

## Τιμοκατάλογος εγχώριων προϊόντων – Φεβρουάριος 2023

Τα προϊόντα των εγχώριων παραγωγών και συνεταιρισμών είναι πιστοποιημένες βιολογικής **B** ή φυσικής καλλιέργειας **A** ή μεταποιημένα με παραδοσιακές μεθόδους από τοπικές πρώτες ύλες. Τα προϊόντα που εμφανίζονται με γκρι γράμματα δεν είναι διαθέσιμα αυτή την περίοδο.

### Αλάτι ανεπεξέργαστο – υποκατάστατα αλατιού

ΑΛΑΤΙ Κρήτης (ανθός) φυσικό ανεπεξέργαστο χύμα/κιλό	4,10
ΑΛΑΤΙ Μεσολογγίου ανεπεξέργαστο σε μύλο με καπνιστό πιπέρι Αρίδαιας 90γρ.	3,90
ΑΛΑΤΙ Μεσολογγίου ανεπεξέργαστο σε μύλο με 5 βότανα (βιολογική ρίγανη, θυμάρι, μαντζουράνα, δυόσμος, δεντρολίβανο) 90γρ.	3,90
ΑΛΑΤΙ Μεσολογγίου αφρίνα φυσική 150γρ.	2,50
ΑΛΑΤΙ Μεσολογγίου ανεπεξέργαστο σε μύλο 94γρ.	2,50
ΑΛΑΤΙ Μεσολογγίου ανεπεξέργαστο φιλό 800γρ. / ημίχοντρο 800γρ.	1,70
ΑΛΑΤΙ Μεσολογγίου ανεπεξέργαστο χονδρό 1000γρ.	1,55
ΑΛΑΤΙ Μάνης (Ταίναρο, ανθός) φυσικό ανεπεξέργαστο 200γρ.	3,05
ΚΡΥΣΤΑΛΛΟΙ ΑΛΑΤΙΟΥ Μεσολογγίου ανεπεξέργαστοι, για ποδόλουτρο 1000γρ.	3,30

### Αλευρα

<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΒΡΩΜΗΣ ολικής άλεσης 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	1,95
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΖΕΑΣ ολικής άλεσης 1000γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	4,40
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙΟΥ 1000γρ., “Καλλιέργειες Τριγώνη”	2,35
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΚΑΝΝΑΒΗΣ 250γρ., “Συνετ. Kannabio”	5,00
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΑΠΟ ΚΕΧΡΙ 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	3,10
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΚΡΙΘΙΝΟ ολικής άλεσης 1000 γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	2,20
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΡΕΒΥΘΙΟΥ 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	2,95
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΣΙΚΑΛΗΣ ολικής άλεσης 1000 γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	2,70
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΣΙΤΟΥ μαλακό 1000 γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	2,85
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΣΙΤΟΥ σκληρό ολικής άλεσης 1000 γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	2,55
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΣΙΤΟΥ ολικής άλεσης μίγμα 1000 γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	2,55
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΣΙΤΟΥ για όλες τις χρήσεις (τύπου Μ) 1000γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	2,90
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΣΙΤΟΥ κίτρινο χωριάτικο 1000 γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	2,80
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΣΙΤΟΥ για όλες τις χρήσεις ποικιλ. σκληρόπετρα 1000γρ., “Το περιβόλι της Ειρήνης”	2,80
<b>b</b> ΑΛΕΥΡΙ ΦΑΓΟΠΥΡΟΥ ολικής άλεσης 1000γρ., “Το περιβόλι της Ειρήνης”	3,85
ΧΑΡΟΥΠΑΛΕΥΡΟ 300γρ., “Creta Carob”	2,35

### Αλίπαστα / Ψαρικά

ΑΝΤΖΟΥΓΙΕΣ Χίου φιλέτο, σε ηλιέλαιο 300γρ.	6,30
ΓΑΥΡΟΣ Χίου μαρινάτος, σε ηλιέλαιο 300γρ.	5,60
<b>b</b> ΓΑΥΡΟΣ Αιγαίου πελαγίσιος σε ελαιόλαδο 100γρ., “Think Green”	3,70
ΠΕΣΤΡΟΦΑ Καρπενησίου καπνιστή ολόκληρη σε vacuum/κιλό	18,60
ΠΕΣΤΡΟΦΑ Καρπενησίου καπνιστή φιλέτο σε vacuum/κιλό	26,00
ΡΕΓΓΑ Χίου καπνιστή, σε ηλιέλαιο 300γρ.	5,20
<b>b</b> ΣΑΡΔΕΛΛΕΣ Αιγαίου πελαγίσιες, σε ελαιόλαδο 100γρ., “Think Green”	3,45
ΣΚΟΥΜΠΡΙ Καλύμνου σε vacuum 170γρ., Γυναικείος Συνετ. Υπαπαντή	6,10
ΣΚΟΥΜΠΡΙ φιλέτο, σε ελαιόλαδο 110γρ., “Think Green”	4,90
ΣΚΟΥΜΠΡΙ Χίου φέτα, σε ηλιέλαιο 300γρ.	5,30
ΣΚΟΥΜΠΡΙ Χίου φιλέτο καπνιστό, σε ηλιέλαιο 300γρ.	6,20
ΣΟΛΩΜΟΣ Λακωνίας ποταμίσιος καπνιστός, φιλέτο σε vacuum/κιλό	57,82
ΣΟΛΩΜΟΣ Λακωνίας ποταμίσιος καπνιστός, φιλέτο μαριναρισμένος σε vacuum/κιλό	59,27
ΣΟΛΩΜΟΣ Λακωνίας ποταμίσιος καπνιστός, σε φέτες σε vacuum/κιλό	70,00
ΤΟΝΟΛΑΚΕΡΔΑ Χίου φιλέτο, σε ηλιέλαιο 300γρ.	7,00
ΤΟΝΟΣ Αλονήσσου σε νερό 340γρ.	10,40

	ΤΟΝΟΣ Αλονήσσου τρίμμα σε νερό 340γρ	8,30
	ΤΟΝΟΣ Αλονήσσου σε ηλιέλαιο 340γρ	10,70
	ΤΟΝΟΣ Αλονήσσου τρίμμα σε ηλιέλαιο 340γρ.	7,00
	ΤΟΝΟΣ Αλονήσσου σε εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο 340γρ.	11,70
	ΤΟΝΟΣ Καλύμνου λευκός βραστός, σε ηλιέλαιο 280γρ., "Γυναικείος Συνετ. Υπαπαντή"	8,90
	ΤΟΝΟΣ Καλύμνου λευκός καπνιστός σε vacuum/κιλό	46,00
	ΤΟΝΟΣ Καλύμνου κόκκινος καπνιστός σε vacuum/κιλό	45,20
b	ΤΟΝΟΣ λευκός (βιώσιμη αλιεία) σε εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο 160γρ., "Think Green"	5,30
b	ΤΟΝΟΣ λευκός (βιώσιμη αλιεία) σε νερό βοτάνων 150γρ., "Think Green"	3,90
b	ΤΟΝΟΣ λευκός καπνιστός (βιώσιμη αλιεία) σε εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο 160γρ., "Think Green"	5,40
	ΤΣΙΡΟΣ Χίου μαρινάτος, σε ηλιέλαιο 300γρ.	6,20

### Αλλαντικά / κρέας

	ΚΑΒΟΥΡΜΑΣ Κερκίνης 100% βουβαλίσιο/κιλό	32,75
	ΚΑΒΟΥΡΜΑΣ Κερκίνης 65% βουβαλίσιο/κιλό	29,10
	ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ Κερκίνης 60% βουβαλίσιο, καπνιστό/κιλό	21,50
	ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ Κερκίνης 41% βουβαλίσιο – 30% χοιρινό, βραστό "Hot Buff"/κιλό	12,90
	ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ Κερκίνης 51% βουβαλίσιο – 36% χοιρινό, με 8% γραβιέρα Κρήτης/κιλό	18,20
	ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ Κερκίνης 60% βουβαλίσιο – 20% χοιρινό, πρασάτο/κιλό	15,40
	ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ Κερκίνης 82% βουβαλίσιο – χοιρινό, ριγανάτο/κιλό	15,40
	ΜΠΡΙΖΟΛΑ Κερκίνης 100% βουβαλίσια φιλεταρισμένη, καπνιστή 120γρ.	5,00
	ΣΑΛΑΜΙ Κερκίνης βουβαλίσιο με πρόσμιξη μοσχαρίσιου – χοιρινού κρέατος τύπου Σερρών/κιλό	21,20
	ΣΑΛΑΜΙ Κερκίνης 100% βουβαλίσιο, ημίξερο/κιλό	33,10

