

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΜΕΝΟΥ

ΙΟΥΝ

γευσήνους
FOOD CULTURE

02 - 06/06/2025

ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ

Χοιρινά σκαλοπίνια
μαριναρισμένα σχάρας –
Πατάτες baby φούρνου
5,35€/1,61€

Μουσακάς Γευσήνους
5,30€/1,59

Σπανακόρυζο
αρωματισμένο με
φρέσκο κρεμμύδι &
άνηθο
4,60€/1,38



Τορτελίνια με 4
τυριά
5,10€/1,53€

ΤΡΙΤΗ

Μπαρμπονοφάσουλα
με σπανάκι & μάραθο
4,60€/1,38€



Κεφτεδάκια από
φρέσκο κιμά με φέτα,
δυόσμο & ταλαντούρι
– Πουρές πατάτας
5,30€/1,59€

Πέννες γκρατινέ με
μπέικον, λαχανικά,
τομάτα & τυρί
5,10€/1,53€



Μελιτζάνες
τσακώνικες λαδερές
4,60€/1,38€

ΤΕΤΑΡΤΗ

Μοσχάρι λεμονάτο με
καρότα & μανιτάρια –
Ρύζι πιλάφι
6,30€/1,89€



Αγκινάρες με αρακά &
πατάτες
4,60€/1,38€



Πέννες με σάλτσα
τόνου & τομάτας με
ελιές & κάπαρη
6,70€/2,01€

Κοτόπουλο ψητό με
σάλτσα πορτοκάλι
– Πατάτες με
πορτοκάλι
5,65€/1,70€

ΠΕΜΠΤΗ

Καρμπονάρα κρητική
με λιγκουίνι ολικής &
απάκι
5,10€/1,53€

Σουτζουκάκια
σμιρναίικα από
φρέσκο κιμά
παραγωγής μας – Ρύζι
πιλάφι
5,30€/1,59€



Μπάμιες φουρνιστές
λαδερές
4,60€/1,38€

Μπακαλιάρος πλακί
– Πατάτες ραγού
6,70€/2,01€



ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

Λιγκουίνι με γαρίδες,
μάραθο & τοματίνια
6,70€/2,01€



Σεφουκλωτή πίτα
Νάξου με σέσκουλα &
ζυμωτό φύλλο
3,00€/0,90€



Κοτόπουλο νωπό
σούβλας – Πατάτες με
μουστάρδα
5,65€/1,70€

Τομάτες-πιπεριές
γεμιστές με κιμά
4,60€/1,38€

Όλα τα ιχθυηρά, εκτός από το σολομό, την τσιπούρα, το λαβράκι & το γαύρο, είναι κατεψυγμένα. Ο καπνιστός σολομός είναι κατεψυγμένος. Οι γαρίδες, τα καλαμάρια, τα χταπόδια, τα μύδια, οι σουπιές είναι κατεψυγμένες. Τα λαχανικά που χρησιμοποιούνται κατά την παρασκευή των γευμάτων όπως το σπανάκι, το μπρόκολο, το κουνουπίδι, τα φασολάκια, οι μπάμιες, ο αρακάς, οι αγκινάρες, το καλαμπόκι είναι κατεψυγμένα. Τα μπιφτέκια λαχανικών, τα κουβέρ του ψωμιού & τα σπρινγκ ρολς είναι κατεψυγμένα. Η βάση, η σάλτσα & η μοτσαρέλα της πίτσας είναι κατεψυγμένες. Οι τηγανιτές πατάτες είναι προψημένες & κατεψυγμένες. Το λάδι που χρησιμοποιείται για την παρασκευή των γευμάτων είναι εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο.

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΜΕΝΟΥ

ΙΟΥΝ

γευσήνους
FOOD CULTURE

09 - 13/06/2025

ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ

ΑΡΓΙΑ ΑΓ. ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ

ΤΡΙΤΗ

Λαζάνια μπολονέζ με
τυρί μοτσαρέλα
5,10€/1,53€

Μπιφτέκια σχάρας με
blue cheese sauce –
Φουρνιστές πατάτες
5,30€/1,59€

Κολοκύθια φούρνου με
τομάτα & ξινομυζήθρα
4,60€/1,38€

Τρίχρωμες φακές με
γλυκάνισο
4,30€/1,29€



ΤΕΤΑΡΤΗ

Κεφτεδάκια κοτόπουλο
φουρνιστά με λιαστή
τομάτα, αρμπαρόριζα &
dip πιπεριάς Φλωρίνης
– Ριζότο Μπρινουάζ
λαχανικών
5,65€/1,70€

