σοκολάτας	75.0	75.0	Y	N	2,025.0	484.3	32.0	15.0	43.1	20.1	1.6	5.2	0.3
Ντόνατ με Επικάλυψη Σοκολάτας	60.0	60.0	Y	N	1,950.0	466.0	29.8	17.6	42.4	15.5	1.7	6.3	0.8
Ρορδοτς Φράουλα	24.0	100.0	Y	N	1,918.0	459.0	28.0	17.0	47.0	32.0	0.5	5.1	0.9
Ρορδοτς Λευκή Σοκολάτα και Καραμέλα	24.0	100.0	Y	N	1,951.0	468.0	30.0	18.0	44.0	28.0	0.5	5.5	1.2
Ρορδοτς Σοκολάτα	24.0	100.0	Y	N	1,901.0	457.0	32.0	17.0	35.0	15.0	2.0	6.8	1.2
Muffins - Cupcakes - Macarons													
Μάφιν Βανίλιας με Αλμυρή Καραμέλα	90.0	100.0	Y	N	1,730.0	413.0	20.6	2.8	51.7	33.9	1.1	4.7	0.8
Μάφιν με Μύρτιλλα	90.0	100.0	Y	N	1,537.0	367.0	17.7	2.4	47.1	30.0	1.4	4.1	0.7
Μάφιν Σοκολάτας	90.0	100.0	Y	N	1,823.0	436.0	23.8	3.5	48.3	34.4	2.6	5.9	0.8
Macarons	11.0	100.0	N	N	1,950.0	465.0	22.0	8.3	58.0	57.0	1.8	7.9	0.1
ΦΡΕΣΚΟ ΦΑΓΗΤΟ													
Turkey Melt Toast	110.0	110.0	N	N	1,009.3	240.3	7.9	3.9	29.6	3.1	N/A	13.0	1.2
TLTA Wrap	155.0	100.0	N	N	1,157.6	298.9	8.8	2.4	42.4	2.7	N/A	13.1	1.4
Chicken Parm Wrap	220.0	100.0	N	N	866.0	207.0	8.4	5.1	20.1	1.9	N/A	11.9	1.2



Διατροφική αξία προϊόντων τροφίμων (ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2022)

ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΕΓΓΥΗΘΟΥΜΕ ΓΙΑ ΚΑΝΕΝΑ ΠΡΟΪΟΝ ΟΤΙ ΔΕΝ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΑΛΛΕΡΓΙΟΝΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ / ΙΧΝΗ, ΚΑΘΩΣ Η ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ / ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΕ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΚΑΙ ΜΕ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΟ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟ.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα αλλεργιογόνα, ρωτήστε τον barista σας.

