



Healthy breakfast & brunch restaurant

www.zopyronfoods.gr



"Proper nutrition...
Maximize your energy and mental clarity"

**DELIVERY & TAKEAWAY
MENU**

Στο “ZOPYRON FOODS”, δίνουμε μεγάλη αξία στην ποιότητα και στην εντοπιότητα των προϊόντων. Μέρος των φρούτων και των λαχανικών που χρησιμοποιούνται στις συνταγές μας, καλλιεργούνται* από εμάς, λίγα μόλις χιλιόμετρα έξω από την Αλεξανδρούπολη. Μέσω αυτής της διαδικασίας, μας δίνεται η δυνατότητα να προσφέρουμε φρέσκα και ιδιαίτερα γευστικά προϊόντα θρέψης, σε όλους τους υποστηρικτές της υγιεινής διατροφής.

Στόχος μας...να αποδείξουμε ότι η υγιεινή διατροφή μπορεί να είναι ταυτόχρονα και γευστική!

*Όλες μας οι καλλιέργειες, ανταποκρίνονται στο σύστημα ολοκληρωμένης διαχείρισης.



Zopyron
FOODS

ΦΥΣΙΚΟΙ ΧΥΜΟΙ ΦΡΟΥΤΩΝ & ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ (360ML)

Για την αποχύμωση, χρησιμοποιούμε ειδικούς αποχυμωτές αργής σύνθλιψης, για να σας προσφέρουμε το μέγιστο των βιταμινών, μετάλλων και ιχνοστοιχείων των φρούτων και των λαχανικών.

Πορτοκαλάδα

1.9 €

Για...βιταμίνη C!

Ο πιο κλασσικός φυσικός χυμός, γνωστός για την αυξημένη περιεκτικότητά του σε βιταμίνη C, ενισχύει την άμυνα του οργανισμού μας.

Φράουλα, ανανάς & δυόσμος

3.5 €

Για...υγιεινή απόλαυση!

Info: Οι φράουλες αποτελούν εξαιρετική πηγή βιταμίνης C, μαγνησίου και καλίου. Είναι πλούσιες σε αντιοξειδωτικά και φυτοχημικές ενώσεις όπως φλαβονοειδή & πολυφαινόλες, προσφέροντας πολλαπλά οφέλη στην υγεία μας. (μέχρι Ιούλιο)

Καρότο, μήλο & πορτοκάλι

2.5 €

Για...αναζωογόνηση!

Info: Με αυτόν τον συνδυασμό, επιτυγχάνουμε επαρκή ενυδάτωση του οργανισμού μας, βοηθώντας στην αναζωογόνηση του.

Καροτάδα

3.0 €

Για...τέλεια επιδερμίδα!

Info: Η κατανάλωση καρότων βελτιώνει την όραση, βοηθάει τη διαδικασία πέψης, μειώνει τα επίπεδα χοληστερόλης και βελτιώνει την όψη της επιδερμίδας μας.

Παντζάρι, μήλο & πορτοκάλι

2.5 €

Ο...«γιατρός» της καρδιάς!

Info: Τα διατροφικά νιτρώδη που περιέχει, μειώνουν την αρτηριακή πίεση και βοηθούν στην αντιμετώπιση πολλών καρδιαγγειακών παθήσεων. Επίσης, έχει αποδειχθεί ότι αυξάνει την αντοχή των αθλητών, με φυσικό τρόπο.

Για μέγιστες αθλητικές επιδόσεις, διάλεξε σκέτο χυμό παντζάρι 3.0 €

Ανανάς, καρότο & πορτοκάλι

2.5 €

Για...τέλεια πέψη!

Info: Ο ανανάς είναι ένα φρούτο πλούσιο σε βιταμίνες, ιχνοστοιχεία και αντιοξειδωτικά. Περιέχει το φυτικό ένζυμο βρομελαΐνη, το οποίο βελτιώνει τη λειτουργία της πέψης και συνεισφέρει στην αντιμετώπιση της νόσου Crohn.

Καρπούζι, πορτοκάλι & μέντα

2.5 €

Για...ενυδάτωση με βιταμίνες!

