



freddopolitan
REAL FOOD



Πάθος

Το πάθος μας για ποιοτικό φαγητό είναι ο λόγος που δημιουργήσαμε ένα εξειδικευμένο μενού αποτελούμενο από σαλάτες και ισορροπημένα γεύματα. Κάθε σαλάτα είναι αποτέλεσμα συνεργασίας ειδικών chef και κορυφαίων διατροφολόγων.

Αξίες

Η δέσμευση στην ποιότητα, τη λεπτομέρεια και τη φρεσκάδα είναι τα κύρια χαρακτηριστικά μας.

Ισορροπημένη διατροφή

Στο μενού μας δεν θα βρείτε τεχνητά πρόσθετα, τρανς λίπη, επεξεργασμένους υδατάνθρακες και συντηρητικά. Αντίθετα χρησιμοποιούμε μόνο διαλεκτά υλικά από επιλεγμένους παραγωγούς και προμηθευτές.

Υλικά

Όλα τα λαχανικά μας είναι φρέσκα, από Έλληνες παραγωγούς και τα dressings παρασκευάζονται καθημερινά στην κουζίνα μας, με πάθος και φροντίδα. Η ομάδα μας θέλει να βάλει ένα τέλος στην λάθος fast-food κουλτούρα.

Οφέλη

Κάθε σαλάτα εμπεριέχει ένα εύρος συστατικών για να καλύψει πλήρως τις διατροφικές σας ανάγκες, να αυξήσει την παραγωγικότητα σας στη δουλειά, συμβάλλοντας παράλληλα στη διατήρηση της σιλουέτας σας. Υπάρχει μόνο ένας τρόπος για να μας μάθετε...

Δοκιμάστε μας!

Powered by Freddopolitan since 2004



Salads #healthy_eating

Bacon paprika

Πράσινη σαλάτα με baby σπανάκι, κατίκι Δομοκού, κόκκινα & κίτρινα ντοματίνια, φρέσκο κρεμμυδάκι, τραγανό bacon & dressing με γλυκιά πάπρικα Ουγγαρίας.
(574 kcal 57gr fat 13gr carbs 16gr prot) 7,20€

Roasted Manouri

Πράσινη σαλάτα με baby ρόκα, ψημένο μανούρι, αχλάδι, κουκουνάρι, δυόσμο & dressing παλαιωμένου βαλσάμικου με ξερά σύκα Κύμης.
(622 kcal 54gr fat 13gr carbs 7gr prot) 7,20€

Guacamole Greens

Πράσινη σαλάτα με tortilla chips, ψητό φιλέτο κοτόπουλο στη σχάρα, avocado, νιφάδες καλαμποκιού, δροσερό γιαούρτι, πάπρικα, ντομάτα concasse & χυμό από lime.
(623 kcal 37gr fat 17gr carbs 50gr prot) 7,50€

BBQ Chicken Mozzarella

Φιλέτο από ψητό κοτόπουλο σχάρας μαριναρισμένο σε BBQ sauce, mix μαρουλιών, νιφάδες από καλαμπόκι, κύβους mozzarella, τραγανό bacon & dressing από ελαιόλαδο.
(628 kcal 44gr fat 18gr carbs 60gr prot) 7,50€

Salmon Ricotta (Lowcarb)

Μείγμα πράσινης σαλάτας με καπνιστό σολομό, ricotta, ψητά σπαράγγια σχάρας, ντοματίνια & παρθένο ελαιόλαδο αρωματισμένο με σχοινόπρασο & λεμόνι
(524 kcal 55gr fat 5gr carbs 35gr prot) 8,50€

Manouri Mushroom

Δροσερή σαλάτα με μαρούλι, iceberg & φύλλα ρόκας, κρητικά κρίθινα παξιμάδια, ψητά μανιτάρια champignons αρωματισμένα με chives, honey mustard sauce & μανούρι Μακεδονίας.
(602 kcal 54gr fat 7gr carbs 7gr prot) 7,20€

Salmon Nicoise Salad

Σαλάτα με καπνιστό σολομό, spaghetti αγγουριού, καβουρντισμένα καρύδια, tartare ντομάτας, avocado, κρεμμύδι, φασολάκια βουτύρου, poached egg & sauce Roquefort.
(477 kcal gr fat gr carbs gr prot) 8,50€

Marijuana

Πράσινη σαλάτα με σπόρους ήμερης κάνναβης, φιλέτο από κοτόπουλο στη σχάρα, τραγανό bacon, φρέσκα μανιτάρια champignons & yoghurt sauce.
(571 kcal 38gr fat 5gr carbs 53gr prot) 7,30€

