

Στοχεύοντας στην ουσιαστική ενημέρωση των πελατών που επισκέπτονται τα καταστήματά μας, παραθέτουμε πληροφορίες σχετικά με τα συστατικά ή προϊόντα που μπορούν να προκαλέσουν αλλεργίες ή δυσανεξίες στα μη προσυσκευασμένα τρόφιμα / Aiming to effectively inform customers who visit our stores, we provide information about ingredients or products that may cause allergies or intolerances, in non-prepacked foods.

Όσον αφορά προϊόντα συσκευασμένα, οι πληροφορίες των αλλεργιογόνων αναγράφονται στην επισήμανση (στα συστατικά του προϊόντος). / For prepacked products, the allergen information is indicated on the label (product ingredients).

Σύμφωνα με την ισχύουσα ευρωπαϊκή νομοθεσία (ΕΚ 1169/2011) τα συστατικά που δύναται να προκαλέσουν αλλεργίες είναι τα ακόλουθα: / According to the current European Regulation (EU) No 1169/2011 the ingredients that may cause allergies are the following :

1. Δημητριακά που περιέχουν γλουτένη, δηλαδή: σίτος (όπως η όλυρα και ο σίτος khorasan), σίκαλη, κριθάρι, βρώμη ή υβριδικές ποικιλίες τους, και προϊόντα με βάση τα δημητριακά αυτά / Cereals containing gluten, namely: wheat, rye, barley, oats, spelt, kamut or their hybridised strains, and products thereof
2. Καρκινοειδή και προϊόντα με βάση τα καρκινοειδή / Crustaceans and products thereof
3. Αυγά και προϊόντα με βάση τα αυγά / Eggs and products thereof
4. Ψάρια και προϊόντα με βάση τα ψάρια / Fish and products thereof
5. Αραχίδες (αράπικα φιστίκια) και προϊόντα τους / Peanuts and products thereof
6. Σόγια και προϊόντα της / Soybeans and products thereof
7. Γάλα και γαλακτοκομικά συμπεριλαμβανομένης της λακτόζης / Milk and products thereof (including lactose)
8. Ξηροί καρποί με κέλυφος (όπως αμύγδαλα, καρύδια, πέκαν, φιστίκια, κ.α.) και προϊόντα τους / Nuts (almonds, hazelnuts, walnuts, cashews, pecan nuts, pistachio nuts etc) and products thereof
9. Σέλινο και προϊόντα προερχόμενα από σέλινο / Celery and products thereof
10. Μουστάρδα και προϊόντα προερχόμενα από αυτή (σινάπι) / Mustard and products thereof
11. Σουσάμι και προϊόντα προερχόμενα από σησάμι / Sesame seeds and products thereof
12. Διοξείδιο του θείου και θειώδεις ενώσεις / Sulphur dioxide and sulphites
13. Λούπινο (οσπριοειδές φυτό) και προϊόντα του / Lupin and products thereof
14. Μαλάκια (χταπόδι, καλαμάρι, κ.α.) και προϊόντα τους / Molluscs and products thereof

Τα προϊόντα μας παράγονται σε κοινούς χώρους με κοινό εξοπλισμό και εργαλεία όπου διαχειρίζονται αλλεργιογόνα συστατικά : Δημητριακά που περιέχουν γλουτένη (σίτος, σίκαλη, κριθάρι, βρώμη), Αυγά, Ψάρια, Αραχίδες, Σόγια, Γάλα, Ξηροί Καρποί με κέλυφος, Σέλινο, Σινάπι (μουστάρδα) και Σουσάμι με αποτέλεσμα να μην μπορεί να διασφαλιστεί η απουσία τους και μπορεί να περιέχονται πλεον αυτών που αναφέρονται στον σχετικό πίνακα.

Our products are produced in shared areas with shared equipment and utensils, where allergenic ingredients are managed: **Cereals containing gluten (wheat, rye, barley, oats), Eggs, Fish, Peanuts, Soy, Milk, Nuts, Celery, Mustard and Sesame**, so that their absence can not be guaranteed and may be contained in addition to those listed in the relevant table.

Για οποιαδήποτε πληροφορία σχετικά με τα προϊόντα μας πριν την παραγγελία σου, μη διστάσεις να ρωτήσεις το προσωπικό μας, ειδικά στην περίπτωση δυσανεξίας ή αλλεργίας είναι διαθέσιμες όλες οι πληροφορίες που προβλέπονται από τη σχετική νομοθεσία (ΕΚ 1169/2011).
For any inquiries about our products, don't hesitate to ask our staff, especially in the case of any food intolerance or food allergy further information is provided according to the relevant legislation (ΕC 1169/11)

Ακολουθεί **Πίνακας των τελικών προϊόντων** και αλλεργιογόνων συστατικών που περιέχονται ή μπορεί να περιέχονται από τα επιμέρους συστατικά τους. / Below, a **Final Products Table** with allergens that are or may be contained due to their individual ingredients.



