



Combining HEALTHY with TASTY it's a difficult
and a lot of times messy task

(like solving a Rubik's cube),

but when you make it you feel PROUD
about your products!

AFTER ALL... WE ARE PROUD OF OUR FOOD!

Coffee

	HOUSE BLEND TO STAY / TO GO	SINGLE ESTATE TO STAY / TO GO
BLACK	€	€
Espresso	1,50 / 1,20	2,00 / 1,70
Espresso διπλός	2,50 / 1,60	3,00 / 2,10
Americano	1,50 / 1,20	2,00 / 1,70
Americano διπλός	2,50 / 1,60	3,00 / 2,10
Espresso freddo	2,50 / 1,60	3,00 / 2,10
Filter	-	3,50 / 2,00
Cold brew	-	3,00
Ελληνικός	1,50 / 1,00	-
Ελληνικός διπλός	2,50 / 1,50	-
Στιγμιαίος	2,50 / 1,50	-
WHITE	€	€
Cappuccino	2,50 / 1,60	3,00 / 2,10
Cappuccino διπλός	3,00 / 1,80	3,50 / 2,30
Latte	3,00 / 2,00	3,50 / 2,50
Cappuccino freddo	3,00 / 1,80	3,50 / 2,30
Flat white	3,00 / 2,00	3,50 / 2,50
Macchiato	2,00 / 1,50	2,50 / 2,00

Tip: Η σειρά Specialty Grade Coffees αναφέρεται σε καφέδες ανώτερης ποιότητας, κατηγορίας specialty. Αντιπροσωπεύουν το 5-10% της παγκόσμιας παραγωγής καφέ. Προέρχονται από φάρμες που εφαρμόζουν αυστηρά πρότυπα ποιότητας στην καλλιέργεια των καφεόδεντρων, τη συγκομιδή, τη διαλογή και την επεξεργασία των καρπών τους.

Make it your way!



EXTRA
ESPRESSO
SHOT
+ €1,00



NON-DAIRY
MILK
SPROUD*
+ €0,40



HOMEMADE
ALMOND
MILK
+ €0,40

* Το φυτικό γάλα sprout είναι χωρίς ζάχαρη, σόγια και γλουτένη με βασικό συστατικό την βρώμη, ενισχυμένο με ασβέστιο, βιταμίνες και φυτική πρωτεΐνη.

Φυσιικοί Χυμοί

Πορτοκάλι	€2,50
Πορτοκάλι, τζίντζερ, κιτρινόριζα	€3,00
Πορτοκάλι, ρόδι, acai berry	€3,50

Tip: Ο χυμός από ένα ρόδι καλύπτει το 40% της ποσότητας σε βιταμίνη C και το 25% της ποσότητας σε φυλλικό οξύ που έχει καθημερινά ανάγκη ένας ενήλικος!

Φράουλα, πορτοκάλι, νέκταρ αγαύης	€4,00
Μπανάνα, μήλο, σπανάκι	€3,50
Φυσιικός χυμός με φρούτα εποχής	€3,00

Smoothies

Antioxidant Boost	€4,00
-------------------	-------

Βατόμουρα, σμέουρα, acai berry, μπανάνα, πορτοκάλι, γιαούρτι καρύδας, βιολογικό νέκταρ αγαύης

Tip: Το Acai Berry είναι «υπέρ-φρούτο» από τα δάση του Αμαζονίου και αποτελεί την τροφή με την μεγαλύτερη ποσότητα αντιοξειδωτικών από όλες τις άλλες τροφές!

Metabolic Boost - Yellow	€4,00
--------------------------	-------

Μάνγκο, τζίντζερ, κιτρινόριζα, σπόροι chia, βιολογικό νέκταρ αγαύης, ρόφημα καρύδας

Protein Boost	€4,00
---------------	-------

38GR OF ORGANIC PROTEIN



Μπανάνα, κακάο, γάλα, γιαούρτι, βιολογικό νέκταρ αγαύης, φυσικοβούτυρο, πρωτεΐνη από βλαστούς ολικού καστανού ρυζιού και αρακά με πλήρες αμινοξείδιο προφίλ για 100% αφομοίωση