### Αρτοποιήματα: κριτσίνια / παξιμάδια / ψωμί

	ΚΑΥΚΑΛΑΚΙΑ κριθίνα, 400γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	2,70
	ΚΑΥΚΑΛΟ κριθίνο 800γρ., "Σφακιανός Φούρνος"	5,30
	ΚΑΥΚΑΛΟ 100% χαρουπιού 800γρ., "Σφακιανός Φούρνος"	5,20
	ΧΑΡΟΥΠΑΚΙΑ 400γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	3,30
	ΚΡΙΘΑΡΟΚΟΥΛΟΥΡΑ 850 γρ., "Σφακιανός Φούρνος"	4,50
	ΚΡΙΘΑΡΟΚΟΥΛΟΥΡΟ μεγάλο σε ξυλόφουρνο 600γρ., "Ξυλόφουρνος Αγ. Νεκταρίου"	3,55
	ΚΡΙΘΑΡΟΚΟΥΛΟΥΡΟ μικρό σε ξυλόφουρνο 550γρ., "Ξυλόφουρνος Αγ. Νεκταρίου"	3,55
	ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ ανάμεικτα, 250γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	2,70
b	ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ με βασιλικό και σκόρδο, vegan χωρίς ζάχαρη 140γρ., "Οικοπάλ"	2,30
b	ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ με λιναρόσπορο, vegan χωρίς ζάχαρη 140γρ., "Οικοπάλ"	2,30
	ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ με τυρί, 250γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	2,75
	ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ με χαρούπι 200γρ., "Creta carob"	2,90
	ΜΠΟΥΚΙΕΣ κριθίνες 400 γρ., "Σφακιανός Φούρνος"	4,20
	ΜΠΟΥΚΙΕΣ 100% χαρουπιού σε ξυλόφουρνο 550γρ., "Ξυλόφουρνος Αγ. Νεκταρίου"	3,45
	ΜΠΟΥΚΙΤΣΕΣ χαρουπιού 400γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	3,25
	ΜΠΟΥΚΙΤΣΕΣ με αλεύρι βρώμης και λιναρόσπορο 350γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	3,80
	ΜΠΟΥΚΙΤΣΕΣ με φαγόπυρο, βρώμη και κριθάρι 400γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	3,25
	ΜΠΟΥΚΙΤΣΕΣ με κριθίνο αλεύρι ολικής άλεσης, σταρένιο αλεύρι και αλεύρι σίκαλης, χωρίς αλάτι 350γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	3,20
	ΝΤΑΚΑΚΙ με λιναρόσπορο 400γρ., "Σφακιανός Φούρνος"	4,30
	ΝΤΑΚΑΚΙ πολύσπορο 400 γρ., "Σφακιανός Φούρνος"	4,60
	ΝΤΑΚΑΚΙ 100% χαρουπιού 400γρ., "Σφακιανός Φούρνος"	4,60
	ΝΤΑΚΟΣ κριθίνος 800γρ., "Γυναικείος Συνετ. Ιδαία γη"	3,70
b	ΛΑΔΟΠΑΞΙΜΑΔΟ Κυθήρων με θαλασσινό αλάτι 400γρ., "Astarti"	4,80
b	ΠΑΞΙΜΑΔΙ 100% βρώμης 400γρ., "Astarti"	4,70
b	ΠΑΞΙΜΑΔΙ από 100% δίκοκκο σιτάρι 400γρ., "Astarti"	4,70

<b>b</b>	ΠΑΞΙΜΑΔΙ 100% κριθίνο 400γρ., "Astarti"	4,40
	ΠΑΞΙΜΑΔΙ κριθίνο 800γρ., "Γυναικείος Συνετ. Ιδαία γη"	3,60
<b>b</b>	ΠΑΞΙΜΑΔΙ κριθίνο 350γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	3,90
	ΠΑΞΙΜΑΔΙ μιγάδι 800γρ., "Γυναικείος Συνετ. Ιδαία γη"	3,60
<b>b</b>	ΠΑΞΙΜΑΔΑΚΙ μιγάδι 500 γρ., "Συνετ. Από κοινού"	4,00
	ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ χαρουπιού 300γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	2,40
<b>b</b>	ΨΩΜΙ ζέας με αλεύρι ζέας από το Αγρόκτημα Αντωνόπουλου 500γρ., "Φούρνος Ψηλορείτη"	3,40
<b>b</b>	ΨΩΜΙ ΤΟΣΤ ζέας με αλεύρι ζέας από το Αγρόκτημα Αντωνόπουλου 300γρ., "Φούρνος Ψηλορείτη"	2,60
<b>b</b>	ΨΩΜΙ σίτου ολικής με αλεύρι σταρένιο ολικής από το Αγρόκτημα Αντωνόπουλου 500γρ., "Φούρνος Ψηλορείτη"	1,85
<b>b</b>	ΨΩΜΙ ΤΟΣΤ ολικής με αλεύρι σταρένιο ολικής από το Αγρόκτημα Αντωνόπουλου 300γρ., "Φούρνος Ψηλορείτη"	1,70
<b>b</b>	ΨΩΜΙ χωριάτικο με αλεύρι σταρένιο από το Αγρόκτημα Αντωνόπουλου 500γρ., "Φούρνος Ψηλορείτη"	1,85
	ΨΩΜΙ σταρένιο, με προζύμι 450-490γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	2,05
	ΨΩΜΙ κριθίνο, με προζύμι 450-490γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	2,05
	ΨΩΜΙ με χαρουπάλευρο, με προζύμι 450-490γρ., "Φούρνος Ψηλορείτης"	2,65

### Αποξηραμένα βότανα / Μπαχαρικά

	Αγριάδα 30γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,50
	Βαλεριάνα 40γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	2,10
	Βάλαμο 30γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	2,10
	Βασιλικός τριμμένος 40γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,20
	Γλυκάνισος 50γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,20
	Δάφνη 20γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,20
	Δεντρολίβανο 30γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,20
	Δίκταμο 20γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,90
	Δυόσμος τριμμένος 40γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,20
	Ευκάλυπτος 50γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,50
	Θρούμπι 40γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,90
	Θυμάρι 30γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,90
	Ιβίσκος 40γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	2,10
	Κρεμμύδι αποξηραμένο 70γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,20
	Λεβάντα 40γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	2,10
	Λουίζα 20γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,50
	Μαραθόσπορος 60γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,20
	Μαντζουράνα 34γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,90
	Μείγμα αποξηραμένων λαχανικών 30γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,90
	Μελισσόχορτο 20γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,90
	Μέντα άγρια 20γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,90
	Μολόχα 30γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	2,10
	Ρίγανη τριμμένη 30γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,50
	Σκόρδο αποξηραμένο 70γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,20
	Ταραξάκο 24γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	2,10
	Τήλιο 35γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,90
	Τσάι του βουνού Ταυγέτου 22γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,90
	Τσουκνίδα 20γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,70
	Φασκόμηλο 30γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,30
	Χαμομήλι 32γρ., "Λεύκη Ταυγέτου"	1,50
<b>b</b>	Αρώνια τριμμένη για τσάι 100γρ., "Συνετ. Κερκίνης Γη"	2,60
<b>b</b>	Δεντρολίβανο 40γρ., "Συνετ. Tierra"	2,10
<b>b</b>	Θυμάρι 40γρ., "Συνετ. Tierra"	2,40
<b>b</b>	Καλέντουλα 20γρ., "Συνετ. Tierra"	2,10
<b>b</b>	Λουίζα 12γρ., "Συνετ. Tierra"	2,10
<b>b</b>	Μαντζουράνα 20γρ., "Συνετ. Tierra"	2,10
<b>b</b>	Μείγμα βοτάνων για ρόφημα 30γρ., "Συνετ. Tierra"	2,50
<b>b</b>	Ρίγανη τριμμένη 30γρ., "Συνετ. Tierra"	2,40
<b>b</b>	Τήλιο 15γρ., "Συνετ. Tierra"	2,40
<b>b</b>	Χαμομήλι 30γρ., "Συνετ. Tierra"	2,50

	ΜΑΣΤΙΧΑ Χίου φυσική ανεπεξεργαστη – δάκρυα μεγάλο μεγ. 15γρ.	4,65
	ΜΑΣΤΙΧΑ Χίου φυσική ανεπεξεργαστη – δάκρυα μεσαίου μεγ. 8γρ.	2,75
<b>b</b>	ΠΑΠΡΙΚΑ γλυκιά καπνιστή Αριδαίας 100γρ., “Το περιβόλι της Ειρήνης”	3,50
<b>b</b>	ΡΟΔΟΠΕΤΑΛΑ Χίου αποξηραμένα 15γρ., “Τα Αγιοργούσικα”	3,85
	Βαλαμόχορτο για ρόφημα 30γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	2,20
	Βότανα “Δροσιά του βουνού” για τσάι (μελισσόχορτο, άγρια μέντα, φασκόμηλο) 30γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	2,20
	Βότανα του βουνού για τσάι (σιδερίτης, κυνόροδο, λουίζα, φασκόμηλο, λεβάντα) 35γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	3,20
	Βότανα του βουνού για τσάι (σιδερίτης, φασκόμηλο, μέντα, μελισσόχορτο, λεβάντα) 40γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	3,20
	Δάφνη 15 γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	2,50
	Μείγμα βοτάνων antidepress (βαλαμόχορτο, λαδάνια, μελισσόχορτο) 40γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	3,20
	Μείγμα βοτάνων για χαλάρωση (λουίζα, τίλιο, τσάι του βουνού) 40γρ. “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	3,20
	Μελισσόχορτο 35 γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	2,50
	Μέντα άγρια και καλλιεργημένη 30γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	3,20
	Τσάι του βουνού 30γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	2,50
	Φασκόμηλο 30γρ., “Καλλίδρομο μέλι και βότανα”	2,50