Info: Το καρπούζι προσφέρει τέλεια ενυδάτωση και πολλά διατροφικά οφέλη, καθώς εκτός των βιταμινών και ιχνοστοιχείων του, περιέχει και ισχυρά αντιοξειδωτικά όπως το λυκοπένιο. (παραγωγής μας από Ιούλιο)

Καρπούζι, πεπόνι & σέλερι

2.5 €

Για...δροσιά & αποτοξίνωση!

Info: Το σέλερι μας δίνει βιταμίνες A, C & K, μέταλλα και ιχνοστοιχεία απαραίτητα για την καλή λειτουργία του οργανισμού μας. (από Ιούνιο)

Ροδάκινο, ανανάς & ginger

2.5 €

Για...καλοκαιρινή απόδραση!

Info: Τα ροδάκινα εντοπίζονται για πρώτη φορά στην Κίνα, πριν από 8000 χρόνια! Είναι ένα καλοκαιρινό φρούτο, πλούσιο σε βιταμίνες (C, A, E & K), μέταλλα και αντιοξειδωτικά. (από Ιούνιο)

ΦΥΣΙΚΟΙ ΧΥΜΟΙ ΦΡΟΥΤΩΝ & ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ (360ML)

Για την αποχύμωση, χρησιμοποιούμε ειδικούς αποχυμωτές αργής σύνθλιψης, για να σας προσφέρουμε το μέγιστο των βιταμινών, μετάλλων και ιχνοστοιχείων των φρούτων και των λαχανικών.

Πεπόνι, πορτοκάλι & δυόσμος

2.5 €

Ηλεκτρολύτες με...πολλαπλά οφέλη!

Info: Το πεπόνι εκτός από υψηλά ποσοστά βιταμινών C και K, προσφέρει τέλεια ενυδάτωση, καθώς περιέχει πολύτιμους ηλεκτρολύτες, όπως το κάλιο, το μαγνήσιο, το νάτριο & το ασβέστιο. (παραγωγής μας, από Ιούλιο).

Σταφυλάδα

3.0 €

Για...μακροζωία!

Info: Τα σταφύλια περιέχουν πολλά θρεπτικά συστατικά, βιταμίνες (C & K) και αντιοξειδωτικά, που συμβάλουν στην καλή υγεία του οργανισμού μας. Παρόλο που είναι γλυκά σε γεύση, έχουν χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη. (από Αύγουστο)

Ντομάτα, καρότο, σέλερι & ginger

2.5 €

Για...αντιγύρανση!

Info: Η ντομάτα περιέχει ικανοποιητικά ποσοστά βιταμινών A, B, C & K. Επίσης, μας προσφέρει μέταλλα και ιχνοστοιχεία πολύτιμα για την καλή λειτουργία της καρδιάς, με βασικότερα το κάλιο & το μαγνήσιο. Τέλος, τα ισχυρά αντιοξειδωτικά της όπως το λυκοπένιο, έχουν ιδιαίτερα ευεργετικές για την υγεία μας, ιδιότητες. (παραγωγής μας, από Ιούλιο)

Σπανάκι, λαχανίδα, αγγούρι, ξινόμηλο & λεμόνι

2.8 €

Το νέο ρόφημα του...Por-eye!

Info: Η λαχανίδα (kale) θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ως ο βασιλιάς των πράσινων λαχανικών! Μια μικρή κούπα με ωμό kale, υπερκαλύπτει τη συνιστώμενη ημερήσια πρόσληψη βιταμίνης A (β' καροτένιο), K & C (4,5 φορές περισσότερη από το σπανάκι) και αρκετών πολύτιμων μετάλλων!

Κόκκινη πιπεριά, παντζάρι, καρότο, ξινόμηλο, λεμόνι αγγούρι & σπανάκι

3.2 €

Για... τέλεια αποτοξίνωση & απορρόφηση του σιδήρου!

Info: Η κόκκινη πιπεριά είναι μια υπερτροφή για το ανοσοποιητικό μας σύστημα λόγω της υψηλής περιεκτικότητάς της σε βιταμίνη C. Επίσης, περιέχει ποικιλία αντιοξειδωτικών, κυρίως καροτενοειδή, τα οποία εκτός των άλλων, βελτιώνουν την υγεία της όρασης. Ο συνδυασμός με το σπανάκι, βοηθάει την απορρόφηση του σιδήρου από τον οργανισμό μας!

