



## MENU ΗΜΕΡΑΣ

16.03.2020

### ΣΑΛΑΤΕΣ

- Σαλάτα με καλαμπόκι, πράσινα λαχανικά, ψημένη πιπεριά, κατίκι και σως από λεμόνι, κόλιανδρο και μέλι € 7,00  
Θερμίδες 192
- Πράσινη σαλάτα με φιλέτο κοτόπουλο baby σπανακι, μάνγκο, blueberries, αβοκάντο, αμύγδαλα και τυρί cottage € 8,00  
Θερμίδες 294
- Γαλλική σαλάτα με κινόα, ντομάτα, αγγουράκι, cranberry και σος από μέλι και βαλσάμικο € 7,00
- Σαλάτα μάνγκο με κινέζικο λάχανο, ρόκα, βαλεριάνα, καρύδια, φιστίκι αιγίνης και φλούδες παρμεζάνας € 7,00

- Τονοσαλάτα με ντοματίνια και φρέσκο κρεμμυδάκι € 6,00
- Κρητικός ντάκος με φρέσκια ντομάτα, μαϊντανό, κάπαρη και φέτα € 5,50
- Πράσινη σαλάτα με baby σπανάκι ντοματίνια, καρύδια και ψητό μανουρί στην σχάρα € 6,80 \*ατομική σαλάτα

### ΟΡΕΚΤΙΚΑ

- Φάβα Σαντορινιά € 3,50
- Παστουρμαδόπιτα με φύλλο γουφκά € 6,00
- Κολοκυθοκεφτέδες με sour cream € 4,80
- Αυγά καγιανάς ( φέτα, φρέσκια ντομάτα και θυμάρι ) € 5,50
- Ομελέτα με ντοματίνια,μανιτάρια, πιπεριές και κεφαλοτύρι € 5,50

### ΣΟΥΠΕΣ

- Κοτόσουπα βελουτέ € 6,50
- Σούπα βελουτέ από λαχανικά € 4,50
- Ψαρόσουπα βελουτέ από κοκκινόψαρο € 7,00
- Κρεατόσουπα βελουτέ με μοσχαράκι γάλακτος € 7,00

### ΛΑΔΕΡΑ – ΟΣΠΡΙΑ

- Μπάμιες (με φρέσκια ντομάτα και άρωμα δυόσμου) € 5,50
- Σπανακόρυζο λεμονάτο με άνηθο € 5,00
- Ρεβίθια στον φούρνο € 4,50
- Γεμιστά με ρύζι και μυρωδικά € 5,70

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ

- Κοτόπουλο λεμονάτο στον φούρνο € 6,50
- Μπιφτέκια γαλοπούλας στην σχάρα € 6,80

### ΚΡΕΑΤΑ

- Μοσχαράκι γάλακτος αλα κρέμ με μανιτάρια, καρότο και φρέσκα μυρωδικά € 7,80
- Παπουτσάκια με φρέσκο μοσχαρίσιο κιμά και σπιτική μπεσαμέλ € 6,50
- Μοσχαρίσιο σνίτσελ πανέ με φρέσκιες τηγανιτές πατάτες € 7,80
- Χοιρινό σνίτσελ πανέ με φρέσκιες τηγανιτές πατάτες € 7,20
- Μουσακάς με ψητές μελιτζάνες και πατάτες € 6,50
- Παστίτσιο με σπιτική μπεσαμέλ € 6,50

### ΣΧΑΡΑΣ

- Χοιρινό ψαρονέφρι γεμιστό με ντοματίνια, πολύχρωμες πιπεριές και γραβιέρα € 8,00
- Μοσχαρίσιο συκώτι γάλακτος τηγανιτό με φρέσκες τηγανισμένες πατάτες € 7,80
- Μπιφτέκια μοσχαρίσια στην σχάρα € 7,50
- Φιλέτο κοτόπουλο με κρουστα γιαουρτιού και λαχανικά σχάρας € 7,50
- Χοιρινή μπριζόλα και τηγανιτές πατάτες με τριμμένο κεφαλοτύρι € 7,20

### ΖΥΜΑΡΙΚΑ

- Λαζάνια φούρνου με λαχανικά, ντομάτα και κρέμα philadelphia € 6,50
- Παραδοσιακή Ιταλική καρμπονάρα € 6,50
- Linguine με ντοματίνια και φρέσκο βασιλικό € 5,50
- Linguine με τόνο, ντοματίνια, φρέσκο κρεμμυδάκι και άνηθος € 7,50
- Πέννες με κοτόπουλο, mix τυριών, ποικιλία μανιταριών και λάδι τρούφας € 8,00
- Πέννες με καπνιστό σολομό, σπαράγγια, φρέσκο κρεμμυδάκι, άνηθο, σβησμένο με vodka € 8,00
- Μακαρόνια με φρέσκο μοσχαρίσιο κιμά € 6,50

### ΨΑΡΙ

- Φρέσκος Σολωμός στην σχάρα με μυρωδικά € 10,60

### ΠΙΤΑ

- Μανιταρόπιτα με κεφαλοτύρι και σπιτικό χωριάτικο φύλλο € 3,50

### ΓΛΥΚΟ

- Σοκολατόπιτα € 3,50

210.8981110  
www.lunch-break.gr