Προϊόν	Βάρος ανά τεμάχιο	Βάρος ανά τεμάχιο (για τις μετρήσεις)	Κατάλληλο για		Ενέργεια (kJ)	Ενέργεια (kcal)	Λιπαρά (g)	Εκ των οποίων κορεσμένα (g)	Υδατάνθρακες (g)	Εκ των οποίων σάκχαρα (g)	Ίνες (g)	Πρωτεΐνη (g)	Άλας (g)
	(g)	(g)	Vegetegians	Vegans									
Turkey & Light Cheese Square	110.0	160.0	N	N	939.0	225.0	10.2	3.4	21.7	2.4	N/A	11.5	1.3
Salmon Lox & Katiki cheese Triangle	125.0	125.0	N	N	978.0	234.0	10.2	3.1	24.8	3.0	N/A	11.0	1.3
Caesar's Deluxe Square	205.0	205.0	N	N	840.0	201.0	9.8	4.0	17.3	2.6	N/A	11.2	1.1
Prosciutto con Porcini Sandwich	135.0	135.0	N	N	1,110.0	265.0	13.0	8.5	24.0	1.7	1.6	13.0	1.5
English Breakfast	150.0	100.0	N	N	959.0	237.0	12.5	6.8	23.6	1.0	N/A	11.8	1.5
ΣΥΣΚΕΥΑΣΜΕΝΑ ΤΡΟΦΙΜΑ													
Μπισκότα Βουτύρου	50.0	100.0	Y	N	2,245.0	538.0	32.0	20.0	57.0	19.0	1.6	5.4	0.7
Μίξ φρούτων & ξηρών καρπών (Αμύγδαλα, Κάσιους, Κράνμπερις & Σταφίδες)	35.0	35.0	Y	Y	1,950.0	466.0	24.0	2.9	50.0	34.0	6.0	11.0	0.0
Μίξ Ψημένων & Αλατισμένων ξηρών Καρπών	35.0	35.0	Y	Y	2,668.0	643.0	51.0	4.6	22.0	4.7	6.2	21.0	0.5
Μπισκότο Τζίντζερ	44.0	100.0	Y	N	1,707.0	404.0	8.0	3.6	74.0	32.0	2.3	5.9	0.8
Βάφλες Καραμέλας	78.0	39.0	Y	N	1,916.0	457.0	21.0	12.0	63.0	34.0	1.0	3.5	0.6
Νόμισμα Σοκολάτας	23.0	23.0	Y	N	2,180.0	521.0	28.0	17.0	60.0	59.0	3.0	6.1	0.1
REAL Chips - Θαλάσσινο αλάτι	35.0	35.0	Y	Y	2,147.0	515.0	30.0	3.7	53.3	0.4	4.5	5.6	1.3
King Of Candy - Γλειφιτζούρι	10.0	10.0	Y	Y	82.0	20.0	0.0	0.0	8.2	0.0	0.0	0.0	0.0
Σοκολάτας Γάλακτος	40.0	40.0	Y	N	2,312.0	554.0	35.0	21.0	52.0	51.0	1.7	7.0	0.2
Σοκολάτας Υγείας	40.0	40.0	Y	N	2,329.0	560.0	38.0	23.0	43.0	39.0	9.1	7.0	0.0
Μπισκότο Καλαμάκι	20.0	20.0	Y	N	1,902.0	452.0	13.0	7.6	76.0	47.0	1.5	6.9	0.4



Διατροφική αξία προϊόντων τροφίμων (ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2022)

ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΕΓΓΥΗΘΟΥΜΕ ΓΙΑ ΚΑΝΕΝΑ ΠΡΟΪΟΝ ΟΤΙ ΔΕΝ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΑΛΛΕΡΓΙΟΝΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ / ΙΧΝΗ, ΚΑΘΩΣ Η ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ / ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΕ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΚΑΙ ΜΕ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΟ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟ.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα αλλεργιογόνα, ρωτήστε τον barista σας.

Προϊόν	Βάρος ανά τεμάχιο	Βάρος ανά τεμάχιο (για τις μετρήσεις)	Κατάλληλο για		Ενέργεια (kJ)	Ενέργεια (kcal)	Λιπαρά (g)	Εκ των οποίων κορεσμένα (g)	Υδατάνθρακες (g)	Εκ των οποίων σάκχαρα (g)	Ίνες (g)	Πρωτεΐνη (g)	Άλας (g)
	(g)	(g)	Vegetegians	Vegans									
Σοκολατάκια με γέμιση φυστικοβούτυρου	34.0	100.0	Y	Y	2,421.0	584.0	45.0	21.0	27.0	22.0	7.4	14.0	0.3
Μπάρα Βρώμης με Μήλο & Κανέλλα	40.0	40.0	Y	Y	716.0	170.0	7.8	3.5	23.5	10.3	2.5	2.3	0.0
Μπάρα Βρώμης Πραλίνα	40.0	40.0	Y	Y	753.0	179.0	8.6	4.0	23.8	10.0	2.3	2.7	0.0
Μπάρα Βρώμης Banoffee	40.0	40.0	Y	Y	734.0	174.0	7.8	3.4	24.6	10.2	2.7	2.3	0.1
Μπάρα Πρωτεΐνης με Φιστικοβούτυρο	65.0	65.0	Y	N	1,018.0	242.0	7.2	2.9	30.9	23.4	14.2	1.4	0.0