Πορτοκάλι, λεμόνι, ανανάς & πρόπολη

3.5 €

Το... απόλυτο anti-virus!

Info: Οι θεραπευτικές ιδιότητες της πρόπολης, ήταν γνωστές από την αρχαιότητα. Τα τελευταία όμως χρόνια, δημοσιεύονται και επιστημονικά άρθρα που αναφέρουν ενδείξεις, για αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες, για δράση ενάντια στα παθογόνα βακτήρια, στους ιούς και στους μύκητες.

Για κάθε επιπλέον φρούτο +0.20€ και λαχανικό ή ρίζα +0.30€
Οι συνταγές των χυμών ενδέχεται να τροποποιούνται
βάσει εποχικότητας.

SMOOTHIES (360ML)

Be(e) Power 4.0 €

Γάλα καρύδας, μελισσογύρη, αβοκάντο, μπανάνα, μέλι καστανιάς & βιολογική κανέλα Κεϋλάνης.

Nutri Coffee 3.5 €

Γάλα αμυγδάλου, premium double espresso, μπανάνα, σιρόπι αγαύης & βιολογικό ακατέργαστο κακάο.

Dark Vitamin Booster 3.5 €

Γάλα αμυγδάλου, φιστικοβούτυρο ολικής, μπανάνα, βιολογικό ακατέργαστο κακάο & λιναρόσπορο.

Τip: Για να το κάνεις πιο γλυκό, πρόσθεσε σιρόπι αγαύης ή χαρουπόμελο +0.50€

Cannabis Protein Booster 4.5 €

Χυμός πορτοκάλι, πάστα κάνναβης, μπανάνα, παντζάρι, βιολογικοί σπόροι chia, πιπερόριζα, μέλι βελανιδιάς, βιολογική κανέλα Κεϋλάνης.

Tahini & More 3.5 €

Γάλα καρύδας, ταχίνι ολικής, μπανάνα, βρώμη, λιναρόσπορο, μέλι πεύκου, βιολογική κανέλα Κεϋλάνης.

Golden Milk 3.7 €

Γάλα αμυγδάλου, κάσιους, μπανάνα, κουρκουμά, μαύρο πιπέρι, μέλι βελανιδιάς.

Avocado Lover 3.7 €

Γάλα αμυγδάλου, αβοκάντο, αχλάδι, παπαρουνόσπορο bio, λιναρόσπορο & χαρουπόμελο.

Detox² 4.0 €

Χυμός ξινόμηλου, matcha, σπανάκι, kale, αγγούρι & σπόροι chia bio.

ΚΑΦΕΔΕΣ & ΡΟΦΗΜΑΤΑ

Espresso | Lungo | Americano 1.5 €

Διπλό Espresso 1.8 €

Freddo Espresso 1.8 €

(Lavazza premium 100% Arabica)

Tip: Αν θέλεις τον καφέ σου πιο δυνατό, επέλεξε 4-πλή δόση με 3.0€

Cappuccino | Latte 2.0 €

Διπλό Cappuccino 2.2 €

Tip: Απόλαυσε το cappuccino σου με γάλα αμυγδάλου +0.8€

Freddo Cappuccino 2.0 €

Tip: Αν θέλεις τον καφέ σου πιο δυνατό, επέλεξε 4-πλή δόση με 3.2€

Ελληνικός 1.5 €

Διπλός Ελληνικός 1.8 €

Κουπάτος 2.5 €

Nes | Frappe 1.6 €

Σοκολάτα Lavazza 2.2 €

(Ζεστή/Κρύα)

Ζεστό Βιολογικό Κακάο 2.2 €

Tip: Φτιάξε το ρόφημά σου με γάλα αμυγδάλου, βιολογικό κακάο, μέλι πεύκου ή σιρόπι αγαύης με 3.5€

Ζεστό Τσάι 1.5 €

(χαμομήλι, φλαμούρι, μέντα, λουίζα, φασκόμηλο, μελισσόχορτο κ.ά.)