Αναψυκτικά

Χειροποίητη Sparkling λεμονάδα	€3,00
--------------------------------	-------

Χωρίς ζάχαρη με βανίλια Μαδαγασκάρης, δυόσμο, τζίντζερ, λεμόνι, lime, σόδα και νέκταρ αγαύης

Αναψυκτικά χωρίς ζάχαρη (πορτοκαλάδα, λεμονάδα, cola)	€2,00
Σόδα / Ανθρακούχο νερό	€1,50
Grapefruit soda	€3,00
Κρύο τσάι	€3,00

Superfood Ποφήματα. Ζεστά ή παγωμένα

Golden Latte	€3,00
--------------	-------

Γάλα αμυγδάλου (παραγωγής μας), κουρκουμάς, κανέλλα, ginger, πιπέρι, βιολογικό σιρόπι αγαύης

TIP: Η κιτρινόριζα ή κουρκουμάς προστατεύει το καρδιαγγειακό μας σύστημα βελτιώνει την εγκεφαλική λειτουργία και καταπολεμά την κατάθλιψη! Η κατανάλωση κουρκουμίνης μαζί με 20 mg πιπεριού, που περιέχει την ουσία L-ριβεογλυφιπερίνη, έδειξε να αυξάνει τη βιοδιαθεσιμότητα της κουρκουμίνης κατά 2000%!

Maca Latte	€3,00
------------	-------

Γάλα αμυγδάλου (παραγωγής μας), maca, κανέλλα, σιρόπι σφενδάμου

+ DOUBLE ESPRESSO SHOT €4,00

TIP: Η Maca έχει αντιφλεγμονώδη δράση, ενώ αυξάνει την αντοχή, την ενέργεια και την λίμπιντο!

Cacao Carob Latte	€3,00
-------------------	-------

Γάλα αμυγδάλου (παραγωγής μας), χαρουπάλευρο, κακάο, chili, βιολογικό νέκταρ αγαύης

TIP: Το χαρουπάλευρο είναι εξαιρετικά θρεπτικό, διαθέτει περισσότερο ασβέστιο από το γάλα, είναι ιδανική πηγή φωσφόρου, υδατανθράκων, βιταμινών A, B και D, ενώ έχει 12,5% πρωτεΐνη και η γεύση του θυμίζει κακάο!

Matcha Latte	€4,00
--------------	-------

Γάλα ή γάλα αμυγδάλου (παραγωγής μας), τσάι matcha, βιολογικό σιρόπι αγαύης

TIP: Το τσάι matcha βοηθάει στην απώλεια βάρους καθώς ενισχύει τον μεταβολισμό και το κάψιμο του λίπους!

Hot Choco Latte	€3,00
-----------------	-------

Γάλα, βιολογικό κακάο, ζάχαρη καστανή demerara, σιρόπι σφενδάμου

Τσάι και βότανα

Ceylon OP	€2,00
-----------	-------

Μαύρο τσάι Κεϋλάνης 100%

Φιόρο της λεβάντας	€3,00
--------------------	-------

Πράσινο τσάι με λουίζα, λεμονόχορτο, τσάι βουνού, λεβάντα

Δάκρυ της Χίου	€3,00
----------------	-------

Πράσινο τσάι με μαστίχα Χίου, φυστίκι Αιγίνης, αμύγδαλο, λεμόνι

Roibos	€3,00
--------	-------

Κόκκινο τσάι βιολογικής καλλιέργειας

Mandarin Jasmin	€2,50
-----------------	-------

Πράσινο τσάι γιασεμί

Μάτε πράσινο	€2,50
--------------	-------

Κόκκινο καφέ και χαμομήλι

Τσάι ενίσχυσης ανοσοποιητικού	€2,50
-------------------------------	-------

Laracho, πορτοκάλι, βανίλια

Τσάι χαλάρωσης	€2,50
----------------	-------

Μήλο, ροδάκινο, φλούδα εσπεριδοειδών, καλέντουλα, βαλεριάνα, λεβάντα, χαμομήλι, δυόσμος, μελισσόχορτο, μολόχα