Αλλεργιογόνα Προϊόντων - 01/11/2021
Product Allergens - 01/11/2021

- Περιέχει τον αλλεργιογόνο παράγοντα
- Μπορεί να περιέχει τον αλλεργιογόνο παράγοντα
- Contains substances or products causing allergies or intolerances
- May contain substances or products causing allergies or intolerances

ΣΑΛΑΤΕΣ (δεν συμπεριλαμβάνεται η sauce)

	Πράσινα σαλατικά με ζαμπόν		Ο			●	●	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο
2	Σαλάτα με ρόκα, σπανάκι και μπέικον	●	●			●	●	Ο	Ο	Ο	Ο			Ο	Ο	
3	Σαλάτα ντάκος	●					●	Ο				Ο		Ο	Ο	
4	Σαλάτα Caesar's Forky	●	Ο			●	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο			Ο	Ο	
5	Σαλάτα με λάχανο και καρότο									Ο						
6	Σαλάτα πράσινη	●	Ο			Ο	Ο			Ο						
7	Σαλάτα ζυμαρικών με καπνιστό ζαμπόν & ανθότυρο	●	Ο	Ο		Ο	●	Ο	Ο	●	Ο	Ο	●		Ο	
8	Σαλάτα με φακές, τόνο, κάπαρη & ελιές	Ο	Ο	●		Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	●	Ο	Ο	

EXTRAS

9	Ψωμάκι σίτου	●	Ο			●	●				Ο			Ο		
10	Ψωμάκι ολικής	●	Ο			●	●				Ο			Ο		
11	Τυρί τριμμένο		●					●								
12	Turpi flakes		●					●								
13	Vinaigrette Worcester sauce	●	Ο			●		Ο	●	●	Ο	Ο	●			
14	Vinaigrette Balsamico με μέλι	Ο				Ο	Ο	Ο	Ο	●	Ο	Ο	●			
15	Vinegraitte sauce									●			●			
16	Caesar's sauce	Ο	●	●		Ο	●	Ο	Ο	●	Ο					
17	Φέτα						●									

ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΑ

18	Vegetarian μουσακάς με ψητά λαχανικά και σάλτσα μανιταριών	●	●	Ο		●	●	Ο	●	Ο	Ο	Ο	●		Ο
19	Αρακάς κοκκινιστός με πατατούλες	Ο	Ο	Ο		Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο			Ο
20	Γαλέος σχάρας με caponata λαχανικών	Ο	Ο	●		Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	●		Ο
21	Γαλοπούλα σοτέ με κάστανα, κουκουνάρι και σταφίδες	●	Ο	Ο		Ο	●	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο			Ο
22	Γεμιστά κολοκυθάκια με αυγολέμονο	●	●	Ο		●	●	Ο	●	Ο	Ο	Ο			Ο
23	Γεμιστές τομάτες και πιπεριές	●	Ο	Ο		Ο	Ο	Ο	●	●	Ο				
24	Γίγαντες φούρνου με μυρωδικά και πιπεριές Φλωρίνης	●	Ο	Ο		●	Ο	Ο	●	Ο	Ο	Ο			Ο
25	Γλυκόξινο κοτόπουλο με πιπεριές και ρύζι basmati	●	●	Ο		●	●	Ο	●	Ο	●	●	●		Ο
26	Κοτόπουλο με σάλτσα teriyaki και πουρέ από φρέσκιες πατάτες & ελαιόλαδο	●	Ο	Ο		●	●	Ο	●	Ο	Ο	Ο			Ο
27	Κοτόπουλο σχάρας με αρακά και καροτάκι	Ο	●	Ο		●	●	Ο	●	Ο	Ο	Ο			Ο
28	Κρέπες με λαχανικά	●	●	Ο		●	●	Ο	●	Ο	Ο	Ο	●		Ο
29	Κριθαρότο λαχανικών	●	Ο	Ο		Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	●		Ο
30	Λαζάνια al forno με σπανάκι και ανθότυρο	●	●	Ο		●	●	Ο	●	Ο	Ο	Ο	●		Ο
31	Λαζάνια φούρνου με κοτόπουλο	●	●	Ο		Ο	●	Ο	●	Ο	Ο	Ο	●		Ο
32	Λαχανοντολμάδες αυγολέμονο	●	●	Ο		●	●	Ο	●	Ο	Ο	Ο			Ο
33	Λεμονάτα γιουβαρλάκια με μπρόκολο και καροτάκια ατμού	●	●	Ο		Ο	●	Ο	●	Ο	Ο	Ο			Ο
34	Μαυρομάτικα με σέσκουλα και ντομάτα	Ο	Ο	Ο		Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο			Ο