Salmon Quinoa (Lowcarb)

Μείγμα πράσινης σαλάτας με καπνιστό σολομό, τρίχρωμη quinoa, άπαχο ανθότυρο, avocado, φύλλα baby ρόκας, λιαστή ντομάτα, λεμόνι & extra παρθένο ελαιόλαδο.
(498 kcal 39gr fat 8gr carbs 24gr prot) 8,50€

Bacon Chips

Σαλάτα με μείγμα μαρουλιών, chips από bacon, τριμμένη παρμεζάνα, ψητή tortilla πασπαλισμένη με κουρκουμά & γλυκιά πάπρικα, ντομάτα αρωματισμένη με μυρωδικά & ελαιόλαδο.
(472kcal 42gr fat 14gr carbs 16gr pr) 7,00€

Chicken Mexican (Keto – Glutenfree – Lowcarb)

Μαριναρισμένο φιλέτο από κοτόπουλο, με κόλιανδρο, χυμό από lime, chilipowder, κύμινο & καπνιστή πάπρικα, ψημένο στη σχάρα, με πολύχρωμες πιπεριές & κρεμμύδι, πάνω σε cauliflower rice.
(429 kcal 22gr fat 16gr carbs 49gr prot) 7,80€

Caesar’s

Ανάμεικτη πράσινη σαλάτα με μαρούλι Romano, lolo verde, καβουρδισμένο bacon, φιλέτο κοτόπουλο, τραγανά χειροποίητα croutons, τριμμένη παρμεζάνα & sauce vinaigrette.

(635kcal 48grfat 12grcarbs 63grprot) 7,20€

Fitness Star

Τραγανό μείγμα μαρουλιών με φύλλα ρόκας & kale, καπνιστό φιλέτο γαλοπούλας, φρέσκο ginger, cottage cheese, κολοκυθόσπορους, ροδέλες από δροσερό αγγουράκι, ασπράδι αυγού & ελαφριά

sauce vinaigrette. *(410 kcal 26gr fat 8gr carbs 15gr prot) 7,20€*

Pear Pecan

Μείγμα πράσινης σαλάτας με φέτες από βουτυράτα αχλάδια κρυστάλλια, pecan nuts, σπόρους ροδιού, blue cheese & dressing από βαλσάμικο με extra παρθένο ελαιόλαδο.

(576 kcal 53gr fat 19gr carbs 8gr prot) 7,70€

Grilled Chicken

Πράσινη σαλάτα με μαριναρισμένο φιλέτο από κοτόπουλο, χρωματιστές πιπεριές, χυμό από lime & φέτες από ώριμο avocado. *(584kcal 36gr fat 7gr carbs 48gr prot) 7,30€*

Crusted Chicken

Δροσερή πράσινη σαλάτα με παναρισμένο κοτόπουλο σε κρούστα παρμεζάνας, φιλέτο φρέσκου πορτοκαλιού, καβουρδισμένα αμύγδαλα, cranberries & dressing από χυμό εσπεριδοειδών.

(610kcal 42gr fat 11gr carbs 49gr prot) 7,80€

Village

Κρητική παραδοσιακή σαλάτα με κριθαρένια παξιμάδια, πάνω σε τραγανό μαρούλι, άπαχο ανθότυρο, ροδέλες ελιάς, κύβους ντομάτας αρωματισμένους με έξτρα παρθένο ελαιόλαδο & ρίγανη από την ορεινή Κορινθία. *(459 kcal 34gr fat 6gr carbs 12gr prot) 7,00€*

Chicken CauliRice (Keto – Glutenfree – Lowcarb)

Τραγανή πράσινη σαλάτα με κοτόπουλο, cauliflower rice, avocado, ντομάτα, βραστό αυγό & αρωματικό ελαιόλαδο με χυμό από φρέσκο lime. *(623kcal 41gr fat 5gr carbs 53gr prot) 7,30€*

Greek

Μια πρωτοποριακή έκδοση της χωριάτικης σαλάτας με γιρλάντες από αγγούρι, ζουμερά ντοματίνια, σπιτική πάστα από ελιές Καλαμών, ροδέλες πράσινης πιπεριάς, φρυγανισμένα croutons από κουλούρι Θεσ/νίκης, χειροποίητη mousses φέτα & αγουρέλαιο.