Χοιρινός λαιμός ψητός
βιρτζίνια με ανανά και
γαρύφαλλο
5,35€/1,61€

Κριθαράκι με
λαχανικά, γιουβέτσι
5,10€/1,53

Μπριάμ φούρνου
παραδοσιακό
4,60€/1,38€



ΠΕΜΠΤΗ

Ρολό κιμά με πιπεριές
Φλωρίνης & φέτα –
Πουρές πατάτας με
κατίκι δομοκού και
θυμάρι
5,30€/1,59€

Πέννες a la crème με
μανιτάρια
5,10€/1,53€

Ρεβιθάδα σιφνέικη με
δενδρολίβανο &
λεμόνι
4,30€/1,29€

Μπακαλιάρος
φιλέτο πανέ –
Πατατοσαλάτα με
sauce tartar
γιαουρτιού
6,70€/2,01€



ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

Χοιρινή πανσέτα
γεμιστή με τυρί &
πιπεριές – Πατάτες
λιονέζ
5,35€/1,61€

Σουβλάκι κοτόπουλο –
Λαχανικά ατμού
5,65€/1,70€

Κοχύλια με τομάτα &
βασιλικό
5,10€/1,53€

Φασολάκια λαδερά
4,60€/1,38€



Όλα τα ιχθυρά, εκτός από το σολομό, την τσιπούρα, το λαβράκι & το γαύρο, είναι κατεψυγμένα. Ο καπνιστός σολομός είναι κατεψυγμένος. Οι γαρίδες, τα καλαμάρια, τα χταπόδια, τα μύδια, οι σουπιές είναι κατεψυγμένες. Τα λαχανικά που χρησιμοποιούνται κατά την παρασκευή των γευμάτων όπως το σπανάκι, το μπρόκολο, το κουνουπίδι, τα φασολάκια, οι μπάμιες, ο αρακάς, οι αγκινάρες, το καλαμπόκι είναι κατεψυγμένα. Τα μπιφτέκια λαχανικών, τα κουβέρ του ψωμιού & τα σπρινγκ ρολς είναι κατεψυγμένα. Η βάση, η σάλτσα & η μοτσαρέλα της πίτσας είναι κατεψυγμένες. Οι τηγανιτές πατάτες είναι προψημένες & κατεψυγμένες. Το λάδι που χρησιμοποιείται για την παρασκευή των γευμάτων είναι εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο.

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΜΕΝΟΥ

ΙΟΥΝ

γευσήνους
FOOD CULTURE

16 - 20/06/2025

ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ

Κοτόπουλο
μπαρδουνιώτικο – Ρύζι
πιλάφι με μανιτάρια
5,65€/1,70€Πρασοτυρόπιτα με
φέτα Ηπείρου &
χειροποίητο φύλλο
3,00€/0,90€Χοιρινή μπριζόλα
σχάρας με σάλτσα
τομάτας – Πατάτες
φούρνου/Λαχανικά
ψητά
5,35€/1,61€Σπαγγέτι a la
πουτανέσκα
5,10€/1,53€

ΤΡΙΤΗ

Μπακαλιάρος ψητός με
κάπαρη & λεμόνι –
Κολοκύθια /Καρότα
ατμού
6,70€/2,01€Κεφτεδάκια με σάλτσα
τομάτας & γλυκές
πιπεριές – Πουρές
ρεβιθιού με πράσο
5,30€/1,59€Ριγκατόνι Σισιλιέν
5,10€/1,53€Αγκινάρες αλά
πολίτα με λαχανικά
& φρέσκο άνηθο
4,60€/1,38€

ΤΕΤΑΡΤΗ

Ταλιατέλες με ραγού
βοδινού & ψιλοκομμένα
λαχανικά
5,10€/1,53€Σπανάκι με πλιγούρι,
τομάτα & φρέσκο
μάραθο
4,60€/1,38€Φρουτάλια Άνδρου-
ομελέτα με λουκάνικο
γραβιέρα και πατάτες
4,40€/1,32€Κεμπάπ κοτόπουλο
με πίτα καλαμποκιού
& πικάντικη sauce
γιαουρτιού –
Πατάτες φούρνου με
κάρυ, δενδρολίβανο,
λεμόνι & μουστάρδα
5,65€/1,70€

ΠΕΜΠΤΗ

Burger με κατσικίσιο
τυρί & honey mustard
sauce – Σερβίρεται με
πατάτες country style
6,25€/1,88€Φάβα παντρεμένη
4,30€/1,29€Παστίτσιο Αθηναϊκό
5,30€/1,59€Αρακάς λαδερός με
πατάτες & φρέσκο
άνηθο
4,60€/1,38€