Tip: Πρόσθεσε στον καφέ ή στο ρόφημά σου γάλα αμυγδάλου +0.5€ - Μέλι (stick) +0.3€ ή Σιρόπι αγαύης +0.5€

HEALTHY BOWLS / PORRIDGE

BOWL 1 5.5 €

Γάλα αμυγδάλου, φιστικοβούτυρο ολικής, βρώμη, acai berry (σκόνη), χουρμάδες, σπόροι chia bio, λιναρόσπορο & αποξηραμένα berries.

BOWL 2 5.5 €

Γάλα αμυγδάλου, πάστα αμυγδάλου, βρώμη, μπανάνα, μελισσογύρη, κάσιους, κολοκυθόσπορο & μέλι ανθέων.

BOWL 3 5.2 €

Γάλα καρύδας, ταχίνι ολικής, βρώμη, granola, βιολογικό κακάο, πεπόνι, flakes καρύδας & σιρόπι αγαύης.

Info: Τα healthybowl σερβίρονται κρύα. Τα porridge σερβίρονται ζεστά +0.5€ (στις αναγραφόμενες τιμές).

Φρουτοσαλάτα 3.5 €

Με φρούτα εποχής

Tip: Πρόσθεσε ξηρούς καρπούς & μέλι +1,00€.

HEALTHY ΓΛΥΚΑ

Ρώτησέ μας τί healthy γλυκό φτιάξαμε σήμερα &...
ΑΠΟΛΑΥΣΕ ΤΟ, χωρίς τύψεις!

Στα γλυκά μας δεν χρησιμοποιούμε ζάχαρη!
Οι γλυκαντικές ουσίες που χρησιμοποιούμε είναι:

το σιρόπι αγαύης, το σιρόπι σφενδάμου, διαφορετικά είδη μελιού και το χαρουπόμελο.

Επίσης, όλα τα γλυκά μας είναι raw vegan και έτσι δεν χάνεται κανένα θρεπτικό συστατικό από το ψήσιμο!

HEALTHY ΓΙΑΟΥΡΤΑΚΙΑ

Classic 2.5 €

Με μέλι ανθέων & καρύδια

Tip: Πρόσθεσε μελισσογύρη με +1.0€

Fruity 2.5 €

Με φρεσκοκομμένα φρούτα εποχής.

Tip: Πρόσθεσε πευκόμελο +0.5€

Green X 3.0 €

Με χυμό λαχανίδας, ξινόμηλο, chia bio, χειροποίητα αποξηραμένα φρούτα, κολοκυθόσπορο & μέλι βελανιδιάς.

Tip: Πρόσθεσε matcha +0,5€

Pink Panther 3.0 €

Με χυμό παντζαριού, αποξηραμένα berries, βρώμη, παπαρουνόσπορο bio & μέλι πεύκου.

Tip: Πρόσθεσε acaiberry +0.5€

Brown Protein 4.0 €

Με βιολογικό κακάο, πάστα κάνναβης, granola, μπανάνα & χαρουπόμελο.



SANDWICHES

Επιλογή κατόπιν διαθεσιμότητας: Τορτίγια ή λαβάς ολικής ή μπαγκέτα (παντζάρι/σπανάκι/κάρυ).

Sandwich 1 3.2 €

Αβγό, μαρούλι, κατίκι Δομοκού, καλαμπόκι guacamole & κάρυ.

Sandwich 2 3.0 €

Cottage, χούμους, ντομάτα, καπνιστή πιπεριά αβοκάντο & μαγιονέζα.

Sandwich 3 3.0 €

Μοτσαρέλα, σπανάκι, λιαστή ντομάτα & pesto mayo.

Sandwich 4 3.0 €

Τυρί κρέμα, πάστα κάνναβης, σπανάκι, αγγούρι & ντομάτα.

Sandwich 5 3.0 €

Κρέμα μελιτζάνας, καπνιστή πιπεριά Φλωρίνης, φέτα & ρόκα.

Sandwich 6 3.2 €

Μουστάρδα Dijon, σαλάτα καρότου, σπανάκι, καπνιστό παντζάρι & φιστίκια Αιγίνης.

Sandwich 7 3.8 €

Falafel, μαρούλι, πίκλες, σπανάκι, ντομάτα αγγούρι & ντιπ γιαουρτιού.

Tip: Αν είσαι vegan, διάλεξε vegan guacamole!

Sandwich 8 3.5 €

Μανιτάρια, καραμελωμένα κρεμμύδια, πίκλες ντομάτα, μαρούλι & τριμμένη παρμεζάνα.