### **Γαλακτοκομικά / τυροκομικά / αυγά**

<b>b</b>	ΑΥΓΑ Κρήτης ελευθέρας βοσκής/τεμ., “Τσιμπραγός”	0,55
	ΒΟΥΤΥΡΟ από αιγοπρόβειο γάλα, αγνό κατάλληλο για μαγειρική και γλυκά 300γρ., “Συνετ. Μανταμάδου Λέσβου”	6,00
	ΒΟΥΤΥΡΟ από αιγοπρόβειο γάλα νωπό 500γρ., “Συνετ. Μανταμάδου Λέσβου”	6,85
	ΒΟΥΤΥΡΟ από αιγοπρόβειο γάλα φρέσκο 300γρ., “Παραμυθιάς”	5,05
	ΒΟΥΤΥΡΟ από αγελαδινό γάλα τύπου Κερκύρας 300γρ., “Παραμυθιάς”	5,05
<b>b</b>	ΒΟΥΤΥΡΟ κατσικίσιο ανάλατο 200γρ., “Το Χωριό της Κάρλας”	3,00
<b>b</b>	ΓΑΛΑ αγελαδινό πλήρες 1lt, “Γαϊτανίδης”	2,80
<b>b</b>	ΓΑΛΑ κατσικίσιο πλήρες 1lt, “Γαϊτανίδης”	3,40
<b>b</b>	ΓΙΑΟΥΡΤΙ γίδινο 200γρ., “Γαϊτανίδης”	2,15
<b>b</b>	ΓΙΑΟΥΡΤΙ κατσικίσιο 200γρ., “Το Χωριό της Κάρλας”	1,50
<b>b</b>	ΓΙΑΟΥΡΤΙ πρόβειο 200γρ., “Το Χωριό της Κάρλας”	1,50
<b>b</b>	ΓΙΑΟΥΡΤΙ πρόβειο χωρίς λακτόζη 200γρ., “Γαϊτανίδης”	1,80
<b>b</b>	ΓΙΑΟΥΡΤΙ κατσικίσιο light 1,5% 200γρ., “Το Χωριό της Κάρλας”	1,50
<b>b</b>	ΓΙΑΟΥΡΤΙ κατσικίσιο στραγγιστό 200γρ., “Το Χωριό της Κάρλας”	2,00
<b>b</b>	ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΚΕΦΙΡ στραγγιστό 180γρ., “Το Χωριό της Κάρλας”	2,30
<b>b</b>	ΚΕΦΙΡ από κατσικίσιο γάλα 330γρ., “Το Χωριό της Κάρλας”	2,30
<b>b</b>	ΚΕΦΙΡ από κατσικίσιο γάλα με σπόρους chia και πρεβιοτικά 240γρ., “Το Χωριό της Κάρλας”	2,30
<b>b</b>	ΚΡΕΜΑ από κατσικίσιο γάλα 180γρ., “Γαϊτανίδης”	2,15
<b>b</b>	ΡΥΖΟΓΑΛΟ από αγελαδινό γάλα 180γρ., “Γαϊτανίδης”	2,00

### **ΤΥΡΙΑ**

	ΑΝΘΟΤΥΡΟ Κρήτης κατσικίσιο ημίξηρο/κιλό, “τυροκομείο Κωστάκη”	11,50
	ΑΝΘΟΤΥΡΟ Κρήτης φρέσκο/κιλό, “τυροκομείο Μαστοράκη”	9,20
	ΓΡΑΒΙΕΡΑ Θεσσαλονίκης βουβαλίσια/κιλό, “Τυροκομείο Μπέκα”	27,40
	ΓΡΑΒΙΕΡΑ Κρήτης με κάνναβη/κιλό, “Τυροκομείο Μαστοράκη”	24,50
	ΓΡΑΒΙΕΡΑ Κρήτης/κιλό, “Τυροκομείο Κωστάκη”	16,95
	ΓΡΑΒΙΕΡΑ Κρήτης με θυμάρι/κιλό, “Τυροκομείο Κωστάκη”	17,70
	ΓΡΑΒΙΕΡΑ Κρήτης/κιλό, “Τυροκομείο Μαστοράκη”	15,00
	ΓΡΑΒΙΕΡΑ Κρήτης παλαιωμένη/κιλό, “Τυροκομείο Μαστοράκη”	17,25
	ΓΡΑΒΙΕΡΑ Λέσβου/κιλό, “Συνετ. Μανταμάδου Λέσβου”	16,60

	ΓΑΛΟΜΥΖΗΘΡΑ Κρήτης/κιλό, "Τυροκομείο Μαστοράκη"	11,40
	ΓΙΔΙΝΟ ΤΥΡΙ Κρήτης κίτρινο/κιλό, "Τυροκομείο Μαστοράκη"	17,90
	ΓΙΔΙΝΟ ΤΥΡΙ Κρήτης κίτρινο σε φέτες/κιλό "Τυροκομείο Μαστοράκη"	19,10
	ΓΙΔΙΝΟ ΤΥΡΙ Κρήτης κίτρινο καπνιστό/κιλό, "Τυροκομείο Μαστοράκη"	18,30
	ΓΙΔΙΝΟ ΤΥΡΙ Κρήτης κίτρινο με τρούφα/κιλό, "Τυροκομείο Μαστοράκη"	35,70
<b>b</b>	ΚΑΤΣΙΚΙΣΙΟ ΤΥΡΙ συσκευασία με γάρο 300γρ., "Το Χωριό της Κάρλας"	4,60
	ΚΑΤΣΙΚΙΣΙΟ ΤΥΡΙ συσκευασία με γάρο 1000γρ., "Συνετ. Βοσκός Ολύμπου"	14,40
	ΚΕΦΑΛΟΓΡΑΒΙΕΡΑ Παραμυθίας 330γρ., "Τυροκομική Παραμυθίας"	7,30
	ΚΕΦΑΛΟΤΥΡΙ Κρήτης/κιλό, "Τυροκομείο Κωστάκη"	16,95
	ΛΑΔΟΤΥΡΙ Λέσβου/κιλό, 'Συνετ. Μανταμάδου Λέσβου"	16,60
	ΜΥΖΗΘΡΑ ξερή, τριμμένη Παραμυθίας, "Τυροκομική Παραμυθίας"	2,90
	ΠΕΚΟΡΙΝΟ Αμφιλοχίας/κιλό	20,90
	ΤΥΡΙ "ΒΟΛΑΚΙ" Άνδρου ημίχλωρο από γάλα αγελάδος/κιλό, "Τυροκομείο Λούβαρη – Πολίτου"	17,20
	ΦΕΤΑ χύμα/κιλό, "Συνετ. Μανταμάδου Λέσβου"	10,70
	ΦΕΤΑ συσκευασία με γάρο 1000 γρ., "Συνετ. Βοσκός Ολύμπου"	14,40

### Γλυκαντικά

	ΜΕΛΑΣΣΑ – πετιμέζι από ζαχαροκάλαμο 400γρ., "Συνετ. Γυναικών Ξάνθης Γενίσεια"	5,80
	ΠΕΤΙΜΕΖΙ Λήμνου 250ml, "Αχιλλαδέλης"	6,10
	ΠΕΤΙΜΕΖΙ Λήμνου ωμό (σταφυλόσταγμα) 250ml, "Αχιλλαδέλης"	7,10
	ΣΤΕΒΙΑ κρυσταλλική χύμα/κιλό, "Συνετ. La mia Stevia"	28,00
	ΣΤΕΒΙΑ φύλλα 40γρ., "Συνετ. La mia Stevia"	2,40
	ΧΑΡΟΥΠΟΜΕΛΟ 350γρ., "Creta Carob"	5,10
	ΧΑΡΟΥΠΟΜΕΛΟ ωμό 350γρ., "Creta Carob"	4,80
	ΧΑΡΟΥΠΟΣΚΟΝΗ 300γρ., "Creta Carob"	2,35