(510kcal 46gr fat 5gr carbs 6gr prot) 7,00€

Frutti di Mare

Καπνιστός σολομός balmoral, μαριναρισμένος σε άνηθο, chive & κόκκους από ροζ πιπέρι με μακρά φρουτώδη επίγευση, πάνω σε ανάμεικτη δροσερή σαλάτα, δροσερό αγγουράκι, άπαχο cottage cheese & extra παρθένο ελαιόλαδο με χυμό λεμονιού. *(451kcal 37gr fat 5gr carbs 28gr prot) 8,50€*

Roasted Cauliflower (Keto – Glutenfree – Lowcarb)

Μπουκετάκια κουνουπιδιού ψημένα στο φούρνο, με αμύγδαλα, ρόκα & σπανάκι, avocado, δροσερές ροδέλες αγγουριού & ελαιόλαδο αρωματισμένο με chives & άνηθο.

(372 kcal 34gr fat 10gr carbs 4gr prot) 7,20€

Bacon Chicken (Keto)

Πράσινη δροσερή σαλάτα με ψητό κοτόπουλο σχάρας, avocado, τριμμένο cheddar, ξεροψημένο bacon, celery & ελαφριά vinaigrette. *(680 kcal 49gr fat 4gr carbs 65gr prot) 7,30€*

Royal Truffle

Ζεστή Πατατοσαλάτα με baby potatoes, bacon, φουντίτσες από μπρόκολο στον ατμό & λάδι λευκής τρούφας. *(536 kcal 34gr fat 33gr carbs 13gr prot) 7,50€*

French Potato Salad

Πατατοσαλάτα με βάση μαύρου χοίρου, πίκλες κρεμμυδιού, baby ρόκα, ντοματίνια, poached egg & dressing με γλυκιά πάπρικα & σιναπόσπορο. *(589 kcal 46grfat 29grcarbs 12grfat) 7,90€*

Legumes Salads #healthy_eating

Iron Man

Σαλάτα με δυναμωτικές φακές, φέτα, baby σπανάκι, δυόσμο, πιπεριά Φλωρίνης & βαλσάμικο. *(431 kcal 32gr fat 21gr carbs 10gr prot) 6,70€*

Mr. Bean

Σαλάτα με μαυρομάτικα φασόλια, φιλέτο τόνου, φρέσκο κρεμμύδι, πιπεριά Φλωρίνης, φύλλα ρόκας & extra παρθένο ελαιόλαδο με βαλσάμικο. *(320 kcal 19gr fat 10gr carbs 22gr prot) 6,70€*

Miss Lentil

Σαλάτα με φακές, ντοματίνια βελανίδια, φρέσκο κρεμμύδι, φύλλα δυόσμου, πιπεριά Φλωρίνης, άνηθο & κρέμα από παλαιωμένο βαλσάμικο. *(342 kcal 26gr fat 21gr carbs 6gr prot) 6,70€*

Superfood_salads #healthy_eating

Harvest

Σαλάτα με αναποφλοιώτο ρύζι, λόλα, quinoa, φύλλα kale, κοτόπουλο, κατσικίσιο τυρί, γλυκοπατάτα, αμύγδαλα & τραγανό μήλο. *(636 kcal 30gr fat 43gr carbs 52gr prot) 7,90€*

Grilled Garden

Πράσινη σαλάτα με quinoa, φύλλα ρόκας, λαχανικά σχάρας, ψημένο χαλούμι & dressing από βαλσάμικο. *(428 kcal 38gr fat 15gr carbs 9gr prot) 7,50€*

Hyper Tonic

Τρίχρωμη quinoa με cashews, φρέσκο ανανά, ινδική καρύδα, τρίχρωμες πιπεριές & μαύρη σταφίδα. *(422 kcal 22gr fat 47gr carbs 6gr prot) 7,30€*

Chicken Quinoa

Πράσινη σαλάτα, φύλλα kale & ρόκας, quinoa, μαριναρισμένη ντομάτα, νιφάδες καλαμποκιού, ψητό κοτόπουλο σχάρας & ελαφριά vinaigrette. *(552 kcal 36gr fat 12grcarbs 48gr prot) 7,50€*

Broccolicious

Σαλάτα με quinoa, φρέσκο baby σπανάκι, μπρόκολο, ντοματίνια, κοτόπουλο σχάρας, χειροποίητη pesto sauce & honey mustard sauce. *(622 kcal 47gr fat 13gr carbs 49gr prot) 7,50€*

* Όλες οι σαλάτες μας συνοδεύονται από φρεσκοψημένο ζυμωτό ψωμί παραγωγής μας.