Sandwich 9 4.0 €

Ομελέτα, ντομάτα, μανιτάρια, gouda, cottage ρόκα & σπανάκι.

Info: Σερβίρεται μόνο σε Τορτίγια

ΣΑΛΑΤΕΣ

- Zopyron Salad 1** 3.8 €
Ντομάτα, αγγούρι, πιπεριές, φρέσκο κρεμμυδάκι, κατίκι Δομοκού, παξιμαδάκια, μηλόξυδο, extra παρθένο ελαιόλαδο & ρίγανη.
- Zopyron Salad 2** 4.0 €
Φαγόπυρο bio, τριμμένο αβγό, καπνιστή πιπεριά Φλωρίνης, φέτα, καλαμπόκι, σπανάκι, extra παρθένο ελαιόλαδο & σως μαγιονέζας.
- Zopyron Salad 3** 3.9 €
Κατσικίσιο τυρί, σπανάκι, ρόκα, παντζάρι, πράσινο μήλο, φιστίκι Αιγίνης, cranberries & honey mustard.
- Zopyron Salad 4** 3.9 €
Ρεβύθια, κινόα bio, αγγούρι, κάσιους, ρόκα, μαρούλι, λεμόνι, honey mustard & extra παρθένο ελαιόλαδο.
- Zopyron Salad 5** 4.0 €
Πλιγούρι, μαύρη φακή beluga bio, λιαστή ντομάτα, πίκλες, ρόκα, κατίκι Δομοκού, χειροποίητο pesto λιαστής & extra παρθένο ελαιόλαδο.

Info: Το λάδι που χρησιμοποιούμε στις σαλάτες είναι extra παρθένο ελαιόλαδο, δικής μας καλλιέργειας!

ΟΜΕΛΕΤΕΣ

- Μεσογειακή 3 αβγών** 3.5 €
Ντομάτα, φέτα, ελιές, φρέσκο κρεμμύδι & άγρια ρίγανη.
- Πρωτεϊνική με 4 ασπράδια** 3.7 €
Μανιτάρια, αβοκάντο, βρώμη & cottage.
- Πρωτεϊνική Plus με 4 ασπράδια & 1 ολόκληρο** 5.5 €
Βιολογική κινόα, guacamole, μανιτάρια, ντομάτα, κουρκουμά & sprinkles πιπεριού.
- Spicy 3 αβγών** 3.9 €
Χειροποίητη πικάντικη σάλτσα, gouda, πιπεριές, κολοκυθάκι, μελιτζάνα & καρότο.
- Καπνιστή 3 αβγών** 4.5 €
Καπνιστό τυρί, φέτα, μανιτάρια, καπνιστή πιπεριά φλωρίνης & καλαμπόκι.