### Δημητριακά / σπόροι / γκοφρέτες

<b>b</b>	ΒΡΩΜΗ σπόρος 500γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	1,90
<b>b</b>	ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ σπόρος για ποπ-κορν 500 γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	2,80
<b>b</b>	ΚΑΛΑΜΠΟΚΙ σπόρος για ποπ-κορν 250 γρ., "Καλλιέργειες Τριγώνη"	1,40
<b>b</b>	ΚΕΧΡΙ σπόρος 250γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	1,95
<b>b</b>	ΛΙΝΑΡΟΣΠΟΡΟΣ σπόρος 250γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	2,10
<b>b</b>	ΛΙΝΑΡΟΣΠΟΡΟΣ κοπανιστός 250γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	2,65
<b>b</b>	ΛΙΝΑΡΟΣΠΟΡΟΣ σπόρος 250γρ., "Καλλιέργειες Τριγώνη"	2,00
<b>b</b>	ΠΤΙΣΑΝΗ σπόρος 500 γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	2,60
<b>b</b>	ΦΑΓΟΠΥΡΟ σπόρος 400γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	3,05
<b>b</b>	ΦΑΓΟΠΥΡΟ σπόρος σπασμένος 500γρ., "Το περιβόλι της Ειρήνης"	3,85
<b>b</b>	ΣΙΤΟΣ σπόρος τύπου Τουταγαμών 500γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	3,35
<b>b</b>	ΣΟΥΣΑΜΙ Βελεστίνου Μαγνησίας χύμα/κιλό, "Γάτος Παρμενίων"	10,90
<b>b</b>	ΝΙΦΑΔΕΣ ΒΡΩΜΗΣ χύμα/κιλό, "Το Περιβόλι της Ειρήνης"	5,95
<b>b</b>	ΝΙΦΑΔΕΣ ΒΡΩΜΗΣ 400γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	2,50
<b>b</b>	ΝΙΦΑΔΕΣ ΖΕΑΣ 400γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	3,20
<b>b</b>	ΝΙΦΑΔΕΣ ΝΤΙΝΚΕΛ 400γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	3,00
<b>b</b>	ΝΙΦΑΔΕΣ ΠΤΙΣΑΝΗΣ 400γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	2,80
<b>b</b>	ΝΙΦΑΔΕΣ ΣΙΚΑΛΗΣ 400γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	2,30
<b>b</b>	ΠΙΤΟΥΡΟ ΒΡΩΜΗΣ 300γρ., "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	2,15

<b>b</b>	ΠΛΗΓΟΥΡΙ ζέας 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>3,10</b>
<b>b</b>	ΠΛΗΓΟΥΡΙ ππισάνης 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>3,00</b>
<b>b</b>	ΠΛΗΓΟΥΡΙ σίτου 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,80</b>
<b>b</b>	ΓΚΟΦΡΕΤΕΣ ζέας 100γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,50</b>
<b>b</b>	ΓΚΟΦΡΕΤΕΣ καλαμποκιού με ή χωρίς αλάτι 100γρ., “Το Περιβόλι της Οικολογίας”	<b>1,00</b>
<b>b</b>	ΓΚΟΦΡΕΤΕΣ 50/50 καλαμπόκι/ρύζι χωρίς αλάτι 100γρ., “Το Περιβόλι της Οικολογίας”	<b>1,40</b>
<b>b</b>	ΓΚΟΦΡΕΤΕΣ ρυζιού 100γρ., Τυφλιώρης	<b>1,70</b>

### Ελιές / τουρσιά / αποξηραμένα λιαστά ή σε άλμη

	ΔΑΜΑΣΚΗΝΟΕΛΙΕΣ πρασινες σε vacuum 180γρ., “Olea Tree”	<b>2,25</b>
	ΔΑΜΑΣΚΗΝΟΕΛΙΕΣ μαύρες σε vacuum 180γρ., “Olea Tree”	<b>2,85</b>
	ΕΛΙΕΣ θρούμπες αποξηραμένες χωρίς επεξεργασία ανάλατες 200γρ.	<b>3,00</b>
	ΕΛΙΕΣ Θάσου θρούμπες κλασικές σε vacuum 180γρ., “Βελουιτίνος”	<b>3,00</b>
	ΕΛΙΕΣ Θάσου θρούμπες με ελάχιστο αλάτι σε vacuum 180γρ., “Βελουιτίνος”	<b>2,60</b>
	ΕΛΙΕΣ Καλαμών σε vacuum 250γρ., Lithos	<b>2,70</b>
	ΕΛΙΕΣ Καλαμών σε βάζο 500γρ., “Συνετ. Πράσινη Γη”	<b>3,80</b>
	ΕΛΙΕΣ Αμφίσσης θρούμπες σε vacuum 500γρ.	<b>2,90</b>
	ΕΛΙΕΣ Αμφίσσης πράσινες σε vacuum 500γρ.	<b>2,10</b>
	ΕΛΙΕΣ Αμφίσσης πράσινες χαρακωτές σε βάζο 1000γρ.	<b>4,00</b>
<b>b</b>	ΕΛΙΕΣ Χαλκιδικής πράσινες φυσικής ζύμωσης σε vacuum 200γρ., “Olea tree”	<b>2,35</b>
<b>b</b>	ΚΑΡΟΤΟ-TZINTZEP τουρσί απαστερίωτο χωρίς ξύδι, ζάχαρη, συντηρητικά 300γρ., “Μανού”	<b>6,40</b>
<b>b</b>	ΚΟΚΚΙΝΟ ΛΑΧΑΝΟ τουρσί απαστερίωτο χωρίς ξύδι, ζάχαρη, συντηρητικά 300γρ., “Μανού”	<b>6,40</b>
<b>b</b>	ΛΑΧΑΝΟ ΚΙΜΤΣΙ τουρσί απαστερίωτο χωρίς ξύδι, ζάχαρη, συντηρητικά 300γρ., “Μανού”	<b>6,40</b>
<b>b</b>	ΞΥΝΟΛΑΧΑΝΟ τουρσί ( ) Sauerkraut) απαστερίωτο χωρίς ξύδι, ζάχαρη, συντηρητικά 300γρ., “Μανού”	<b>6,40</b>
	ΚΑΠΑΡΗ κόμπος Τήνου 210 γρ.	<b>5,40</b>
	ΚΑΠΑΡΗ φύλλα Τήνου 190γρ.	<b>6,20</b>
	ΚΡΙΤΑΜΟ άγριο Ικαρίας 190γρ.	<b>6,10</b>
	ΣΠΑΡΑΓΓΙΑ τουρσί σε βάζο 450γρ.	<b>4,60</b>
	ΤΟΜΑΤΑ λιαστή 100γρ., “Λεύκη Ταύγету”	<b>2,00</b>
	ΤΟΜΑΤΙΝΙ cherry Ξάνθης λιαστό χωρίς αλάτι 200γρ., “Μονεμβασίτης”	<b>3,95</b>

### Ζυμαρικά / κινόα / κους κους / τραχανάς

<b>b</b>	ΑΣΤΡΑΚΙ από σιμιγδάλι 400 γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,70</b>
	ΒΙΔΕΣ λαχανικών τρικολόρε 500γρ., “Ανθήλη”	<b>3,05</b>
<b>b</b>	ΒΙΔΕΣ από κόκκινη φακή 250γρ., “Συνετ. Κερκίνης Γη”	<b>3,60</b>
<b>b</b>	ΒΙΔΕΣ από μαύρη φακή 250γρ., “Συνετ. Κερκίνης Γη”	<b>3,50</b>
<b>b</b>	ΒΙΔΕΣ από μείγμα οσπρίων (mix) 250γρ., “Συνετ. Κερκίνης Γη”	<b>3,90</b>
<b>b</b>	ΒΙΔΕΣ από μονόκοκκο σιτάρι ολικής άλεσης 400γρ., “Το Περιβόλι της Ειρήνης”	<b>3,45</b>
	ΒΙΔΕΣ από ρεβυθάλευρο 250γρ., “EcoGaia”	<b>3,80</b>
<b>b</b>	ΒΙΔΕΣ σίτου με κourkouμά ή με χαρουπάλευρο 250γρ., “Συνετ. Κερκίνης Γη”	<b>2,70</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ ζέας κοχύλι λευκό 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>3,00</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ ζέας στριφτό λευκό 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>3,00</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ ζέας κριθαράκι ολικής άλεσης 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>3,20</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ ζέας κοχύλι ολικής άλεσης 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,90</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ ζέας λαζανάκι ολικής άλεσης 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,90</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ ζέας λαζάνι ολικής άλεσης 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,90</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ ζέας πένες ολικής άλεσης 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,90</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ ζέας σέλινο ολικής άλεσης 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,90</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ ζέας στριφτό ολικής άλεσης 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>3,35</b>
<b>b</b>	ΖΥΜΑΡΙΚΑ από φαγόπυρο τύπου σέλινο 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>4,40</b>
	ΖΥΜΑΡΙΚΑ λαχανικών τρικολόρε τύπου κοχύλι 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>2,70</b>
<b>b</b>	ΚΙΝΟΑ με αποξηραμένα λαχανικά 200γρ., “Ανθήλη”	<b>5,20</b>
<b>b</b>	ΚΙΝΟΑ με τζίντζερ 200γρ., “Ανθήλη”	<b>4,90</b>