** Οι συσκευασίες των σαλατών είναι από ζαχαροκάλαμο & 100% βιοδιασπώμενες.

***Στις σαλάτες μας χρησιμοποιούμε φρέσκο φιλέτο κοτόπουλο ψημένο στη σχάρα.

Pasta Salads

Pollo

Σαλάτα με penne pasta, baby ρόκα, κύβους mozzarella, τοματίνια, φιλέτο κοτόπουλο ψημένο στη σχάρα & honey mustard sauce. (524 kcal 29gr fat 41gr carbs 20gr prot) 6,50€

Parmigiano

Σαλάτα με penne pasta, λιαστή ντομάτα, τριμμένη παρμεζάνα, bacon ψημένο στο μαντέμι & χειροποίητη sauce μελιού. (604 kcal 35gr fat 55gr carbs 31gr prot) 6,50€

Tono penne

Σαλάτα με penne pasta, τόνο νερού, καλαμπόκι, ροδέλες ελιάς, πιπεριά Φλωρίνης & dressing από λευκό βαλσάμικο. (578 kcal 28gr fat 54gr carbs 28gr prot) 6,50€

Chicken Avocado

Σαλάτα με fusilli, avocado, νιφάδες καλαμποκιού, φιλέτο κοτόπουλο, πιπεριά Φλωρίνης, ντοματίνια, κόλιανδρο & lime greek yogurt dressing. (514 kcal 28gr fat 38gr carbs 21gr prot) 6,50€

Buddha Bowls

Curry Cauliflower bowl με ψητό κουνουπίδι, κόκκινο λάχανο, λόλα, ψημένα αμύγδαλα, σταφίδες, mesclun, παντζάρι, onion crisps, πλιγούρι, μαιντανό, croutons & balsamic vinaigrette. 7,90€

Mushroom avocado bowl με ανάμεικτο ρύζι, avocado, kale, ντοματίνια, αγγούρι, λόλα, φρέσκο κρεμμύδι, μανιτάρια σχάρας, cottage cheese, παξιμάδια χαρουπιού & λιναρόσπορο. 7,90€

Chicken Chickpeas bowl με κοτόπουλο σχάρας, avocado, λαχανάκια Βρυξελλών, λόλα, quinoa, πιπεριά Φλωρίνης, ρεβίθια, baby σπανάκι & vinaigrette λεμονιού. 7,90€

Tortillas

Chicken Fajitas

Tortilla με ψημένο κοτόπουλο στη σχάρα, πολύχρωμες πιπεριές, guacamole, νιφάδες καλαμποκιού, δροσερό γιαούρτι αρωματισμένο με γλυκιά πάπρικα & concasse ντομάτας. Σερβίρεται με σαλάτα. (331 kcal 6grfat 42grcarbs 27grprot) 7,50€

Falafel Fajitas

Tortilla με falafel, σπιτική sauce απο ταχίνι, φρέσκα λαχανικά & επίγευση λεμονιού. Σερβίρεται με σαλάτα. (325 kcal 17gr fat 23gr carbs 26gr prot) 7,50€

Smoked Turkey

Tortilla με φιλέτο καπνιστής γαλοπούλας, τυρί edam, λιαστή ντομάτα, αγγούρι, φύλλα ρόκας & mayo sauce. (386 kcal 22gr fat 39gr carbs 15gr prot) 4,00€

Tuna wrap

Tortilla με σπιτική τονοσαλάτα από τόνο νερού, φρέσκο άνηθο, μαγιονέζα & extra παρθένο ελαιόλαδο με φύλλα μαρουλιού & ροδέλες από δροσερό αγγουράκι. (440 kcal 30gr fat 24gr carbs 25gr prot) 4,30€

Chicken wrap

Tortilla με φιλέτο κοτόπουλο ψημένο στη σχάρα, ντομάτα, μαρούλι & χειροποίητη chicken sauce. (415 kcal 28gr fat 26gr carbs 27gr prot) 4,30€



Classic Sandwiches

Turkey

Μπαγκέτα σικάλεως με καπνιστή γαλοπούλα, τυρί, ντομάτα, φύλλα μαρουλιού & μαγιονέζα. 3,50€

Chicken

Μπαγκέτα με φιλέτο κοτόπουλο, ντομάτα, φύλλα μαρουλιού & sauce μουστάρδας. 4,00€

Tuna

Μπαγκέτα σικάλεως με σπιτική τονοσαλάτα & φύλλα μαρουλιού. 3,50€

Turkey Bun

Γεμιστό κουλούρι Θεσσαλονίκης με καπνιστή γαλοπούλα & cream cheese. 3,00€

Prosciutto Bun

Γεμιστό κουλούρι Θεσσαλονίκης με prosciutto, λιαστή ντομάτα, pesto & cream cheese. 4,50€