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

Κοτόπουλο ψητό με
σάλτσα εστραγκόν -
Πατάτες φούρνου
5,65€/1,70€Σπαγγέτι ολικής με
μπολονέζ από κιμά
σόγιας
5,10€/1,53€Παραδοσιακές
τομάτες-πιπεριές
γεμιστές λαδερές με
πατάτες
4,60€/1,38€Μωσαϊκό φρέσκου
καπνιστού σολομού
με σάλτσα σαφράν
– Λαχανικά βραστά
6,70€/2,01€

Όλα τα ιχθυρά, εκτός από το σολομό, την τσιπούρα, το λαβράκι & το γαύρο, είναι κατεψυγμένα. Ο καπνιστός σολομός είναι κατεψυγμένος. Οι γαρίδες, τα καλαμάρια, τα χταπόδια, τα μύδια, οι σουπιές είναι κατεψυγμένες. Τα λαχανικά που χρησιμοποιούνται κατά την παρασκευή των γευμάτων όπως το σπανάκι, το μπρόκολο, το κουνουπίδι, τα φασολάκια, οι μπάμιες, ο αρακάς, οι αγκινάρες, το καλαμπόκι είναι κατεψυγμένα. Τα μπιφτέκια λαχανικών, τα κουβέρ του ψωμιού & τα σπρινγκ ρολς είναι κατεψυγμένα. Η βάση, η σάλτσα & η μοσαρέλα της πίτσας είναι κατεψυγμένες. Οι τηγανιτές πατάτες είναι προψημένες & κατεψυγμένες. Το λάδι που χρησιμοποιείται για την παρασκευή των γευμάτων είναι εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο.

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΜΕΝΟΥ

ΙΟΥΝ

γευσήνους
FOOD CULTURE

23-27/06/2025

ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ

Κοτόπουλο ρολό
γεμιστό με κασέρι &
σάλτσα ψητού με
φασκόμηλο – Πουρές
λαχανικών
5,65€/1,70€

Πέννες ολικής με
μπεσαμέλ γιαουρτιού,
μπρόκολο & καπνιστή
γαλοπούλα
5,10€/1,53€

Χοιρινό ατζέμ πιλάφι
5,35€/1,61€

Παραδοσιακοί
γίγαντες
σιγομαγειρεμένοι
στο φούρνο
4,30€/1,29€



ΤΡΙΤΗ

Μπακαλιάρος
μπουρδέτο - Λαχανικά
ατμού
6,70€/2,01€

Ντουέτο σχάρας
(μοσχαρίσιο μπιφτέκι
& κοτόπουλο) –
Πατάτες με κόλιανδρο
5,30€/1,59€

Ταλιατέλες με σάλτσα
κρέμας, μπρόκολο &
μπέικον
5,10€/1,53

Φασολάκια λαδερά
με γλυκοπατάτα &
τομάτα
4,60€/1,38€



ΤΕΤΑΡΤΗ

Χοιρινό μπούτι με
αρωματική σάλτσα από
πορτοκάλι και
κόλιανδρο – Ρύζι άγριο
πιλάφι
5,35€/1,61€

Βίδες τρικολόρε με
λιαστή τομάτα, φέτα &
ελιές
5,10€/1,53€



Αρακάς λεμονάτος με
πατάτες,
αρωματισμένος με
φρέσκο άνηθο
4,60€/1,38€



Κοτόπουλο μπούτι
ψητό με σάλτσα
μουστάρδας –
Πουρέ πατάτας
5,65€/1,70€

ΠΕΜΠΤΗ

Κεφτεδάκια με φρέσκο
κόλιανδρο, τζίντζερ &
teriyaki sauce – Ρύζι
τηγανητό
5,30€/1,59€

Ριγκατόνι καρμπονάρα
5,10€/1,53

Γαύρος φούρνου
λαδορίγανη –
Κολοκυθάκια βραστά
6,70€/2,01€

Κρητικό σοφεγάδο
λαχανικών με
φρέσκα μυρωδικά
4,60€/1,38€



ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

Κοτόπουλο φιλέτο stir
fry με φρέσκα
λαχανικά, τζίντζερ &
σόγια – Ρύζι μπάσματι
5,65€/1,70€



Πέννες με σάλτσα από
φρέσκο κιμά
παραγωγής μας
5,10€/1,53€

Παραδοσιακές
μελιτζάνες ιμάμ
4,60€/1,38€



Ρεβίθια κρασάτα με
πράσο, δυόσμο &
μοσχολέμονο
4,30€/1,29€



Όλα τα ιχθυηρά, εκτός από το σολομό, την τσιπούρα, το λαβράκι & το γαύρο, είναι κατεψυγμένα. Ο καπνιστός σολομός είναι κατεψυγμένος. Οι γαρίδες, τα καλαμάρια, τα χταπόδια, τα μύδια, οι σουπιές είναι κατεψυγμένες. Τα λαχανικά που χρησιμοποιούνται κατά την παρασκευή των γευμάτων όπως το σπανάκι, το μπρόκολο, το κουνουπίδι, τα φασολάκια, οι μπάμιες, ο αρακάς, οι αγκινάρες, το καλαμπόκι είναι κατεψυγμένα. Τα μπιφτέκια λαχανικών, τα κουβέρ του ψωμιού & τα σπρινγκ ρολς είναι κατεψυγμένα. Η βάση, η σάλτσα & η μοσαρέλα της πίτσας είναι κατεψυγμένες. Οι τηγανιτές πατάτες είναι προψημένες & κατεψυγμένες. Το λάδι που χρησιμοποιείται για την παρασκευή των γευμάτων είναι εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο.