<b>b</b>	ΚΟΥΣ ΚΟΥΣ ζέας 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,70</b>
<b>b</b>	ΚΟΥΣ ΚΟΥΣ σίτου τύπου Τουταγχαμών 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,90</b>
	ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ λαχανικών 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>2,70</b>
<b>b</b>	ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ σίτου τύπου Τουταγχαμών 400 γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>2,80</b>
	ΚΡΙΘΑΡΟΤΟ από σιμιγδάλι, με μυρωδικά 400γρ., “Ανθήλη”	<b>3,60</b>
<b>b</b>	ΠΕΝΕΣ από μονόκοκκο σιτάρι ολικής άλεσης 400γρ., “Το Περιβόλι της Ειρήνης”	<b>3,45</b>
	ΠΕΝΕΣ από ρεβυθάλευρο 250γρ., “Ecogaia”	<b>3,80</b>
<b>b</b>	ΣΠΑΓΓΕΤΙ ζέας λευκά 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>3,40</b>
<b>b</b>	ΣΠΑΓΓΕΤΙ ζέας ολικής άλεσης 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>3,20</b>
	ΣΠΑΓΓΕΤΙ σίτου 500γρ., “Ανθήλη”	<b>2,15</b>
<b>b</b>	ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ από μονόκοκκο σιτάρι ολικής άλεσης 400γρ., “Το Περιβόλι της Ειρήνης”	<b>3,45</b>
	ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ σίτου 500γρ., “Ανθήλη”	<b>2,90</b>
	ΤΡΑΧΑΝΑΣ γλυκός χειροποίητος 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>4,95</b>
<b>b</b>	ΤΡΑΧΑΝΑΣ ζέας ξινός 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>4,10</b>
	ΤΡΑΧΑΝΑΣ λαχανικών τρικολόρε 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>4,20</b>
	ΤΡΑΧΑΝΑΣ ξινός χειροποίητος 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>4,95</b>
<b>b</b>	ΤΡΑΧΑΝΑΣ σίτου τύπου Τουταγχαμών ξινός 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>3,70</b>
	ΤΡΑΧΑΝΑΣ Κρήτης ξινόχοντρος χύμα/κιλό, “Συνετ. Κονάκι”	<b>10,60</b>
	ΤΡΑΧΑΝΑΣ πικάντικος 500γρ., “Ανθήλη”	<b>2,90</b>
<b>b</b>	ΧΥΛΟΠΙΤΑΚΙ από σίτο τύπου Τουταγχαμών 400γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	<b>4,20</b>
<b>b</b>	ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ από μονόκοκκο σιτάρι ολικής άλεσης 400γρ., “Το Περιβόλι της Ειρήνης”	<b>3,45</b>
	ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ παντζάρι-σκόρδο 400γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>2,40</b>
	ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ παντζάρι 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>3,10</b>
	ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ ανάμεικτες λαχανικών τρικολόρε 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>3,10</b>
	ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ πιπεριά-ντομάτα 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>3,40</b>
	ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ σπανάκι-τσουκνίδα 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μούσες Πιερίας”	<b>3,10</b>

### **Κατεψυγμένες Πίτες / ντολμαδάκια**

ΓΑΛΑΤΟΠΙΤΑ με χειροποίητο φύλλο 1000 γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>11,80</b>
ΚΟΛΟΚΥΘΟΠΙΤΑ αλμυρή με χειροποίητο φύλλο 1000 γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>11,80</b>
ΚΟΛΟΚΥΘΟΠΙΤΑ γλυκιά με χειροποίητο φύλλο 1000 γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>11,80</b>
ΚΟΤΟΠΙΤΑ με χειροποίητο φύλλο 1000 γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>15,30</b>
ΚΙΜΑΔΟΠΙΤΑ με χειροποίητο φύλλο 1000 γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>15,30</b>
ΝΤΟΛΜΑΔΑΚΙΑ χειροποίητα κατεψυγμένα 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Μελανθώ”	<b>7,60</b>
ΠΙΠΕΡΟΠΙΤΑ με χειροποίητο φύλλο 1000γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>11,80</b>
ΤΥΡΟΠΙΤΑ με χειροποίητο φύλλο 1000 γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>11,80</b>
ΧΟΡΤΟΠΙΤΑ με τυρί και με χειροποίητο φύλλο 1000 γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>11,80</b>
ΧΟΡΤΟΠΙΤΑ νηστίσιμη με χειροποίητο φύλλο 1000γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>11,80</b>

### **Κουλουράκια / μπισκότα / γλυκά αρτοποιήματα**

ΒΟΥΥΗΜΑΤΑ αμυγδαλού 400γρ., “Συνετ. Γυναικών Ιδαία Γη” - Κρήτη	<b>3,60</b>
ΒΟΥΥΗΜΑΤΑ κρασάτα/λαδερά 400γρ., “Συνετ. Γυναικών Ιδαία Γη” - Κρήτη	<b>3,60</b>
ΒΟΥΥΗΜΑΤΑ 100% χαρουπάλευρο με αμύγδαλα, σταφίδες 400γρ., “Σφακιανός Φούρνος”	<b>5,30</b>
ΒΟΥΥΗΜΑΤΑ 100% χαρουπάλευρο με αμύγδαλα, δημητριακά 400γρ., “Σφακιανός Φούρνος”	<b>5,30</b>
ΒΟΥΥΗΜΑΤΑ 100% χαρουπάλευρο με φουντούκια 400γρ., “Σφακιανός Φούρνος”	<b>5,30</b>
ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ ανάμεικτα 450γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>5,50</b>
ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ cookies με σοκολάτα 450γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>5,50</b>
ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ βουτύρου/αμυγδαλού 370γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>5,50</b>
ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ βραχάκια με κομματάκια σοκολάτας 400γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>5,50</b>
ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ κανέλας 400γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>6,00</b>
ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ καρύδι/σοκολάτα/πορτοκάλι 400γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>5,50</b>
ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ σαμπλέ γεμιστά με μαρμελάδα και με επικάλυψη σοκολάτας 450γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	<b>6,00</b>

	ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ δάκρυ με επικάλυψη σοκολάτας 350γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	5,50
	ΜΟΥΣΤΟΚΟΥΛΟΥΡΑ 400γρ., “Φούρνος Ψηλορείτης”	3,80
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap χωρίς ζάχαρη μέλι-βρώμη 150γρ., “Οικοπάλ”	2,70
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap χωρίς ζάχαρη σταφίδα-σουσάμι 170γρ., “Οικοπάλ”	2,70
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap χωρίς ζάχαρη φουντούκι-κακάο 150γρ., “Οικοπάλ”	2,70
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap χωρίς ζάχαρη μήλο-κanéλα 150γρ., “Οικοπάλ”	2,70
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap χωρίς ζάχαρη βανίλια-κακάο 150γρ., “Οικοπάλ”	2,10
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap χωρίς ζάχαρη φυστικοβούτυρο-cranberry 150γρ., “Οικοπάλ”	2,70
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap σοκολάτας 150 γρ., “Οικοπάλ”	2,70
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap χωρίς ζάχαρη μέλι-βρώμη 400γρ., “Οικοπάλ”	5,40
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap χωρίς ζάχαρη μήλο-κanéλα 400γρ., “Οικοπάλ”	5,40
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap χωρίς ζάχαρη βανίλια-κακάο 350γρ., “Οικοπάλ”	5,40
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑ vegap σοκολάτας 350 γρ., “Οικοπάλ”	5,40
<b>b</b>	ΜΠΙΣΚΟΤΑΚΙΑ χαρουπιού 300γρ., “Creta Carob”	4,20

### Κρασιά / μπύρες / αλκοολούχα ποτά

	ΚΡΑΣΙ κόκκινο αγιωργήτικο Νεμέας “Μαρτύριζα” φιάλη 750ml	6,70
	ΚΡΑΣΙ κόκκινο αγιωργήτικο-merlot Κερατέας “ΟΑΚ Ρίζωμα” φιάλη 750ml, οινοποιείο Πρίφτη	7,60
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ λευκό ημίγλυκο μοσχάτο Λήμνου “Ήλιος και θάλασσα” φιάλη 750ml, Σαββόγλου-Τσιβόλας	8,60
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ λευκό μοσχάτο Λήμνου “Ταξίδι στη Λήμνο” φιάλη 750ml, Σαββόγλου-Τσιβόλας	8,10
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ λευκό μοσχάτο Αλεξανδρείας Λήμνου “Natural” φιάλη 750ml, Σαββόγλου-Τσιβόλας	11,90
	ΚΡΑΣΙ λευκό Ρίζωμα Κερατέας φιάλη 750ml, οινοποιείο Πρίφτη	5,80
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ ροζέ μοσχάτο ημίξερο Λήμνου “Ρόδον” φιάλη 750ml, Σαββόγλου-Τσιβόλας	9,20
	ΚΡΑΣΙ ροζέ Ρίζωμα Κερατέας φιάλη 750ml, οινοποιείο Πρίφτη	6,90
	ΚΡΑΣΙ κόκκινο αγιωργήτικο Νεμέας χύμα/λίτρο, Τουργέλης	3,70
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ κόκκινο αγιωργήτικο Διλόφου Φαρσάλων χύμα/λίτρο, “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	5,00
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ κόκκινο ημίγλυκο μοσχάτο Λήμνου χύμα/λίτρο, Σαββόγλου-Τσιβόλας	4,00
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ κόκκινο refosco-merlot Αρχαίας Ολυμπίας χύμα/λίτρο, Μπριντζίκης	3,40
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ κόκκινο ξυνόμαυρο Βέροιας χύμα/λίτρο, “Οινοποιείο Έλιнос”	5,50
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ λευκό ασύρτικο Διλόφου Φαρσάλων χύμα /λίτρο, “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	5,00
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ λευκό sauvignon blanc - ασύρτικο Τρικάλων χύμα /λίτρο, “Καλλιέργειες Τριγώνη”	4,60
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ λευκό μοσχάτο Λήμνου χύμα/λίτρο, Σαββόγλου-Τσιβόλας	3,60
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ λευκό μοσχοφίλερο-ροδίτης Αρχαίας Ολυμπίας χύμα/λίτρο, Μπριντζίκης	2,95
	ΚΡΑΣΙ λευκό μοσχοφίλερο Τριπόλεως χύμα/λίτρο, Παπαδόπουλος	3,70
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ ροζέ αγιωργήτικο-μοσχάτο-ροδίτης Διλόφου Φαρσάλων χύμα/λίτρο, “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	5,00
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ ροζέ μοσχάτο Αλεξανδρείας Λήμνου χύμα/λίτρο	3,70
<b>b</b>	ΚΡΑΣΙ ροζέ refosco-merlot Αρχαίας Ολυμπίας χύμα/λίτρο, Μπριντζίκης	3,10
	ΚΡΑΣΙ ροζέ cabernet-sauvignon Τριπόλεως χύμα/λίτρο, Παπαδόπουλος	3,70
	ΛΙΚΕΡ μαστίχας κλασσικό φιάλη 500ml, “Οινοποιείο EVA”	17,30
	ΛΙΚΕΡ μαστίχας με άρωμα λεμόνι φιάλη 500ml, “Οινοποιείο EVA”	17,30
	ΜΠΥΡΑ αφιльтράριστη απαστερίωτη “Argos star” φιάλη 500ml	2,15
	ΜΠΥΡΑ αφιльтράριστη απαστερίωτη “Άλη I.P.A” φιάλη 330ml	2,60
	ΜΠΥΡΑ αφιльтράριστη απαστερίωτη “Άλη STOUT” φιάλη 330ml	2,60
	ΜΠΥΡΑ αφιльтράριστη απαστερίωτη “Zeus” φιάλη 500ml	2,20
	ΜΠΥΡΑ αφιльтράριστη απαστερίωτη “Marea” φιάλη 330ml	2,35
	ΜΠΥΡΑ αφιльтράριστη απαστερίωτη “Marea Blonde” φιάλη 500ml	2,65
	ΜΠΥΡΑ αφιльтράριστη απαστερίωτη “Belka pilsner” φιάλη 500ml	2,45
	ΜΠΥΡΑ αφιльтράριστη απαστερίωτη “Chios Ale” φιάλη 330ml	3,20
	ΜΠΥΡΑ αφιльтράριστη απαστερίωτη “Chios Smoky” (μαύρη καπνιστή) φιάλη 330ml	3,20
	ΟΥΖΟ σέρτικο Μυτιλήνης 45% vol., φιάλη 200ml	5,00



	ΟΥΖΟ σέρτικο Μυτιλήνης 45% vol., φιάλη 500ml	16,40
	ΟΥΖΟ δίμηνο Μυτιλήνης 40% vol., φιάλη 200ml	4,60
	ΟΥΖΟ δίμηνο Μυτιλήνης 40% vol., φιάλη 500ml	11,50
<b>b</b>	ΡΑΚΙ Κρήτης – Προφήτης Ηλίας Ηρακλείου χύμα/λίτρο	8,70
<b>b</b>	ΤΣΙΠΟΥΡΟ Βεροίας διπλής απόσταξη χύμα/λίτρο, “Οινοποιείο Έλιнос”	11,90

### Λάδι / Ξύδι

	ΑΜΥΓΔΑΛΕΛΑΙΟ Βόλου ελληνικό 100ml	7,90
<b>b</b>	ΗΛΙΕΛΑΙΟ Θράκης ελληνικό 100% φυσικό 750ml, “Olea tree”	6,00
	ΚΑΡΥΔΕΛΑΙΟ Ορεστιάδας ελληνικό 100% φυσικό ψυχρής συμπίεσης 100ml	4,60
	ΚΟΛΟΚΥΘΕΛΑΙΟ Πιερίας ελληνικό 100% φυσικό ψυχρής συμπίεσης 250ml	5,40
	ΛΙΝΕΛΑΙΟ Πιερίας ελληνικό 100% φυσικό ψυχρής συμπίεσης 250ml	2,50
<b>b</b>	ΡΙΓΑΝΕΛΑΙΟ Βόρειας Εύβοιας ελληνικό 100% φυσικό 100ml, “Kaluna”	4,10
	ΣΗΣΑΜΕΛΑΙΟ Λήμνου ελληνικό 100% φυσικό ψυχρής συμπίεσης 250ml	7,10
<b>b</b>	ΑΓΟΥΡΕΛΑΙΟ Λακωνίας έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης Lithos 500 ml	6,40
<b>b</b>	ΑΓΟΥΡΕΛΑΙΟ Χαλκιδικής έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης Olea tree 500 ml	8,50
	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Αμφίσσης έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης 2lt	16,80
	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης “Ελαία ψυχρής” 700 ml, “ΚοιΣΠΕ Διάπλους”	7,00
<b>b</b>	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Λακωνίας έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης 1lt, “Lithos”	7,95
<b>b</b>	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Λακωνίας έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης 2lt, “Lithos”	9,00
<b>b</b>	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Λακωνίας έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης 3lt, “Lithos”	25,10
<b>b</b>	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Μαγνανιακού Μεσσηνίας έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης 1,5lt, “Νόστος”	11,10
<b>b</b>	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Μαγνανιακού Μεσσηνίας έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης 3lt, “Νόστος”	19,95
	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Μεσσηνίας έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης 1lt, “Συνετ. Πράσινη Γη”	8,20
	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Μεσσηνίας έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης 5lt, “Συνετ. Πράσινη Γη”	37,50
<b>b</b>	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Χαλκιδικής έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης Olea tree 500ml	5,80
<b>b</b>	ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ Χαλκιδικής έξτρα παρθένο ψυχρής έκθλιψης Olea tree 1lt	10,70
<b>b</b>	ΜΗΛΟΞΥΔΟ Ταμπάκος 500ml	3,95
<b>b</b>	ΜΗΛΟΞΥΔΟ βαλσάμικο Ταμπάκος 500ml	6,70
	ΜΗΛΟΞΥΔΟ Πηλίου χύμα/λίτρο	6,10
<b>b</b>	ΞΥΔΙ από κρασί 500ml, “Καλλιέργειες Δ. Δρίτσα”	2,45
<b>b</b>	ΞΥΔΙ απλό 250ml, “κτήμα Λαμπρόπουλου”	3,30
<b>b</b>	ΞΥΔΙ βαλσάμικο 250ml, “αγρόκτημα Αντωνόπουλος”	5,15
<b>b</b>	ΞΥΔΙ Κρήτης - Προφήτης Ηλίας Ηρακλείου κόκκινο χύμα/λίτρο	3,30

### Μανιτάρια αποξηραμένα & προϊόντα με μανιτάρια

	ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ Ροδόπης άγρια αποξηραμένα – καισαρικοί, χύμα/κιλό	143,00
	ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ Ροδόπης άγρια αποξηραμένα – βασιλομανιτάρια (porcini), χύμα/κιλό	143,00
	ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ Ροδόπης άγρια αποξηραμένα – καθαρίσκοι, χύμα/κιλό	143,00
	ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ πλευρώτους καλλιεργημένα και αποξηραμένα 21γρ., “Ο Κύκλος των Μανιταριών”	2,80
	ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ πλευρώτους της Φτελιάς καλλιεργημένα και αποξηραμένα 17γρ., “Ο Κύκλος των Μανιταριών”	2,80
	ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ λενιντούλα shiitake καλλιεργημένα και αποξηραμένα 19γρ., “Ο Κύκλος των Μανιταριών”	3,95
	ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ερείκιο καλλιεργημένα και αποξηραμένα 15γρ., “Ο Κύκλος των Μανιταριών”	4,30
	ΜΑΝΙΤΑΡΟΣΟΥΠΑ με άγρια μανιτάρια Ροδόπης 160γρ.	5,30
	ΠΙΛΑΦΙ με άγρια μανιτάρια Ροδόπης 365γρ.	6,15
	ΠΟΥΡΕΣ με άγρια μανιτάρια Ροδόπης 220γρ.	5,30
	ΡΥΖΟΤΟ με άγρια μανιτάρια Ροδόπης 365γρ.	6,90

### Μαρμελάδες / Γλυκά

	ΚΥΔΩΝΟΠΑΣΤΟ 500γρ., “Συνετ. Γυναικών Γουμένισσες”	6,40
	ΛΟΥΚΟΥΜΙΑ με τριαντάφυλλο 380γρ.	2,90
	ΛΟΥΚΟΥΜΙΑ με μαστίχα 380γρ.	2,90
	ΛΟΥΚΟΥΜΙΑ με περγαμόντο 380γρ.	2,90

	ΛΟΥΚΟΥΜΙΑ με αμύγδαλο κ ροδόκερο 380γρ.	3,20
	ΛΟΥΚΟΥΜΙΑ με καρύδι και μέλι 380γρ.	3,30
<b>b</b>	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ αρώνια με σιρόπι αγάβης και chia (χωρίς ζάχαρη) 280γρ., “Συνετ. Κερκίνης Γη”	4,50
	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ βερούκοκο χωρίς ζάχαρη 240γρ., “Το φίλεμα της Λέλας”	4,70
	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ δαμάσκηνο χωρίς ζάχαρη 240γρ., “Το φίλεμα της Λέλας”	3,80
	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ κυδώνι 470γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	4,70
	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ πορτοκάλι 470γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	4,70
	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ροδάκινο 470γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	3,70
	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ santa rosa (δαμάσκηνο) 470γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	4,70
	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ φράουλα 470γρ., “Συνετ. Γυναικών Φτελιά” - Μαγνησία	5,90
	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ φράουλα χωρίς ζάχαρη 240γρ., “Το φίλεμα της Λέλας”	4,30
	ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ φρούτα του δάσους χωρίς ζάχαρη 240γρ., “Το φίλεμα της Λέλας”	4,40
	ΧΑΛΒΑΣ με βανίλια / με κακάο / με ταχίνι ολικής 500γρ., “Αχιλλαδέλης”, Λήμνος	4,70
	ΧΑΛΒΑΣ με μέλι (χωρίς ζάχαρη) 500γρ., “Αχιλλαδέλης”, Λήμνος	5,60
	ΧΑΛΒΑΣ με μέλι ολικής (χωρίς ζάχαρη) 500γρ., “Αχιλλαδέλης”, Λήμνος	7,00
	ΧΑΛΒΑΣ με αμύγδαλα 500γρ., “Αχιλλαδέλης”, Λήμνος	5,40
<b>b</b>	ΧΑΛΒΑΣ χωρίς ζάχαρη με σιρόπι καρύδας 75γρ.	1,90
<b>b</b>	ΧΑΛΒΑΣ χωρίς ζάχαρη με σιρόπι χουρμάδων 75γρ.	1,90

### Μέλι / Γύρη / Πρόπολη

	ΒΑΣΙΛΙΚΟΣ ΠΟΛΤΟΣ 10γρ., Αλέξανδρος Χαν - τόπος συλλογής Αρκαδία	29,50
	ΓΥΡΗ κατεψυγμένη 230γρ., Παπαγιαννάκης - τόπος συλλογής Κρήτη	12,50
	ΓΥΡΗ κατεψυγμένη 250γρ., “Συνετ. Tierra” - τόπος συλλογής Λαύριο	10,00
	ΜΕΛΙ βελανιδιάς 430γρ., “Συνετ. Παλαιοβράχα” – τόπος συλλογής Σπερχειάδα	6,70
	ΜΕΛΙ βελανιδιάς 980γρ., “Συνετ. Παλαιοβράχα” – τόπος συλλογής Σπερχειάδα	12,80
	ΜΕΛΙ βελανιδιάς-καστανιάς 500γρ., Αλέξανδρος Χαν – τόπος συλλογής Πάρνωνας	6,60
	ΜΕΛΙ βελανιδιάς-καστανιάς 1000γρ., Αλέξανδρος Χαν – τόπος συλλογής Πάρνωνας	13,20
<b>b</b>	ΜΕΛΙ δάσους 450γρ., “Χαϊδά” - τόπος συλλογής Άγραφα	6,90
<b>b</b>	ΜΕΛΙ δάσους 950γρ., “Χαϊδά” - τόπος συλλογής Άγραφα	13,00
	ΜΕΛΙ δάσους “Dark forest” Καλλιδρόμου 750γρ., Αλεξίου – τόπος συλλογής Καλλιδρομο Οίτη	13,80
	ΜΕΛΙ ελάτης 500γρ., Αλέξανδρος Χαν – τόπος συλλογής Αρκαδία	6,10
	ΜΕΛΙ ελάτης 980γρ., Αλέξανδρος Χαν – τόπος συλλογής Αρκαδία	15,20
	ΜΕΛΙ ελάτης Καλλιδρόμου 800γρ., Αλεξίου – τόπος συλλογής Καλλιδρομο Οίτη	13,50
	ΜΕΛΙ καλοκαιρινό ανθόμελο Καλλιδρόμου 750γρ., Αλεξίου – τόπος συλλογής Καλλιδρομο Οίτη	11,60
	ΜΕΛΙ ερείκης – κουμαριάς “Μελιουτοπία” 500 γρ., Κιζιρίδης	6,50
	ΜΕΛΙ ερείκης – κουμαριάς 500 γρ., Αλέξανδρος Χαν – τόπος συλλογής Αρκαδία	6,10
	ΜΕΛΙ ερείκης – κουμαριάς 800 γρ., Αλέξανδρος Χαν – τόπος συλλογής Αρκαδία	13,70
	ΜΕΛΙ ερείκης “Μελιουτοπία” 1000γρ., Κιζιρίδης	13,00
	ΜΕΛΙ θυμαρίσιο “Μελίστοιχο” 450γρ., Παναγιωτάκης – τόπος συλλογής Κρήτη	7,70
	ΜΕΛΙ θυμαρίσιο “Μελίστοιχο” 950γρ., Παναγιωτάκης – τόπος συλλογής Κρήτη	14,50
	ΜΕΛΙ θυμαρίσιο 250γρ., Παπαγιαννάκης – τόπος συλλογής Κρήτη	7,00
	ΜΕΛΙ θυμαρίσιο 480γρ., Παπαγιαννάκης – τόπος συλλογής Κρήτη	8,70
	ΜΕΛΙ θυμαρίσιο 1000γρ., Παπαγιαννάκης – τόπος συλλογής Κρήτη	17,40
	ΜΕΛΙ θυμαρίσιο 450ml, “Συνετ. Tierra” – τόπος συλλογής Λαύριο	10,70
	ΜΕΛΙ θυμαρίσιο 750ml, “Συνετ. Tierra” – τόπος συλλογής – τόπος συλλογής Λαύριο	16,00
	ΜΕΛΙ καστανιάς “Μελιουτοπία” 500 γρ., Κιζιρίδης	6,40
	ΜΕΛΙ καστανιάς “Μελιουτοπία” 1000γρ., Κιζιρίδης	12,70
	ΜΕΛΙ κουμαριάς “Μελιουτοπία” 500 γρ., Κιζιρίδης	6,50
	ΜΕΛΙ κουμαριάς “Μελιουτοπία” 1000γρ., Κιζιρίδης	13,00
	ΜΕΛΙ με βάμμα πρόπολης 300ml, “Συνετ. Tierra”	8,80
	ΜΕΛΙ πεύκου Αυγούστου 500γρ., Αλέξανδρος Χαν – τόπος συλλογής Αρκαδία	6,90
	ΜΕΛΙ πεύκου Αυγούστου 1000γρ., Αλέξανδρος Χαν – τόπος συλλογής Αρκαδία	13,70
	ΜΕΛΙ πεύκο-ρίγανη 450ml, “Συνετ. Tierra” – τόπος συλλογής Λαύριο	8,50
	ΜΕΛΙ πεύκο-ρίγανη 750ml, “Συνετ. Tierra” – τόπος συλλογής Λαύριο	11,50
	ΜΕΛΙ πορτοκαλιάς “Μελιουτοπία” 500 γρ., Κιζιρίδης	6,20
	ΜΕΛΙ πορτοκαλιάς “Μελιουτοπία” 1000γρ., Κιζιρίδης	12,20
	ΜΕΛΙ ρείκι φθινοπωρινό (προϊόν ΠΟΠ) 470γρ., Παππάς – τόπος προέλευσης Όρος Όχη, Κισούρι Καρυστίας	7,60