Δημητριακά με
γλουτένη¹ / Cereals
containing gluten¹

Αυγά¹ / Eggs¹

Ψάρια¹ / Fish¹

Αραχιδόνες (φυστικά)¹ /
Peanuts¹

Σόγια¹ / Soybeans¹

Γάλα¹ / Milk¹

Καρποί με κέλυφος¹ /
Nuts¹

Σέλινο¹ / Celery¹

Σπόροι σησαμού¹ /
Sesame seeds¹

Καρποί, καρότος,
(Καρκινοειδή)¹/
Shrimps, Crayfish,
Crabs, Lobsters

Σινάπη¹ / Mustard¹

Καρποί σησαμού¹ /
Sesame seeds¹

Λουπίνιο¹ / Lupin¹

Μαλάκια² / Molluscs²

Διοξείδιο του θείου,
θειώδεις ενώσεις /
Sulphur dioxide and
sulphites

SO₂



Αλλεργιογόνα Προϊόντων - 01/11/2021
Product Allergens - 01/11/2021

- Περιέχει τον αλλεργιογόνο παράγοντα
- Μπορεί να περιέχει τον αλλεργιογόνο παράγοντα
- Contains substances or products causing allergies or intolerances
- May contain substances or products causing allergies or intolerances

		Δημητριακά με γλουτενίνη ¹ / Cereals containing gluten ¹	Αυγά ¹ / Eggs ¹	Ψάρια ¹ / Fish ¹	Αραχίδες (φυστικά) ¹ / Peanuts ¹	Σόγια ¹ / Soybeans ¹	Γάλα ¹ / Milk ¹	Καρποί με κέλυφος ¹ / Nuts ¹	Σέλινο ¹ / Celery ¹	Σινάπη ¹ / Mustard ¹	Σπόροι σησαμού ¹ / Sesame seeds ¹	Καβύρια, Αστακοί (Καρκινοειδή) ¹ / Shrimps, Crayfish, Crabs, Lobsters	Διοξείδιο του θείου, θειώδεις ενώσεις / Sulphur dioxide and sulphites	Λούπινο ¹ / Lupin ¹	Μαλάκιστα ² / Molluscs ²
35	Μοσχαράκι κοκκινιστό με λιαστή τομάτα & πουρέ φρέσκιας πατάτας	○	○	○		○	●	○	○	○	○	○	○	●	○
36	Μοσχαράκι Πηλιορείτικο στη γάστρα	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
37	Μοσχαράκι ραγού Bolognese με linguine	●	○	○		○	○	○	●	○	○	○	○		○
38	Μοσχαράκι κοκκινιστό με μελιτζάνες	●	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	●	
39	Μουσακάς με ψητές μελιτζάνες και φέτα	●	●	○		●	●	○	●	○	○	○	○		○
40	Μπιφτεκάκια ζυμωμένα με φέτα και πατάτες	●	●	○		●	●	○	●	●	○	○	○		○
41	Μπιφτεκάκια σχάρας από Black Angus με ψητές πατατούλες και μπέικον	●	●	○		○	●	○	○	●	○	○	○		○
42	Μπιφτέκια tex-mex με Μεξικάνικο ρύζι και cheddar sauce	●	●	○		○	●	○	○	○	○	○	○		○
43	Μπριάμ λαχανικών με φέτα	●	○	○	○	●	●	○	●	○	○	○	○		○
44	Μπριζολάκια σχάρας με BBQ sauce και πουρέ πατάτας	●	○	○		●	●	○	●	●	○	○	●		○
45	Παστίτσιο: το Κλασικό	●	●	○		●	●	○	●	○	○	○	●		○
46	Πέννες με κοτόπουλο και μπέικον	●	○	○		○	○	○	○	○	○	○	●		○
47	Ρεβυθάδα με πορτοκάλι και κύμινο	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	●		○
48	Ρεβυθάδα στη γάστρα με λουκάνικο χωριάτικο	●	○	○		●	○	○	●	○	○	○	●		○
49	Σολομός με σάλτσα εσπεριδοειδών και ρύζι	●	●	●		●	●	○	●	○	○	○	●		○
50	Σουτζουκάκια Σμυρνέϊκα με πιλάφι	●	●	○		●	●	○	●	○	○	○			○
51	Σπανακόρυζο	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○			○
52	Φασολάκια λαδερά με πατατούλες και ψητό κολοκυθάκι	●	○	○		●	○	○	●	○	○	○			○
53	Φασόλια χάντρες με πράσινες ελιές	○	○	○		○	○	○	○	●	○	○			○
54	Φιλετάκια κοτόπουλο με κόκκινη σάλτσα και χωριάτικες χυλοπίτες	●	●	○		○	○	○	○	○	○	○			○
55	Φιλέτο γλώσσας στο φούρνο με πατάτες και λαχανικά	●	●	●		●	●	○	●	●	○	○	●		○
56	Φιλέτο κοτόπουλο με κινόα και caponata λαχανικών	○	○	○		○	●	○	○	○	○	○	●		○
57	Χειροποίητα ζυμαρικά με φέτα και ελιές	●	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●		○
58	Χοιρινά φιλετάκια σε μαρινάδα μπύρας και σάλτσα λεμονιού	●	●	○		●	●	○	●	●	○	●			○
59	Χοιρινές μπουκίτσες σε sticks με γλυκοκαυτερή σάλτσα και ρύζι	●	●	○		●	●	○	○	○	○	○			○
60	Χοιρινό λεμονάτο με χόρτα	●	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○		○
61	Χοιρινό με μέλι, θυμάρι και λαχανικά	●	○	○		●	●	○	●	●	●	○	●		○
62	Χοιρινό ρολό και δαμάσκηνα και γραβιέρα	●	●	○		●	●	○	●	●	●	●	●		○
63	Χοιρινό ρολό με λιαστή τομάτα και κεφαλογραβιέρα Αμφιλοχίας	●	●	○		●	●	○	●	●	●	●	●		○
64	Ψητή πέρκα με ζεστή πατατοσαλάτα	○	○	●		○	○	○	○	○	●	●	○		○
65	Χοιρινή τηγανιά με λαχανικά, ταλαγάνι & πληγούρι	●	○	○		○	●	○	●	●	●	●	●	●	
66	Κεφτεδάκια φούρνου με σάλτσα τομάτας και κριθαράκι	●	●	○		○	○	○	○	○	○	○	○	●	
67	Λιβανέζικο κοτόπουλο με ανατολίτικο πιλάφι	●	○	○		○	●	●	●	●	●	●	●	●	
68	Μοσχαράκι σε σάλτσα κρασιού με πούρε γλυκιάς κολοκύθας	●	○	○		○	●	○	○	○	○	○	○	●	
69	Χοιρινό με πρασοσέλινο και λεμονάτη σάλτσα	○	●	○		○	○	○	○	●	○	○	○		
70	Φασόλια γίγαντες με kale και φέτα	●	○	○	○	●	●	○	●	●	●	○	○		