Τσάι ενέργειας με guarana	€2,50
---------------------------	-------

Πράσινο τσάι με ρίζα ginseng, ανανά, πιπερόριζα και σπόρους guarana

Τσάι του βουνού	€2,50
-----------------	-------

Λουίζα	€2,50
--------	-------

Sweets & Snacks

Cakes €3,00

- Carrot Cake με cream cheese frosting
- Lemon Cake με παπαρουνόσπορο
- Banana Bread **V LC SF**
- Choco Almond Cake με topping
Μαύρη σοκολάτα / Ξίσμα πορτοκαλιού / φουντούκι **V**
Λευκή σοκολάτα και φρούτα εποχής

Μπαγκέτες & τортίγιες ολικής €2,50-€3,00

Quinoa Cookies **V LC SF** €2,00

- Με cranberries και σταγόνες σοκολάτας
- Με καρύδα, πορτοκάλι και σοκολάτα

Soft Cookies €2,00

- Healthy Nutella με φουντουκοβούτυρο και σοκολάτα **V**
- Με πορτοκάλι και σοκολάτα γάλακτος
- Triple chocolate
- Γεμιστά με βιολογικό φυσιτικοβούτυρο και μαρμελάδα blueberries
- Ημέρας

Παγωτό μπάλα **V LC** €2,00

Χωρίς γαλακτοκομικά και με μειωμένη ζάχαρη, μαζί με cake, cookies ή και μόνο του με νέκταρ αγαύης και τριμμένο φουντούκι. Ρωτήστε μας για τις διαθέσιμες γεύσεις.

Energy Balls **V LC SF** €1,50

- Cranberry balls, αμύγδαλα, cranberry powder, χουρμάδες, φυσιτικοβούτυρο
- Matcha balls, antioxidant+metabolic boost με κάσιους, χουρμάδες και φυστίκη Αιγίνης

Protein bars **V HP LC SF LG** €1,50

20% PROTEIN, 147KCAL

- Με χουρμάδες, φυτική πρωτεΐνη και ξηρούς καρπούς
- Πορτοκάλι και κακάο
 - Βανίλια και φουντούκι

Γλυκά Ψυγείου

Banoffee €3,50

Cheesecake χωρίς ζάχαρη με μαρμελάδα εποχής €4,00

Cheesecake **V LG LC SF** €4,00

ΡΩΤΗΣΤΕ ΜΑΣ ΓΙΑ ΤΑ ΓΛΥΚΑ ΨΥΓΕΙΟΥ ΗΜΕΡΑΣ

Smoothie Bowls

Purple Haze, Acai Berry bowl **V LG LC SF** €6,00

Μιξ μούρων, μπανάνα, σπόροι chia, cranberries, goji berries, blueberries χωρίς ζάχαρη, χειροποίητη granola

Pink Cadillac **V LG LC SF** €4,50

Φράουλα, μπανάνα, goji berries, σπόροι κάνναβης

Yellow submarine **LG LC SF** €5,00

Μάνγκο, μπανάνα, superfood granola με αποξηραμένα φρούτα, γύρη, φιλέ αμυγδάλου

Made from Chocolate **V LG LC SF** €4,00

Μπανάνα, κακάο, τρίμμα καρύδας, cacao nibs, βιολογικό φυσιτικοβούτυρο

Berry Fields **V LG LC SF** €5,00

Σμέουρα, μπανάνα, χειροποίητη granola, φρέσκες φράουλες (όταν είναι η εποχή τους!), φυσιτικοβούτυρο, σκόνη cranberries

ΟΛΑ ΤΑ SMOOTHIE BOWLS ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΓΙΝΟΥΝ ΚΑΙ ΜΕ ΓΑΛΑ ΣΟΓΙΑΣ Η ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ + €0,40

All Day Breakfast

Σάντουιτς με ζυμωτό ψωμί ολικής €5,00

- Με τυρί light, ψητή γαλοπούλα, καραμελωμένα κρεμμύδια, ντομάτα. Σερβίρεται με σαλάτα ρόκα **LC SF**
- Με χούμους πατζαριού, αβοκάντο, ντομάτα. Σερβίρεται με σαλάτα εποχής **V HP LC SF**