Honey bagel

Χειροποίητο bagel με scrambled eggs, μαρούλι, bacon & honey mustard sauce. 4,50€

Salmon bagel

Χειροποίητο bagel με καπνιστό σολομό, Philadelphia, λόλα, λεμόνι & chives. 4,80€

Club Sandwiches

Chimichurri με κοτόπουλο chimichurri, μοτσαρέλα, ντομάτα, iceberg, κρεμμύδι καραμελωμένο σε bougbon & χειροποίητη sriracha mayo. 7,50€

Ham με ζαμπόν. 6,00€

Salmon με καπνιστό σολομό, Philadelphia, λόλα, αγγούρι & chives. 8,50€

Special με ζαμπόν, τυρί, αυγό, μπέικον & sauce chef's. 6,50€

Chicken με φιλέτο κοτόπουλο & sauce μουστάρδας. 7,00€

Burgers

Burger Fusion

Μοσχαρίσιο μπιφτέκι, κόκκινο λάχανο, τσένταρ, αυγό ποσέ, πίκλα κρεμμύδι, ντομάτα ταρτάρ, chipotle mayo. 8,50€

Jack Daniels burger

Μπιφτέκι μοσχαρίσιο σε ψωμάκι brioche με μπέικον, ντομάτα, iceberg, BBQ sauce, μαγιονέζα, edam, πίκλες αγγουριού & κρεμμύδι. 7,50€

Chicken Tower burger

Ψωμάκι brioche με φιλέτο κοτόπουλο σε κρούστα παρμεζάνας, σπιτική coleslaw, iceberg, κρεμμύδι & πίκλες αγγουριού. 7,80€

Cheddar burger

Μπιφτέκι μοσχαρίσιο σε ψωμάκι brioche με μπέικον, λιωμένο cheddar, ντομάτα, iceberg & honey mustard sauce. 7,50€

* Τα burgers σερβίρονται με φρεσκοτηγανισμένες πατάτες country.

Gourmet Sandwiches

Manhattan

Φέτες από χωριάτικο καρβέλι με τραγανό μπέικον, πάνω σε αυγό ψημένο στο μαντέμι, ροδέλες ντομάτας, baby ρόκα & dressing μελιού με γλυκιά πάπρικα. 4,80€

Chicken Mozzarella

Τσιαπάτα άσπρη με φιλέτο κοτόπουλο σχάρας, mozzarella, αρωματισμένη ντομάτα concasse, avocado & honey mustard dressing με φύλλα βασιλικού. 4,80€

Kagiana

Φρατζολάκι ζυμωτό με ξινό προζύμι, με καγιανά, σύγκλινο Μάνης, φέτα & αρωματισμένη ντομάτα πάνω σε φύλλα από iceberg. 4,80€

Manouri

Ελληνικό μανούρι, ντομάτα, πατέ άγουρης ελιάς, παρθένο ελαιόλαδο σε πολύσπορη τσιαπάτα. 4,50€

Honey Chicken

Ψητό κοτόπουλο σχάρας, νιφάδες καλαμποκιού, κίτρινο τυρί, πράσινη λόλα φριζέ & honey mustard dressing, σε οκτάσπορη τσιαπάτα. 4,80€

Salmon

Καπνιστός σολομός Balmoral, cream cheese αρωματισμένο με σχοινόπρασο, δροσερό αγγουράκι, πράσινη λόλα, extra παρθένο ελαιόλαδο, λεμόνι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι, σε οκτάσπορη τσιαπάτα. 5,50€

Dijon Gourmet

Φέτες από χωριάτικο γαλλικό καρβέλι ζυμωμένο με βύνη, καρύδια & μέλι, με μοσχάρι νουά, λαδοτύρι Μυτιλήνης, πράσινη λόλα & sauce dijonnaise maille. 5,00€

Cuban

Λευκή τσιαπάτα σε ξυλόφουρνο, με καπνιστή σπαλομπριζόλα, ιταλικό σαλάμι Milano, κίτρινο τυρί, πίκλες αγγουριού, iceberg & αρωματική μουστάρδα με κόκκους από σινάπι. 4,80€

The Ultimate

Πολύσπορο ψωμί με σπιτική παντζαροσαλάτα, avocado, κατσικίσιο κορμό & φύλλα baby ρόκας. 5,50€