Αλλεργιογόνα Προϊόντων - 01/11/2021
Product Allergens - 01/11/2021

- Περιέχει τον αλλεργιογόνο παράγοντα
- Μπορεί να περιέχει τον αλλεργιογόνο παράγοντα
- Contains substances or products causing allergies or intolerances
- May contain substances or products causing allergies or intolerances

		Δημητριακά με γλουτένη ¹ / Cereals containing gluten ¹	Αυγά ¹ / Eggs ¹	Ψάρια ¹ / Fish ¹	Αραχίδες (φυστικά) ¹ / Peanuts ¹	Σόγια ¹ / Soybeans ¹	Γάλα ¹ / Milk ¹	Καρποί με κέλυφος ¹ / Nuts ¹	Σέλινο ¹ / Celery ¹	Σινάπη ¹ / Mustard ¹	Σπόροι σησαμού ¹ / Sesame seeds ¹	Κροτόν, καρπορότος, καβούρια, λοτακοί (Καρκινοειδή) ¹ / Shrimps, Crayfish, Crabs, Lobsters	Διοξείδιο του θείου, θειώδεις ενώσεις / Sulphur dioxide and sulphites	Λούπινο ¹ / Lupin ¹	Μαλάκια ² / Molluscs ²
71	Τσιπούρα φιλέτο σε σάλτσα τομάτας και κάπαρη (με ρύζι πιλάφι)	○	○	●		○	●	○	●	○	○	●	●	●	
72	Μπιφτέκι γαλοπούλας με βρώμη και ψητά λαχανικά	●	○	○		○	○	○	○	○	●	●	●	●	
73	Σουπιές με σπανάκι	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	●	●	●
74	Μπιφτεκάκια κοτόπουλου με λαχανικά ατμού	●	○	○		○	○	○	○	○	●	○	○	●	○