HEALTHY BRUNCH / LIGHT LUNCH

- Salty 1** 6.2 €
2 φέτες παραδοσιακό ψωμί 48ωρης ωρίμανσης, με guacamole, βραστό αβγό ελευθέρας βοσκής, κολοκυθόσπορο, extra παρθένο ελαιόλαδο & sprinkles πιπεριού.
Tip: Δοκίμασέ το με scrambled eggs +0.8€
- Salty 2** 6.3 €
2 φέτες παραδοσιακό ψωμί 48ωρης ωρίμανσης, poached egg, σαλάτα καρότου, καπνιστό παντζάρι, extra παρθένο ελαιόλαδο & sprinkles πιπεριού.
Tip: Πρόσθεσε hollandaise sauce με +0.5€
- Salty 3** 5.8 €
French toast με ψωμί brioche, scrambled eggs με κουρκουμά, μανιτάρια, κατίκι Δομοκού, ντομάτα, αβοκάντο, hollandaise sauce & sprinkles πιπεριού.
- Salty 4** 5.0 €
Pancakes, poached egg, guacamole, φέτα, καπνιστές πιπεριές Φλωρίνης, ντοματίνια & hollandaise sauce.
- Vegan** 4.9 €
2 φέτες ψωμί 48ωρης ωρίμανσης, με αβοκάντο, baby ρόκα, λιαστές ντομάτες, κάσιους, extra παρθένο ελαιόλαδο.
- Falafel Green Joy:** 6.5 €
Falafel, σαλάτα εποχής & ντιπ γιαουρτιού.
Info: Σερβίρεται με ψωμί 48ωρης ωρίμανσης. Τα falafel ψήνονται με ελάχιστο ελαιόλαδο σε σιγανή φωτιά και τα απολαμβάνετε στην πιο υγιεινή τους εκδοχή!
Tip: Αν είσαι vegan, δοκίμασέ το με vegan guacamole.
- Sweet 1** 5.5 €
2 φέτες παραδοσιακό ψωμί 48ωρης ωρίμανσης με χειροποίητο guacamole, παπαρουνόσπορο, βασιλικούς χουρμάδες & μέλι καστα-νιάς.
Tip: Αν είσαι vegan, ζήτησέ το με vegan χειροποίητο guacamole και σιρόπι αγαύης!
- Sweet 2** 6.3 €
2 φέτες παραδοσιακό ψωμί 48ωρης ωρίμανσης με πάστα αμυγδάλου (άλεσμένη σε πετρόμυλο), μελισσογόμρη, μπανάνα, φιστίκι Αιγίνης & μέλι βελανιδιάς.
- Sweet 3** 5.0 €
Pancakes, τυρί κρέμα, μπανάνα, καραμέλα, τριμμένη σοκολάτα υγείας & τριμμένη καρύδα.
- Sweet 4** 5.0 €
Pancakes, σως ταχινιού (ολικής άλεσης) με γιαούρτι, μέλι ανθέων, βρώμη, cranberries, flakes αμυγδάλου & βιολογικούς σπόρους chia.
- Sweet 5** 4.2 €
Pancakes, πραλίνα φουντουκιού & granola.
Tip: Πρόσθεσε κάποιο εποχικό φρούτο +0.5€



DELIVERY:

Δευτέρα – Σάββατο: 08:30 – 15:00 & Κυριακή: 08:30 – 14:00.
Ελάχιστη παραγγελία (delivery) 5€.

Για τη δική σας ποιοτικότερη εξυπηρέτηση, με την υπηρεσία delivery εξυπηρετούμε μόνο εντός της Αλεξανδρούπολης.

Αγορανομικός υπεύθυνος: Παντελής Αδαμίδης

Επιστημονικός συνεργάτης: Νικόλαος Αδαμίδης

Διατροφολόγος/Διαιτολόγος, Πτυχιούχος τμήματος Διατροφής & Διαιτολογίας του Τ.Ε.Ι. Κρήτης.

Σύμφωνα με τον κανονισμό (ΕΕ) 1169/2011, ουσίες ή προϊόντα που προκαλούν αλλεργίες ή δυσανεξίες και χρησιμοποιούνται στο παρασκευαστήριό μας:

- 1) Δημητριακά που περιέχουν γλουτένη.
- 2) Αυγά και προϊόντα με βάση τα αυγά.
- 3) Αραχίδες (αράπικα φιστίκια) και προϊόντα με βάση τις αραχίδες.
- 4) Γάλα και προϊόντα με βάση το γάλα.
- 5) Καρποί με κέλυφος (π.χ. αμύγδαλα, φουντούκια, καρύδια κάσιους κτλ).
- 6) Σέλινο και προϊόντα με βάση το σέλινο.
- 7) Σινάπι και προϊόντα με βάση το σινάπι.
- 8) Σπόροι σησαμιού και προϊόντα με βάση τους σπόρους σησαμιού.

-Για οποιαδήποτε διευκρίνιση ή εάν έχετε κάποια αλλεργία / δυσανεξία ενημερώστε το προσωπικό του καταστήματος.

Το κατάστημα διαθέτει εγκεκριμένο τερματικό αποδοχής POS.

Στις τιμές συμπεριλαμβάνονται όλοι οι νόμιμοι φόροι.

Οι τιμές του καταλόγου ενδέχεται να αλλάξουν δίχως προειδοποίηση.

Ο καταναλωτής δεν έχει υποχρέωση να πληρώσει εάν δεν λάβει το νόμιμο παραστατικό στοιχείο (απόδειξη).

Το κατάστημα διαθέτει υποχρεωτικά φύλλα διαμαρτυρίας, εντός του καταστήματος.