Ομελέτες #low_fat

Greek omelette

Ομελέτα με τριμμένη φέτα, ροδέλες από ελιές Καλαμών, ντοματίνια, κρεμμύδι & ρίγανη. 7,00€

Low Carb omelette

Ομελέτα με ασπράδια, πράσινη πιπεριά, ανθότυρο & μανιτάρια. 7,00€

Vegetarian omelette

Ομελέτα με φρέσκο κρεμμύδι, μανιτάρια, πράσινη πιπεριά, ντομάτα & καλαμπόκι. 7,00€

White omelette

Ομελέτα με ασπράδια, quinoa, γαλοπούλα, κολοκύθι & ντομάτα. 7,50€

Chicken omelette

Ομελέτα με φιλέτο κοτόπουλο, μπέικον, cream cheese & πράσινη πιπεριά. 7,00€

Graviera omelette

Ομελέτα με γραβιέρα, φρέσκια ντομάτα, πράσινη πιπεριά & απάκι. 7,50€

Keto Philly omelette

Ομελέτα με σπαλομπριζόλα, μανιτάρια champignons, cream cheese, πράσινη πιπεριά & φρέσκο κρεμμύδι. 7,00€

Butter Roustic French omelette

Ομελέτα με μανιτάρια, σπανάκι σοτέ, φιλαδέλφεια, σχοινόπρασο, παρμεζάνα. 7,50€

Mushroom omelette

Ομελέτα με φρέσκα μανιτάρια champignons, mozzarella, φρέσκο κρεμμύδι & chives. 7,00€

**Οι ομελέτες μας δεν τηγανίζονται, αλλά ψήνονται σε ειδικό πλατό με ένα κουταλάκι του γλυκού ελαιόλαδο & συνοδεύονται με πατάτες country deluxe ή mini πράσινη σαλάτα.*

***Τα κρέατα που χρησιμοποιούμε δεν είναι τυποποιημένα. Τα προμηθευόμαστε νωπά, από αξιόπιστο κρεοπωλείο του Πειραιά.*

Συνοδεύονται από πατάτες country deluxe ή mini πράσινη σαλάτα & ψήνονται την ώρα της παραγγελίας σας.

Signature Dishes #homemade_realfood

Teriyaki chicken

Μπουκίτσες από φιλέτο κοτόπουλο με teriyaki sauce, με μπρόκολο ατμού & αρωματικό ρύζι. 8,80€

Crispy parmesan chicken

Φιλέτο κοτόπουλο πανέ σε κρούστα παρμεζάνας. 7,90€

Honey lime chicken

Ζουμερό φιλέτο κοτόπουλο μαριναρισμένο σε honey lime mustard. 7,90€

Kentucky bbq chicken

Ζουμερό κοτόπουλο ψημένο στη σχάρα με αυθεντική Jack Daniels sauce. 8,50€

Grilled chicken

Ζουμερό φιλέτο κοτόπουλο ψημένο στη σχάρα. 7,90€

Chicken nuggets

Χειροποίητες μπουκιές από φιλέτο κοτόπουλο, παναρισμένες σε τριλογία δημητριακών. 7,80€

Chicken patties

Χειροποίητα μπιφτέκια από κιμά κοτόπουλου, ψημένα στη σχάρα. 8,50€

Beef patties

Χειροποίητα μοσχαριάσια μπιφτέκια, ψημένα στη σχάρα. 8,30€

Schnitzel

Τραγανό χοιρινό schnitzel σε μια αυθεντική αυστριακή συνταγή, παναρισμένο σε μείγμα χωριάτικου ψωμιού & φρυγανιάς. Σερβίρεται με σπιτική honey mustard sauce. 7,70€

***Sides:** Τηγανητές πατάτες ή πράσινη σαλάτα ή αρωματικό ρύζι basmati

***Extra sides:** Λαχανικά σχάρας +1,50€

Λαχανικά στον ατμό +1,80€ / Quinoa +2,50€

Soups

Μανιταρόσουπα

Λευκά μανιτάρια champignons, λεπτοκομμένο πράσο, λευκό κρασί, σκόρδο & μαύρο πιπέρι. 5,50€

Ντοματόσουπα

Σούπα από φρέσκιες ντομάτες, ditalini pasta & φύλλα βασιλικού. 5,50€

Broccoli soup

Σούπα από Μπρόκολο, κύβους cheddar & χειροποίητα croutons. 5,50€

Κοτόσουπα

Στήθος από κοτόπουλο, ρύζι, λίγο κρεμμυδάκι ξερό, κουρκουμά & χυμό από ζουμερά λεμόνια. 6,50€