Salmon Avocado Toast, 280 Kcal **LC SF** €6,00

Χειροποίητο ψωμί ολικής με καπνιστό σολομό, avocado, lime sauce, cream cheese, ρόκα

+ 1 ΑΥΓΟ ROCHÉ, 75KCAL €7,00 / + 2 ΑΥΓΑ ROCHÉS €7,50

Avocado toast, 301 Kcal **V SF** €4,50

Χειροποίητο ψωμί ολικής με spread από βιολογικά αβοκάντο με lime και κουκουνάρι, chili flakes. Συνοδεύεται με σαλάτα με vinaigrette εσπεριδοειδών

+ 1 ΑΥΓΟ ROCHÉ, 75KCAL €5,50 / + 2 ΑΥΓΑ ROCHÉS €6,00

Choco Granola **V LG LC** €4,00

Ψημένες νιφάδες βρώμης με ξηρούς καρπούς, κακάο, νέκταρ αγαύης, κομμάτια μπανάνας με γάλα ή ρόφημα αμυγδάλου / σόγιας / καρύδας / βρώμης, κρύο ή ζεστό

Choco-Peanuts Porridge **LG LC SF** €4,50

Βιολογικές νιφάδες βρώμης, κακάο, βιολογικό νέκταρ αγαύης, φρέσκες μπανάνες, σοκολάτα, τριμμένος λιναρόσπορος και βιολογικό φυσιτικοβούτυρο, γάλα ή ρόφημα αμυγδάλου / σόγιας / καρύδας, κρύο ή ζεστό

Τα porridge αποτελούν από τις πλέον υγιεινές επιλογές για πρωινό! Είναι βρασμένες νιφάδες βρώμης ή κινόας σε γάλα με το αποτέλεσμα να είναι κρεμώδες. Βοηθάει στην απώλεια βάρους, ρυθμίζει τα επίπεδα σακχάρου στο αίμα και μειώνει τον κίνδυνο για καρδιακές παθήσεις.

Porridge of the month **LG LC SF** €5,00

Fruit Bowl **LG LC SF** €4,00

Φρέσκα φρούτα, βιολογικό νέκταρ αγαύης και βιολογικό αμυγδαλοβούτυρο

Choco Yogurt **LG LC SF** €4,00

Γιαούρτι 2% με κακάο και βιολογικό νέκταρ αγαύης, βιολογικό φυσιτικοβούτυρο, μπανάνα, granola σοκολάτας

Acai Berry Yogurt **LG LC SF** €4,00

Γιαούρτι 2% με acai berry, σπόρους chia, με χειροποίητη granola με ξηρούς καρπούς και αποξηραμένα φρούτα (cranberries, goji berries, blueberries)

ΟΛΑ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΓΙΝΟΥΝ ΚΑΙ ΜΕ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΚΑΡΥΔΑΣ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ Η ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ + €0,50

Build up Omelette **HP SF** €5,00

ΜΕ ΔΥΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΑ ΑΥΓΑ. ΣΥΝΟΔΕΥΕΤΑΙ ΜΕ ΣΑΛΑΤΑ ΕΠΟΧΗΣ ΚΑΙ ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΟ ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ (ΔΙΑΛΕΓΕΤΕ ΤΡΙΑ ΥΛΙΚΑ!)

- Γαλοπούλα
- Φιλέτο κοτόπουλο
- Γραβιέρα
- Light cream cheese
- Κίτρινο τυρί
- Χούμους με παντζάρι
- Αβοκάντο
- Κίτρινη sauce μοσχολέμονου
- Κίτρινη sauce με γιαούρτι καρύδας & ταχίνι
- Sauce αβοκάντο με κουκουνάρι και lime
- Κρέμα ψητής πιπεριάς
- Ντομάτα
- Πολύχρωμες πιπεριές
- Baby σπανάκι
- Ρόκα
- Βαλεριάνα
- Κόκκινο λάχανο
- Τρίμμα καρότου

+€0,50 ΤΟ ΚΑΘΕ ΕΣΤΡΑ ΥΛΙΚΟ

Γλυκά Pancakes*

Choco Pancakes **HP LC** €6,50

Λευκή και μαύρη σοκολάτα, τριμμένο φουντούκι, cranberries χωρίς ζάχαρη, cacao nibs

+ VEGAN ΕΠΙΛΟΓΗ ΧΩΡΙΣ ΤΗΝ ΛΕΥΚΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ

Protein Pancakes **V HP LC** €5,00

Sauce κακάο-φυσιτικοβούτυρο, φρέσκες μπανάνες και χειροποίητο μπισκότο

Red Velvet €6,00

Κόκκινα pancakes με cream cheese, μαρμελάδα blueberry, βιολογικά αποξηραμένα blueberries, σπόροι chia

*** + ΜΠΑΛΑ ΠΑΓΩΤΟ ΧΩΡΙΣ ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ ΚΑΙ ΜΕ ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΖΑΧΑΡΗ + €2,00**

Αλμυρά Pancakes

Lemon Haze Pancakes **HP LC** €5,50

Καπνιστή γαλοπούλα, γραβιέρα, σπανάκι baby, sauce μοσχολέμονου και σπόροι κάνναβης

+1 ΑΥΓΟ ROCHÉ €6,50 / +2 ΑΥΓΑ ROCHÉS €7,00

Red Pesto **V LC** €5,50

Αβοκάντο, πιπεριές, χειροποίητη κρέμα από κάσιους και αμύγδαλα, κρέμα κόκκινης πιπεριάς, φύτρες λαχανικών

Buddha Bowls

Τα buddha bowls αποτελούν πλήρη γεύματα. Χαρακτηρίζονται από την ισορροπία που έχουν σε θρεπτικά συστατικά καθώς αποτελούνται από ¼ υδατάνθρακα (ζυμαρικά ολικής, καστανό ρύζι, κινόα) ¼ πρωτεΐνη (σολομός, κοτόπουλο, όσπρια κ.α.) ½ λαχανικά και μια πηγή καλών λιπαρών (αβοκάντο, ξηροί καρποί κ.α)

Protein V LG HP LC SF €6,00

Ρύζι, φακές, ροζ χυμούς με παντζάρι, κόκκινο λάχανο, καρότο, sauce αβοκάντο, μαύρο σουσάμι, ψητός ηλιόσπορος

Superfood LG HP LC SF €6,00

Φιλέτο στήθος κοτόπουλο, βιολογική κινόα, αποξηραμένα cranberries, φουντούκια, σάλτσα ροδιού, λάχανο, καρότο

Falafel V LG HP LC SF €6,00

Ρεβυθοκεφτέδες στο φούρνο, τορτίγια ολικής, κρέμα ψητής πιπεριάς, sauerkraut από κόκκινο λάχανο, στικ λαχανικών, mix σπόρων, κίτρινη sauce με γιαούρτι καρύδας και ταχίνι, mix πράσινων λαχανικών

Pasta V LC SF €6,00

Πέννες ολικής με κρέμα κόκκινης πιπεριάς, veggie παρμεζάνα, λαχανικά, αβοκάντο, mix πράσινων λαχανικών και dressing εσπεριδοειδών.

Burgers

Bean Burger V HP LC SF €6,00

Χειροποίητο μπιφτέκι από φασόλια, μαγιονέζα τόφου με αβοκάντο και κουκουνάρι, καραμελωμένα κρεμμύδια, ρόκα, ντομάτα

Chicken Burger HP LC SF €7,00

Μπιφτέκι από βιολογικό κοτόπουλο, τυρί, κρέμα πιπεριάς, αβοκάντο, iceberg, ντομάτα, σε χειροποίητο ψωμί ολικής. Συνοδεύεται με σαλάτα εποχής

Cocktails

Aperol spritz €5,00

Aperol, soda, Prosecco, orange zest

Otto's Spritz €5,00

Otto's Athens vermouth, Aperol, grapefruit soda

Mai Tai €6,00

Λευκό και μαύρο παλαιωμένο ρούμι, Cointreau, orgeat sirup, lime

Mojito €6,00

Ρούμι, καστανή ζάχαρη, lime, soda, δυόσμος

Margarita €6,00

Cointreau, tequila, lime, αλάτι

Λευκό Κρασί (Φιάλη)

Οινόπολις, Οινοθήκη Κρούσкас €10,00
UNI BLANC, ΡΟΔΙΤΗΣ, ΜΟΣΧΑΤΟ

Semeli Μαντίνεια €19,00
ΜΟΣΧΟΦΙΛΕΡΟ

Άδολη Γης, Chardonnay €23,00
ΑΣΠΡΟΥΔΙ, ΛΑΓΟΡΘΙ, ΡΟΔΙΤΗΣ

Ροζέ Κρασί (Φιάλη)

Οινόπολις, Οινοθήκη Κρούσкас €10,00
ΜΕΡΑΟΤ

Petit Fleur, Παρπαρούσης €22,00
ΗΜΙΓΛΥΚΟ, ΣΙΔΕΡΙΤΗΣ

Άδολη Γης €19,00
CABERNET SAUVIGNON

Κόκκινο Κρασί (Φιάλη)

Οινόπολις, Οινοθήκη Κρούσкас €10,00
ΑΓΙΩΡΓΙΤΙΚΟ, CABERNET, ΜΑΥΡΟΔΑΦΝΗ

Semeli Ορεινός Ήλιος €19,00
SYRAH, ΑΓΙΩΡΓΙΤΙΚΟ

Μερκούρη Κτήμα €23,00
ΜΑΥΡΟΔΑΦΝΗ, REFOSCO

Ποτήρι

Οινόπολις, Οινοθήκη Κρούσкас €4,00

Prosecco, Αφρώδης οίνος €4,00

Beers

Estrella Damm Barcelona Draft Small €3,00
ALC. 4,6%

Estrella Damm Barcelona Draft Large €4,00
ALC. 4,6%

Toul's The Return, Pale Ale €6,00
ΦΙΑΛΗ 330 ML • ALC. 5,0%

Κυκάω Herbal Saison €6,00
Mountain tea, lavender & cinnamon notes
ΦΙΑΛΗ 330 ML • ALC. 7,5%

Κυκάω Robust Porter €6,00
Roasted bitter, coffee & bitter chocolate notes
ΦΙΑΛΗ 330 ML • ALC. 7,0%

Νήσος Pilsner €4,00
ΦΙΑΛΗ 330ML • ALC. 5%

Corfu Red Ale Special €5,00
ΦΙΑΛΗ 330ML • ALC. 5%

Erdinger Weissbier €4,50
ΦΙΑΛΗ 330 ML • ALC. 5,3%

Μάμος Pilsner €3,50
ΦΙΑΛΗ 500ML • ALC. 5%

Fix Άνευ Low Alcohol €3,00
ΦΙΑΛΗ 330 ML • ALC. 0.5%, 49,5 KCAL

Όλα τα πιάτα μας παρασκευάζονται καθημερινά από εμάς με εκλεκτές πρώτες ύλες (και όσο μπορούμε βιολογικές!) και είναι διαθέσιμα μέχρι εξαντλήσεως! Χρησιμοποιούμε βιολογικό ελαιόλαδο ψυχρής έκθλιψης και δεν ξεπερνάμε την 1κ.σ. ανά μερίδα. Τα αυγά είναι βιολογικά. Τα αποξηραμένα φρούτα που χρησιμοποιούμε είναι χωρίς πρόσθετη ζάχαρη και τα καρποβούτυρα από 100% ξηρούς καρπούς βιολογικής καλλιέργειας. Το ψωμί είναι χειροποίητο ολικής χωρίς ζάχαρη και συντηρητικά. Αν έχετε αλλεργία σε κάποιο τρόφιμο ή κάποια ιδιαίτερη διατροφική προτίμηση, παρακαλούμε ενημερώστε μας εκ των προτέρων!



Η κουζίνα
κλείνει στις 22.00



Τα ημέρας και οι σούπες
σερβίρονται από τη 13.00



Wifi: rubiks2018

- V** Vegan
- LG** Low in Gluten
- HP** High in Protein
- LC** Low in Calories
- SF** Sugar Free



BRING YOUR OWN CUP!

-€0,20 έκπτωση

Κάθε φορά που χρησιμοποιείτε τη δική σας κούπα σε take-away!

RubiksPatra



rubiks_patra

Αγορανομικά υπεύθυνη: Σοφία Παππά