ΙΟΥΝ-ΙΟΥΛ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΜΕΝΟΥ

30/06-04/07/2025

γευσήνους
FOOD CULTURE

ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ	Κοτόπουλο φιλέτο μπουτί με κόκκινο κάρυ, λάιμ & βασιλικό – Ρύζι μπασμάτι 5,65€/1,70€	Χοιρινή μπριζόλα λαιμού σχάρας – Πατάτες φούρνου με μουστάρδα 5,35€/1,61€	Μακαρόνια au gratin με μανιτάρια & κίτρινα τυριά 5,10€/1,53	Ρεβίθια γάστρας με πράσο, κολοκύθια, καρότο & πάστα κίτρινου κάρυ 4,30€/1,29€
ΤΡΙΤΗ	Μοσχάρι νωπό με σάλτσα μύρας & σιναπόσπορο – Ρύζι σαφράν με κουκουνάρι & σταφίδες 6,30€/1,89€	Μπριάμ λαχανικών με φρέσκια τομάτα & δυόσμο 4,60€/1,38€	Μπακαλιάρος φιλέτο πανέ – Πατατοσαλάτα με sauce tartar γιαουρτιού 6,70€/2,01€	Κρέπες με ζαμπόν & κασέρι Γευσήνους 4,20€/1,26€
ΤΕΤΑΡΤΗ	Κεμπάπ σχάρας με φρέσκο κιμά, πίτα, γιαούρτι, τομάτα, κρεμμύδι – Πατάτες φούρνου 5,30€/1,59€	Κοτόπουλο μπουτί κατσιατόρε – Πουρές λαχανικών 5,65€/1,70€	Noodles stir fry με πολύχρωμα λαχανικά, σόγια & φρέσκο τζίντζερ 5,10€/1,53€	Μελιτζάνες γεμιστές με απάκι και γραβιέρα Κρήτης 4,60€/1,38€
ΠΕΜΠΤΗ	Ριγκατόνι σισιλιέν 5,10€/1,53€	Κεφτεδάκια από φρέσκο κιμά με σάλτσα τομάτας & γλυκές πιπεριές – Πλιγούρι με μυρωδικά 5,30€/1,59€	Μωσαϊκό φρέκου & καπνιστού σολομού με σάλτσα σαφράν – Σπαστός αρακάς με αγριοράπανο 6,70€/2,01€	Ρεβύθια με τομάτα κύμινο και κουλις πιπεριάς φλωρίνης 4,30€/1,29€
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	Κοτόπουλο τηγανητό σε κουρκούτι παρμεζάνας & μαϊντανού – Πουρές πατάτας με παρμεζάνα 5,65€/1,70€	Παστίτσιο Αθηναϊκό 5,30€/1,59€	Αρακάς με σελινόριζα αρωματισμένος με φρέσκο μάραθο 4,60€/1,38€	Καλαμάρια γιαχνί με φασόλια, πιπεριές & φοινόκιο 6,70€/2,01€

Όλα τα ιχθυηρά, εκτός από το σολομό, την τσιπούρα, το λαβράκι & το γαύρο, είναι κατεψυγμένα. Ο καπνιστός σολομός είναι κατεψυγμένος. Οι γαρίδες, τα καλαμάρια, τα χταπόδια, τα μύδια, οι σουπιές είναι κατεψυγμένες. Τα λαχανικά που χρησιμοποιούνται κατά την παρασκευή των γευμάτων όπως το σπανάκι, το μπρόκολο, το κουνουπίδι, τα φασολάκια, οι μπάμιες, ο αρακάς, οι αγκινάρες, το καλαμπόκι είναι κατεψυγμένα. Τα μπιφτέκια λαχανικών, τα κουβέρ του ψωμιού & τα σπρινγκ ρολς είναι κατεψυγμένα. Η βάση, η σάλτσα & η μοσαρέλα της πίτσας είναι κατεψυγμένες. Οι τηγανιτές πατάτες είναι προψημένες & κατεψυγμένες. Το λάδι που χρησιμοποιείται για την παρασκευή των γευμάτων είναι εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο.