

Supersalads

- 1 Φακοσαλάτα με καπνιστή ρέγγα** 4,00 €
φακές, καπνιστή ρέγγα, φρέσκο κρεμμύδι, ελαιόλαδο, λεμόνι, ψητή κόκκινη πιπεριά, αγγουράκι τουρσί, wakame, άνηθος, αλάτι, πιπέρι
- 2 Ρεβυθοσαλάτα με καπνιστό σκουμπρί** 4,00 €
ρεβύθια, καπνιστό σκουμπρί, ξερό κρεμμύδι, ελαιόλαδο, χυμός λεμονιού, kombu, μαντζουράνα, αλάτι, πιπέρι
- 3 Σαλάτα ψητών λαχανικών με σως γιαουρτιού** 4,60 €
μελιτζάνα, κολοκυθάκι, μανιτάρι, πιπεριά, κρεμμύδι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, σως γιαουρτιού
- 4 Σαλάτα ψητών λαχανικών με dressing βαλσάμικο & γραβιέρα** 4,90 €
μελιτζάνα, κολοκυθάκι, μανιτάρι, πιπεριά, κρεμμύδι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, dressing βαλσάμικο, τριμμένη γραβιέρα
- 5 Κινόα με καπνιστή πέστροφα** 5,50 €
κινόα, καπνιστή πέστροφα, sea spaghetti, μους ταραμά, ξερό κρεμμύδι, φρέσκος άνηθος



«Το πιάτο Κινόα με καπνιστή πέστροφα έχει διακριθεί στο διεθνή έγκριτο διαγωνισμό Great Taste Awards 2019 με δύο αστέρια.»

Supersalads

- 6 Πανδαισία** 5,60 €
σαλάτα πράσινη, σαλάτα κόκκινη, μαρούλι iceberg, φρέσκο κρεμμύδι, τοματίνια, dulce, καρύδι, cranberries, dressing πορτοκαλιού
- 7 Πλιγούρι με τόνο Αλοννήσου** 5,90 €
πλιγούρι σίτου, φιλέτο τόνου Αλοννήσου, χυμός πορτοκαλιού, χυμός λεμονιού, ελαιόλαδο, sea spaghetti, ξερό κρεμμύδι, ξύσμα πορτοκαλιού, δυόσμος, μαϊντανός, μαντζουράνα, αλάτι
- 8 Τονοσαλάτα ζυμαρικών** 7,90 €
πέννες ολικής άλεσης, ψητές κόκκινες πιπεριές, φιλέτο τόνου Αλοννήσου, τοματίνια, ελιές, μαϊντανός, ελαιόλαδο, ξύδι, αλάτι, πιπέρι
- 9 Σαλάτα Niçoise** 8,90 €
μαρούλι iceberg, σαλάτα πράσινη, σικορέ, πατάτα, φασολάκια, αυγό, τοματίνια, τόνος, ελιές, φρέσκος άνηθος, αλάτι, πιπέρι, dressing μουστάρδας Dijon

Συνοδευτικά

- Κρακεράκια σίκαλης** 1,50 €
αλεύρι σίκαλης, αλεύρι σίτου, ελαιόλαδο, kombu, dulce, αλάτι, πιπέρι

2103001564

delitas®

γεύματα ενέργειας

τηλέφωνο delivery

210 28 36 006

Δευ - Παρ: 11:00 – 18:00

Σαβ – Κυρ: κλειστά

Ηλέκτρας Αποστόλου 62-64, Ν. Ηράκλειο

ελάχιστη παραγγελία 5€

DELITAS.GR

delitas_fresh



delitas.gr

Οι τιμές μπορεί να αλλάζουν χωρίς προειδοποίηση και περιλαμβάνουν όλες τις νόμιμες επιβαρύνσεις. Αγοραστικός υπεύθυνος: Νίκος Παράσεσσουλάς

delitas®

γεύματα ενέργειας

ONLINE
ΕΚΠΤΩΣΗ

10%

ΜΕ ΚΑΘΕ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΑ
ΑΠΟ ΤΟ DELITAS.GR
& ΤΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΣ
ΣΤΟ FACEBOOK

