



Limited Edition Salads

- Ντάκος** by The Salad Project..... €7.⁹⁰
Παξιμάδια λαδιού Κρήτης, ντομάτα, φέτα Π.Ο.Π, καπαρόφυλα, ελιές καλαμών, ρίγανη κι εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο Κρήτης.
- Strawberry Bliss** €8.⁵⁰
Μαρούλι, φρέσκιες φράουλες, παξιμάδια, κατακίσιο τυρί, βασιλικό κουνιάκι, κρεμμυδάκι ξερό, δυόσμος και vinaigrette Μπαλσάμικο.
- Healthy Me** €8.²⁰
Μαρούλι, καρότο, λάχανο λευκό, τριμμένη παρμεζάνα, φιλέτο ψητής γαλοπούλας, αυγό, Vinaigrette Λεμονιού και dressing Μέλι – Μουστάρδα.
- F-Eat** €8.⁵⁰
Πέννες, ανθότυρο, φιλέτο ψητής γαλοπούλας, κουκουνάρι, τοματίνια, σπανάκι baby και Vinaigrette φρέσκου βασιλικού.
- Chick Peace** €7.⁹⁰
Ρεβύθια, αγγουράκι, κατακίσιο τυρί, βασιλικό κουνιάκι, φρέσκος δυόσμος, πιπεριές χρωματιστές, ξύσμα λεμονιού, Vinaigrette Μουστάρδας με φρέσκα μυρωδικά.

Frozen Smoothies

- Strawberry Banana**..... €4.⁹⁰
Φράουλες, μπανάνα, γάλα σόγιας με γεύση βανίλια, βρώμη, μέλι.
- Chocolate Crush** €4.⁹⁰
Μπανάνα, κακάο, γάλα αμυγδάλου, μέλι, σταγόνες μαύρης σοκολάτας.
- Snickers** €4.⁹⁰
Μπανάνα, φυστικοβούτυρο, γάλα αμυγδάλου, κακάο και Μέλι.

Παγωτό #nosugar

- Βανίλια (120γρ)**..... €4.²⁰
Κρέμα καρύδας, μέλι, αλάτι ιμαλαίων, βανίλια.
- Φράουλα (120γρ)** €3.⁹⁰
Κρέμα Καρύδας, Μέλι, Φράουλες.
- Σοκολάτα (120γρ)** €4.²⁰
Κρέμα Καρύδας, σταγόνες μαύρης σοκολάτας και κακάο.

(Δεν υπάρχει η δυνατότητα συνδυασμού γεύσεων)



Healthy Living



THE SALAD PROJECT™

Χρησιμοποιούμε νέες οικολογικές βιοδιασπώμενες συσκευασίες, προσπαθώντας να μειώσουμε το αποτύπωμα μας στο περιβάλλον.

Παρακαλούμε ενημερώστε το προσωπικό της επιχείρησης για τυχόν αλλεργίες ή δυσανεξίες που μπορεί να έχετε, το μενού μας μπορεί (ή είναι πιθανό) να περιέχει ίχνη από αλλεργιογόνες ουσίες οι οποίες μπορεί να σας προκαλέσουν αλλεργία ή δυσανεξία.



THE SALAD PROJECT™



Απολάυστε τις αυθεντικές μας γεύσεις πληρώνοντας γρήγορα και εύκολα με κρεωστική ή πιστωτική κάρτα στο ασύρματο POS στην πόρτα σας. Ενημερώστε μας με την παραγγελία σας αν επιθυμείτε να πληρώσετε με κάρτα.



Μην το πετάς. Ανακύκλωσέ το!

| | |
|--|--|
| Spring - Summer 2022 | www.thesaladproject.gr |
| Follow us > FB&Inst> @saladproject | ORDER ONLINE |
| Chef: Αλέξανδρος Σαρακός | Ανέπαφη Παράδοση 210.92.41.402 |
| contact@thesaladproject.gr | Λεωφ. Ανδρέα Συγγρού 13, Αθήνα Δευτ. – Παρ.: 09:00 – 17:00 |

Οι τιμές ενδέχεται να αλλάξουν χωρίς προειδοποίηση.

| |
|--|
| www.thesaladproject.gr |
| ORDER ONLINE |
| Ανέπαφη Παράδοση 210.92.41.402 |
| Λεωφ. Ανδρέα Συγγρού 13, Αθήνα Δευτ. – Παρ.: 09:00 – 17:00 |

Chef Designed Salads

Pasta Salads

Salmon Eat Is €9⁵⁰
Πέννες ολικής, μαρούλι, καπνιστός σολωμός, αγγούρι, χρωματιστές πιπεριές, κρεμμυδάκι φρέσκο, λιναρόσπορο, άνιθο, ξύσμα λεμονιού και dressing Honey-Lime.

Crispy Chicken Pasta €8⁵⁰
Πέννες ολικής, κοτόπουλο πανέ, σπανάκι baby, νιφάδες φέτας, τοματίνια, κρεμμυδάκι φρέσκο και dressing Γιαουρτιού με Κεφίρ.

Pasta & Chicken €7⁹⁰
Πέννες, καλαμπόκι, ψιλοκομμένο καρότο, ψητό φιλέτο κοτόπουλο, παρμεζάνα και η δική μας μοναδική Caesar's sauce.

Balance €8²⁰
Πέννες ολικής αλέσεως, ψητό φιλέτο κοτόπουλο, αγγουράκι, flakes γραβιέρας Κρήτης, λευκό καβουρδισμένο σουσάμι και dressing Μέλι- Μουστάρδα.

Buddha Bolws

Super Energy €7⁹⁰
Αγγιόρυζο, ντομάτα, ρεβύθια, αβοκάντο, φέτα Π.Ο.Π, καλαμπόκι, κρεμμύδι ξερό, μαιντανό και Vinaigrette Λεμονιού

Muscle Building €8⁹⁰
Iceberg, πέννες ολικής, ψητό φιλέτο κοτόπουλο, διπλό ασπράδι αυγού, καλαμπόκι, κόκκινη και λευκή quinoa, λιναρόσπορος, ηλιόσπορος, και dressing Γιαουρτιού με κεφίρ.

Zen €9⁵⁰
Ανάμικτα baby λαχανικά, αβοκάντο, μάνγκο, γαρίδες, τοματίνια, κόκκινη και λευκή κινόα και dressing Honey – Lime.

Signature Salads

Caesar's By The Salad Project €8²⁰
Iceberg, ψητό φιλέτο κοτόπουλο, flakes παρμεζάνας, καλαμπόκι, κρουτόν τортίγιας, και η δική μας Caesar's sauce.

Parmesan Crusted Chicken €8⁵⁰
Iceberg, κοτόπουλο πανε, φιλέτο πορτοκαλιού, αμύγδαλα, αποξηραμένα cranberries, καβουρδισμένο σουσάμι και dressing Μέλι – Μουστάρδα.

Weight Loss €7⁹⁰
Iceberg, πράσινο μήλο, φέτα χαμηλών λιπαρών, καρύδια, καπνιστή γαλοπούλα, αποξηραμένα cranberries και Vinaigrette Λεμονιού.

Vegetarian Salads

King Salmon €9⁵⁰
Iceberg με καπνιστό σολωμό, λευκή και κόκκινη κινόα, αβοκάντο, σκινόπρασσο, φιστίκια Αιγίνης, άνιθο και dressing Μέλι – Μουστάρδα.

Φακοσαλάτα Με Λαχανικά €7⁵⁰
Φακές, δροσερό αγγουράκι, κύβοι χρωματιστής πιπεριάς, νιφάδες φέτας, ψιλοκομμένος μαιντανός και Vinaigrette Λεμονιού.

VeganLicious €8²⁰
Κόκκινη και λευκή κινόα, ρεβύθια, αβοκάντο, κρεμμύδι ξερό, καβουρδισμένα αμύγδαλα, κρουτόν, baby σπανάκι και το δικό μας μοναδικό Vegan Caesar's Dressing.

Make Your Own Salad

Βήμα 1

Βάση σαλάτας + 3 standard free υλικά

- The Salad Project Mix (ανάμικτα πράσινα λαχανικά) €5⁹⁰
- Μαρούλι €5⁵⁰
- Iceberg €5⁵⁰
- Πέννες €5⁵⁰
- Πέννες Ολικής €5⁹⁰
- Quinoa €5⁹⁰
- Σπανάκι Baby €5⁹⁰
- Φακές €5⁹⁰

Βήμα 3

Διαλέξτε premium Υλικά

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ & ΚΡΕΑΣ | ΦΡΟΥΤΑ & ΛΑΧΑΝΙΚΑ |
| Μοσχάρι πικάνια €3 ⁵⁰ | Φράουλες €1 ⁵⁰ |
| Κοτόπουλο ψητό €2 ⁹⁰ | Αβοκάντο €1 ⁵⁰ |
| Κοτόπουλο Πανέ €3 ²⁰ | Τοματίνια €1 ⁵⁰ |
| Καπνιστή Γαλοπούλα €2 ⁰⁰ | Καπαρόφυλλο €1 ⁰⁰ |
| | Mango €1 ⁰⁰ |
| ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ | ΤΥΡΙΑ |
| Τόνος €3 ⁵⁰ | Milner €2 ⁰⁰ |
| Γαρίδες €3 ⁵⁰ | Παρμεζάνα €2 ⁰⁰ |
| Καπνιστός Σολωμός €3 ⁵⁰ | Φέτα €2 ⁰⁰ |
| ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ | Γραβιέρα €2 ⁰⁰ |
| Κάσιους €1 ⁰⁰ | Ανθότυρο €2 ⁰⁰ |
| Cranberries €1 ⁰⁰ | SUPERFOODS |
| Φιστίκια Αιγίνης €1 ⁵⁰ | Quinoa €1 ⁰⁰ |
| Αμύγδαλα €1 ⁰⁰ | Godji Berries €1 ⁰⁰ |
| Καρύδια €1 ⁰⁰ | Λιναρόσπορος €1 ⁰⁰ |
| Κουκουνάρι €1 ⁵⁰ | Chia Seeds €1 ⁰⁰ |

Βήμα 2

3 free υλικά (κάθε extra υλικό +0.60€)

- | | |
|---------------|----------------------|
| Αγγούρι | Κρεμμύδι Φρέσκο |
| Ασπράδι Αυγού | Κρουτόν |
| Αυγό | Λάχανο Λευκό |
| Βαλεριάνα | Λάχανο Κόκκινο |
| Δούσμο | Ντομάτα |
| Ελιές Καλαμών | Πιπεριές χρωματιστές |
| Καρότο | Πορτοκάλι |
| Καλαμπόκι | Ρεβύθια |
| Κρεμμύδι Ξερό | |

Βήμα 4

Διαλέξτε The Salad Project Dressing

- Vinaigrette Βασιλικού
- Γιαουρτιού με Sriracha
- Honey Lime
- Caesar's
- Γιαουρτιού με Κεφίρ
- Avocado Lemon
- Μέλι Μουστάρδα
- Vinaigrette Μπαλσάμικο
- Μουστάρδα με Μυρωδικά
- Vinaigrette Λεμονιού
- Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο
- Ελαιόλαδο - Ξύδι
- Ελαιόλαδο - Λεμόνι

Τηλεφωνική παραγγελία
210.92.41.402
 Δευ. – Παρ.: 09:00 – 17:00

ORDER ONLINE
www.thesaladproject.gr

Your Food is your Medicine!

The Breakfast Project

Wrap Meals

Τορτίγια Πολύσπορη XL 30cm
Fresh Fix €5⁹⁰
Τορτίγια πολύσπορη XL με καπνιστή γαλοπούλα, μαρούλι, λάχανο λευκό, καρότο, παρμεζάνα και dressing Μουστάρδας με Μυρωδικά.

Taste Madness €5⁵⁰
Τορτίγια πολύσπορη XL, μαρούλι, ρεβύθια, ντομάτα, αβοκάντο, αγγούρι, καλαμπόκι, κρεμμύδι ξερό και dressing Μουστάρδας με Μυρωδικά.

Caesar's Wrap €5⁵⁰
Τορτίγια πολύσπορη XL με ψητό κοτόπουλο, μαρούλι, καλαμπόκι, κρουτόν τортίγιας, flakes παρμεζάνας και Caesar's sauce.

Chicken Wrap €5⁵⁰
Τορτίγια πολύσπορη XL με ψητό κοτόπουλο, φέτα, αγγούρι και dressing Γιαουρτιού με Κεφίρ.

Health Revolution Wrap €5⁹⁰
Τορτίγια με iceberg, ψητό κοτόπουλο, Quinoa, αβοκάντο, ανθότυρο, κρουτόν τортίγιας και dressing Μέλι Μουστάρδα.

Ομελέτες**

Fitness Boost €5⁵⁰
Ομελέτα με σπανάκι, γαλοπούλα, φέτα & δούσμο.

Morning Boost €5⁵⁰
Ομελέτα με γαλοπούλα, milner και πιπεριές χρωματιστές.

Energy Bowls

Ελληνικό Γιαούρτι 2% (250γρ.) €3⁹⁰
Φρούτα εποχής και θυμαρίσιο μέλι.

Ελληνικό Γιαούρτι 2% (250γρ.) €4⁹⁰
Granola, μέλι, βρώμη, αμύγδαλα, ηλιόσποροι, φιστίκια αιγίνης και μπισκότα digestive.

Κρέμα Βρώμης Με Σοκολάτα και Κακάο €3⁹⁰
Γάλα αμυγδάλου, κακάο και μέλι. Topping αμύγδαλα, φράουλες και σταγόνες μαύρης σοκολάτας.

Κρέμα Βρώμης με Φυστικοβούτυρο €3⁹⁰
Γάλα αμυγδάλου, φυστικοβούτυρο, κακάο και μέλι. Topping φουντούκια, μπανάνα και φιστίκια αιγίνης.

Φρέσκια Φρουτοσαλάτα (250γρ.) €4⁵⁰
Με φρέσκα φρούτα εποχής.

Toast & More

Egg & Avocado Sandwich €3⁹⁰
Ψωμί σίκαλης, βιολογικά αυγά με κουρκουμά, αβοκάντο και ανθότυρο χαμηλών λιπαρών.

Warm As A Toast €2⁵⁰
Φρέσκο ψωμί σίκαλης, κίτρινο τυρί χαμηλών λιπαρών και καπνιστή γαλοπούλα.

Κουλούρι €2⁹⁰
Κουλούρι αφράτο πολύσπορο με Γαλοπούλα & Ανθότυρο.

Μπάρες Ενέργειας

Αμυγδαλοβούτυρο - Σοκολάτα €2⁹⁰
Αμύγδαλα, μέλι, αλεύρι καρύδας, αμυγδαλοβούτυρο, μαύρη σοκολάτα

Αλατισμένη Καραμέλα €2⁹⁰
Κάσιους, βασιλικό κουρμάδες, καρύδα, αλάτι μαλαίων.

Φράουλα €2⁹⁰
Αμύγδαλα, βασιλικό κουρμάδες, αποξηραμένα σύκα, φράουλα.

Φυστίκια Αιγίνης – Κράνμπερι €2⁹⁰
Φιστίκια αιγίνης, αμύγδαλα, κάσιους, μέλι, cranberries και λευκή σοκολάτα.

Fresh Juices #nosugar

Φυσικός Χυμός Πορτοκάλι €2⁵⁰
Simply Raw €3⁵⁰
Πορτοκάλι, μήλο, καρότο.

Protein Power Boost €3⁹⁰
Ανανάς, πράσινο μήλο, μπανάνα, πράσινη σπιρουλίνα.

Golden girl €3⁵⁰
Πράσινο μήλο, καρότο, τζιντζερ.

Miss Hawai €3⁹⁰
Πράσινο μήλο, ανανάς, φράουλα, μέντα.

Don Caprese €3⁹⁰
Πράσινο μήλο, φράουλα, βασιλικός, μπανάνα.

Coffee

Espresso Μονό | Διπλό €1⁶⁰ | €1⁹⁰

Caruccino Μονό | Διπλό €1⁸⁰ | €2¹⁰

Espresso Freddo €2⁰⁰

Caruccino Freddo €2¹⁰

Vegan Caruccino Μονό €2¹⁰

Vegan Caruccino Διπλό €2⁵⁰

Vegan Caruccino Freddo €2⁵⁰

Coca Cola Light | Zero €1⁵⁰

Ανθρακούχο Νερό €1⁵⁰

Φυσικό Μεταλλικό Νερό

MINOA 750ml €0⁹⁰

Χάρτινη Οικολογική Συσκευασία



- Νέο προϊόν
- Vegetarian
- Vegan
- Χωρίς γλουτένη
- Superfood
- Χωρίς γαλακτομικά
- Pescaterian
- Mid Hot

* Συνοδεύονται από ψωμάκι ολικής
** Θα διατίθενται μέχρι 15:00