**Η κοτόσουπα διατίθεται κάθε Παρασκευή.*

***Οι σούπες είναι διαθέσιμες από 01/11 έως 30/04.*

Καθημερινά ο Chef μας μαγειρεύει σπιτικά φαγητά με εξαιρετικές πρώτες ύλες σε υπέροχους συνδυασμούς που αποτελούν γευστική εμπειρία! Μπορείτε να ενημερώνεστε για τα πιάτα ημέρας στις σελίδες μας fb/insta: @Freddopolitan ή τηλεφωνικά στο 210 4135777.

Fruit Salads #no_sugar_added

Muesli

Γιαούρτι με φρέσκα φρούτα εποχής, δημητριακά & μέλι, σε ποτήρι. 4,00€

Honey Bunny

Γιαούρτι με καρύδια, μέλι & σπόρους chia, σε ποτήρι. 4,00€

Juicy Lucy

Γιαούρτι, μέλι & φρέσκα φρούτα εποχής σε ποτήρι. 4,00€

Tutti Frutti

Σαλάτα με φρεσκοκομμένα φρούτα εποχής. 6,00€

Special Tutti Frutti

Σαλάτα με φρεσκοκομμένα φρούτα εποχής, γιαούρτι & μέλι. 6,80€

Energybars #homemade_energy_bars

Μπάρα με Cranberries & Μαύρη Σοκολάτα. 2,50€

Μπάρα με Γιαούρτι, Λευκή Σοκολάτα & Χυμό από Cranberries. 2,50€

Μπάρα με Φιστίκια Αιγίνης & Peanut Butter. 2,50€

Επιδόρπια #desserts

Cheesecake 3,50€

Salted Caramel με μπισκότο. 3,50€

Profiteroles με σοκολάτα γάλακτος. 3,50€

Profiteroles με σοκολάτα bitter. 3,50€

Red Velvet Cake homemade 3,50€

Carrot Cake homemade 3,50€

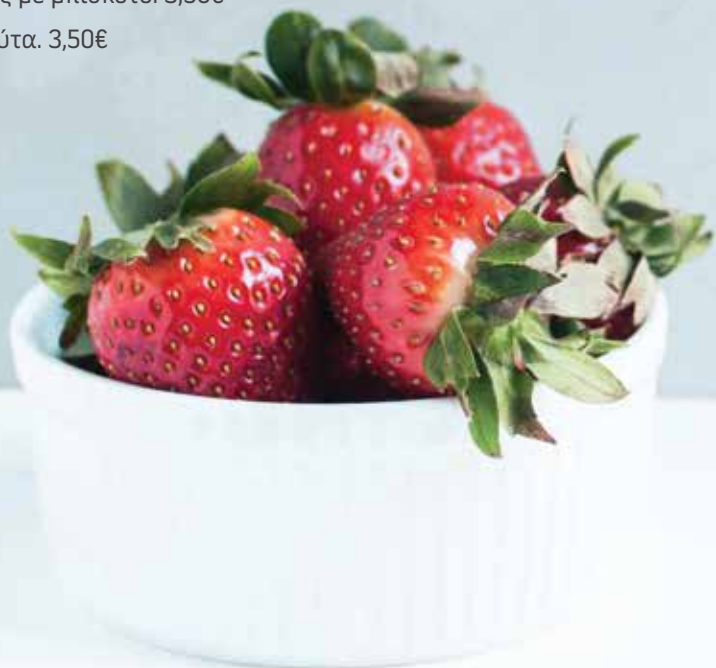
Nutella Cake homemade 3,50€

Κορμός σοκολατένιο γλυκό με μπισκότα 2,80€

Επιδόρπια χωρίς ζάχαρη #sugarfree

Mouse σοκολάτας με μπισκότο. 3,50€

Panacota με φρούτα. 3,50€



Fresh Juices #boost_your_immune_system

Orange juice 2,50€

Pinenana (ανανάς, μπανάνα, γιαούρτι, ginger) 4,50€

Banana Vegan (μπανάνα, γάλα αμυγδάλου, κανέλα, καρότο) 4,50€

Ginger Grapefruit (ginger, καρότο, grapefruit) 4,50€

Lemon Chia (μπανάνα, ξύσμα λεμονιού, γάλα αμυγδάλου, chia, μέλι) 4,50€

Mixed 4,00€

Pink Dream (ρόδι, πορτοκάλι) 4,50€

Lemon Ginger (μήλο, καρότο, λεμόνι, ginger) 4,50€

Banana Power (μπανάνα, γάλα, μέλι) 4,50€

Pink Boost (παντζάρι, καρότο, μήλο, λεμόνι, ginger) 4,50€

Famous Four (καρότο, μήλο, πορτοκάλι, κουρκουμάς) 4,50€

Carrot Surprise (καρότο, ginger, πράσινο μήλο, αγγούρι) 4,50€

Mean Green (σπανάκι, μήλο, αχλάδι, αγγούρι) 4,50€



PROPOLIS

Πίτες

Τυρόπιτα κλασική 1,90€
Τυρόπιτα κουρού χειροποίητη (παραγωγής μας) 2,00€
Τρίγωνη τυρόπιτα με γιαούρτι, φέτα & μυζήθρα 2,50€