Supersalads, Smoothies & Juices
DELIVERY MENU

Σάντουιτς

- 1 Μπαγκετάκι πολύσπορο με χούμους και πέστροφα** 3,50 €
μπαγκετάκι πολύσπορο, χούμους, πέστροφα, τοματίνι, αγγούρι, ρόκα
- 2 Μπαγκέτο μαύρο με ψητά λαχανικά και σως γιαουρτιού** 3,80 €
μπαγκέτο μαύρο, μελιτζάνα, κολοκυθάκι,μανιτάρι, πιπεριά, κρεμμύδι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, σως γιαουρτιού
- 3 Μπαγκετάκι πολύσπορο με ψητά λαχανικά, γραβιέρα και ξύδι βαλσάμικο** 3,90 €
μπαγκετάκι πολύσπορο, μελιτζάνα, κολοκυθάκι,μανιτάρι, πιπεριά, κρεμμύδι, ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι, ξύδι βαλσάμικο, γραβιέρα
- 4 Μπαγκέτο μαύρο με ανθότυρο και ψητή πιπεριά** 4,50 €
μπαγκέτο μαύρο με ηλιόσπορο, ανθότυρο, κόκκινη ψητή πιπεριά, άνηθος, ελιές, βαλεριάνα, αγγούρι
- 5 Τσιαπατάκι σίκαλης με σολωμό** 5,90 €
τσιαπατάκι σίκαλης, καπνιστός σολωμός, τυρί κρέμα, τοματίνι, άνηθος, ρόκα

Χειροποίητες μπάρες ενέργειας

- 1 Mon cherry** 1,60 €
χουρμάς, κεράσι, ηλιόσπορος, κολοκυθόσπορος, βρώμη, μέλι
- 2 Sweet raisin** 1,70 €
σταφίδες, καφές, αμύγδαλο, φυστίκι Αιγίνης, σουσάμι, βρώμη
- 3 Strawberry & Coconut** 1,90 €
χουρμάς, φράουλα, καρύδα, αμύγδαλο, βρώμη, μέλι
- 4 Cocoa booster** 2,00 €
κακαό, ταχίνι, μέλι, βρώμη, cranberries, φυστίκια Αιγίνης, φουντούκι, καρύδια, δημητριακά
- 5 Energy +++** 2,00 €
σοκολάτα με στέβια, ταχίνι, μέλι, βρώμη, cranberries, φυστίκια Αιγίνης, φουντούκι, καρύδια, δημητριακά

ONLINE
ΕΚΠΤΩΣΗ

10%

ΜΕ ΚΑΘΕ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΑ
ΑΠΟ ΤΟ DELITAS.GR
& ΤΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΣ
ΣΤΟ [FACEBOOK](https://www.facebook.com/delitas)

Energy bowls

- 1 Γιαούρτι με φρούτα** 2,30 €
γιαούρτι 2%, μέλι, μπανάνα, μήλο, αχλάδι, κανέλα
- 2 Φρουτοσαλάτα με καρύδια και cranberries** 3,00 €
μήλο, αχλάδι, φρούτο εποχής, ανανάς, ακτινίδιο, καρύδι, cranberries, κανέλα, dressing εσπεριδοειδών
- 3 Γιαούρτι με μέλι και καρύδια** 3,40 €
γιαούρτι 2%, μέλι, καρύδια
- 4 Red smoothie bowl** 3,60 €
μπανάνα, βατόμουρο, πατζάρι, γκρανόλα, αμύγδαλο

Cold pressed χυμοί

- 1 Vitamine U!** 2,50 €
λάχανο, λεμόνι, πατζάρι, καρότο
- 2 My purple friend** 2,80 €
μήλο, πατζάρι, λεμόνι
- 3 Super detox** 3,10 €
πράσινο μήλο, ακτινίδιο, αγγούρι, σπανάκι, σέλερυ, дуόσμος
- 4 Full radiance** 3,10 €
αχλάδι, μπανάνα, λεμόνι

Smoothies

- 1 Popeye's favorite** 3,00 €
σπανάκι, μπανάνα, γάλα, τσάι μάτσα, μέλι
- 2 Oh la la** 3,10 €
μπανάνα, κακάο, φυστικοβούτυρο, γάλα
- 3 Lovely strawberry** 4,90 €
φράουλες, γιαούρτι, μέλι, λεμόνι

Καφέδες - Νερό

- 1 Espresso** 1,00 €
- 2 Espresso διπλός** 1,60 €
- 3 Freddo Espresso** 1,70 €
- 4 Cappuccino** 1,90 €
- 5 Freddo Cappuccino** 1,90 €
- 6 Νερό 500ml** 0,50 €