Κασερόπιτα 2,50€
Ζαμπονοκασερόπιτα 2,50€
Φλογέρα Philadelphia 2,50€
Σπανακόπιτα Χωριάτικη 2,50€
Κοτόπιτα Χωριάτικη 2,50€
Pizza Special 2,50€
Croissant Βουτύρου 1,80€
Croissant Σοκολάτας 2,50€

Κουλούρι Θεσ/νίκης (παραγωγή μας) 0,60€
Κουλούρι Θεσ/νίκης πολύσπορο (παραγωγή μας) 1,00€
Κουλούρι Θεσ/νίκης με τυρί (παραγωγή μας) 1,00€
Κουλούρι Θεσ/νίκης με σοκολάτα (παραγωγή μας) 1,00€

Coffees

Espresso 1,80€
Double Espresso 2,00€
Espresso Macchiato 2,00€
Espresso Americano 1,80€
Cappuccino 2,00€
Double Cappuccino 2,50€
Cappuccino Latte 2,50€
Freddo Cappuccino 2,00€
Freddo Espresso 2,00€
Freddo με κρέμα 2,50€
Freddo με σαντιγί 2,50€
Flat White Freddo 2,50€
Freddoccino Mocha Special 3,00€
Nescafe 1,80€
Frappe 1,80€
Φίλτρου 1,80€
Ελληνικός καφές / διπλός 1,60€ / 2,00€
Σοκολάτα 2,50€

*Decaf +0,20€

** Γάλα Αμυγδάλου +1,00€

Αφεψήματα

Τσάι Βουνού 2,50€
Πράσινο Τσάι 2,50€
Μαύρο Τσάι 2,50€
Ο Δρόμος του τσαγιού 2,50€

Τυποποιημένα

Αναψυκτικά 330 cc 1,50€
Χυμοί Life 250 ml 2,50€
Κρύο Τσάι Life 500 ml 2,50€
Φρέσκο Γάλα 500 ml 1,50€
Milko 500 ml 2,50€
Kaiser 330 cc 2,50€
Fix 330 cc 2,20€
Redbull 330ml 2,30€
Νερό Εμφιαλωμένο 500 ml 0,50€
Νερό Εμφιαλωμένο 1500 ml 1,00€
Νερό Ανθρακούχο 2,00€



Οι τιμές μπορεί να αλλάξουν χωρίς προειδοποίηση και περιλαμβάνουν όλες τις νόμιμες επιβαρύνσεις.
Ο καταναλωτής δεν έχει υποχρέωση να πληρώσει αν δεν λάβει το νόμιμο παραστατικό.
Το κατάστημα υπόκειται σε υγειονομικό έλεγχο & υποχρεούται να εκδίδει θεωρημένες αποδείξεις λιανικής πώλησης.

- Το κατάστημα υποχρεούται να διαθέτει έντυπα δελτία, σε ειδική θήκη δίπλα στην έξοδο, για τη διατύπωση οποιασδήποτε διαμαρτυρίας.
- The store is required to have printed forms, in a special case next to the exit, to make any protest.
- Le magasin doit avoir des formulaires imprimés, dans un cas spécial à côté de la sortie, pour faire toute protestation.
- Der Laden ist verpflichtet, Formulare gedruckt zu haben, in einem Sonderfall neben dem Ausgang, um Protest zu machen.

* Τα έλαια που χρησιμοποιούνται είναι, έξτρα ελληνικό παρθένο ελαιόλαδο για τις σαλάτες & ηλιέλαιο για τα τηγανητά.

* Οι σφολιάτες & τα ψωμιά είναι προϊόντα κατεψυγμένα.