ΜΕΛΙ ρείκι φθινοπωρινό (προϊόν ΠΟΠ) 960γρ., Παππάς – τόπος προέλευσης Όρος Όχη, Κισούρι Καρυστίας	14,60
ΜΕΛΙ ρείκι 500γρ., Διάπλους – τόπος συλλογής Άνδρος	6,10
ΜΕΛΙ ρείκι 1000γρ., Διάπλους – τόπος συλλογής Άνδρος	12,20
ΠΡΟΠΟΛΗ Χαν βάμμα 20%, 20ml, Αλέξανδρος Χαν	7,30
ΠΡΟΠΟΛΗ βάμμα 30%, 20ml, “Συνετ. Tierra”	8,40
ΠΡΟΠΟΛΗ “Καλλίδρομο” βάμμα 30% 30ml, Αλεξίου	10,10
ΠΡΟΠΟΛΗ 100% σε δισκία επικαλυμμένα με άχνη ζάχαρη (50τεμ.), Mabeez	15,20

### Μπάρες / Παστέλια

ΜΠΑΡΑ βρώμης με αμυγδαλοβούτυρο χωρίς ζάχαρη “Το ανώγι” 50γρ.	1,80
ΜΠΑΡΑ βρώμης με φυσιτικοβούτυρο και μαύρη σοκολάτα χωρίς ζάχαρη “Το ανώγι” 50γρ.	1,80
ΜΠΑΡΑ βρώμης με πάστα σουσαμιού και μαύρη σοκολάτα χωρίς ζάχαρη “Το ανώγι” 50γρ.	1,80
ΜΠΑΡΑ βρώμης με ταχίνι και πρωτεΐνη χωρίς ζάχαρη “Το ανώγι” 60γρ.	2,60
ΜΠΑΡΑ βρώμης με φυστίκι και πρωτεΐνη χωρίς ζάχαρη “Το ανώγι” 60γρ.	2,60
ΜΠΑΡΑ δημητριακών με αποξηραμένα φρούτα και κάσιους χωρίς ζάχαρη “Το ανώγι” 50γρ.	1,70
ΜΠΑΡΑ δημητριακών με κομματάκια σοκολάτας και κράνμπερυ χωρίς ζάχαρη “Το ανώγι”, 80γρ.	1,70
ΜΠΑΡΑ με σιρόπι αγάβης, σπόρους κάνναβης κ φυστίκι χωρίς ζάχαρη 80γρ.	1,40
ΜΠΑΡΑ με ταχίνι, βρώμη, χαρούπι κ μέλι χωρίς ζάχαρη 100γρ.	1,40
ΜΠΑΡΑ με σπιρουλίνα και αγάβη χωρίς ζάχαρη κ χωρίς φοινικέλαιο 70γρ.	1,90
ΜΠΑΡΑ με φυσιτικοβούτυρο, βρώμη, χαρούπι κ χαρουπόμελο χωρίς ζάχαρη 100γρ.	1,40
ΜΠΑΡΑ ρυζιού χωρίς ζάχαρη με κακάο κ μέλι 70γρ.	1,40
ΠΑΣΤΕΛΙ Καλύμνιον με θυμαρίσιο μέλι Καλύμνου κ αμύγδαλο / σύκο / cranberry 50γρ.	1,95
ΠΑΣΤΕΛΙ Κέας χωρίς ζάχαρη με μέλι 70γρ.	1,70
ΠΑΣΤΕΛΙ με ηλιόσπορο και μέλι χωρίς ζάχαρη “Από καρδιάς”	1,10
ΠΑΣΤΕΛΙ με ηλιόσπορο, φυστίκι, κράνμπερυ και μέλι χωρίς ζάχαρη “Από καρδιάς” 55γρ.	1,10
ΠΑΣΤΕΛΙ με κολοκυθόσπορο, κράνμπερυ και μέλι χωρίς ζάχαρη “Από καρδιάς” 55γρ.	1,10
ΠΑΣΤΕΛΙ χωρίς ζάχαρη με μαυροσούσαμο, αμύγδαλα, κράνμπερυ, κανέλα Κεϋλάνης με μέλι “Από καρδιάς” 50γρ.	1,10
ΠΑΣΤΕΛΑΚΙ Κέας χωρίς ζάχαρη με μέλι 35γρ.	1,10
ΠΑΣΤΕΛΑΚΙ Κέας χωρίς ζάχαρη με σοκολάτα κ μέλι 35γρ.	1,10
ΠΑΣΤΕΛΑΚΙ Κέας με μέλι κ επικάλυψη μαύρης σοκολάτας 180γρ.	4,60
ΠΑΣΤΕΛΑΚΙ Μελεκούνι Ρόδου με μέλι 45γρ.	0,90

### Ξηροί καρποί / αποξηραμένα φρούτα

ΑΜΥΓΔΑΛΑ ωμά ψύχα συσκευασμένα 250γρ., “Συνετ. Παλαιοβράχα”	4,90
<b>b</b> ΑΡΩΝΙΑ αποξηραμένη 100γρ.	2,90
ΒΕΡΥΚΟΚΑ απύρρηνα αποξηραμένα, συσκευασμένα, χωρίς συντηρητικά 200γρ., “Thirsty Fruits”	4,60
ΓΚΟΤΖΙ ελληνικό, αποξηραμένο 100γρ., “Λεύκη Ταυγέτου”	3,90
<b>b</b> ΔΑΜΑΣΚΗΝΑ απύρρηνα αποξηραμένα βιοδυναμικής καλλιέργειας 200γρ., “Ατραπός”	4,20
ΔΑΜΑΣΚΗΝΑ απύρρηνα αποξηραμένα, συσκευασμένα, χωρίς συντηρητικά 200γρ., “Thirsty Fruits”	3,95
<b>b</b> ΚΑΡΥΔΙΑ ωμά ψύχα συσκευασμένα Γρεβενών 200γρ., “Αγρόκτημα Νέστορα”	4,70
ΚΡΑΝΜΠΕΡΥ αποξηραμένο 100γρ., “Λεύκη Ταυγέτου”	2,20
ΛΩΤΟΣ αποξηραμένος, συσκευασμένος, χωρίς συντηρητικά 100γρ., “Thirsty Fruits”	3,60
ΜΕΙΓΜΑ ΑΠΟΞΗΡΑΜΕΝΩΝ ΥΠΕΡΤΡΟΦΩΝ (γκότζι, κράνμπερυ, μύρτιλλο) 100γρ., “Λεύκη Ταυγέτου”	4,30
<b>b</b> ΜΗΛΟ αποξηραμένο, συσκευασμένο, χωρίς συντηρητικά 35γρ., “Thirsty Fruits”	1,85
ΜΥΡΤΙΛΛΟ ελληνικό, αποξηραμένο 100γρ. “Λεύκη Ταυγέτου”	4,30
ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ αποξηραμένο, συσκευασμένο, χωρίς συντηρητικά 50γρ. “Thirsty Fruits”	2,70
<b>b</b> ΣΤΑΦΙΔΑ σουλτανίνα Κρήτης – Προφήτης Ηλίας Ηρακλείου 400 γρ.	3,90
<b>b</b> ΣΤΑΦΙΔΑ κορινθιακή μαύρη Αλφειούσας Ηλείας 200 γρ.	3,40
<b>b</b> ΣΥΚΑ ξερά Μάνης 250γρ., “Lithos”	3,35
<b>b</b> ΣΥΚΑ ξερά Ωραιών Ευβοίας 500γρ., “Πακλατζής”	5,80
<b>b</b> ΣΥΚΟΠΑΣΤΑ Ωραιών Ευβοίας 100 γρ., “Πακλατζής”	1,20
ΦΡΑΟΥΛΑ αποξηραμένη, συσκευασμένη, χωρίς συντηρητικά 130γρ., “Thirsty Fruits”	4,50
<b>b</b> ΦΟΥΝΤΟΥΚΙΑ ωμά ψύχα συσκευασμένα Γρεβενών 200γρ., “Αγρόκτημα Νέστορα”	4,70
ΦΥΣΤΙΚΙ ΑΙΓΙΝΗΣ φυσικής καλλιέργειας, ψημένο 500γρ.	11,40
ΦΥΣΤΙΚΙ ΑΙΓΙΝΗΣ φυσικής καλλιέργειας, ωμό 500γρ.	9,90
ΦΥΣΤΙΚΙ ΑΙΓΙΝΗΣ φυσικής καλλιέργειας, ωμό ψύχα 500γρ.	4,40

ΦΥΣΤΙΚΙ κελυφωτό ωμό Λαμίας – Αρχάνι 250γρ.	4,00
ΦΥΣΤΙΚΙ κελυφωτό ελάχιστα ψημένο Λαμίας – Αρχάνι 250γρ.	4,00
ΦΥΣΤΙΚΙ αραχίδα ψημένο ανάλατο Λακωνίας 500γρ. – “Μονεμβασίτης”	3,45
ΑΜΥΓΔΑΛΑ ωμά ψύχα Ορεινής Κορινθίας χύμα/κιλό	15,80
ΒΥΣΣΙΝΑ Έδεσσας απύρηντα χύμα/κιλό	26,90
ΔΑΜΑΣΚΗΝΑ Κορίνθου απύρηντα χύμα/κιλό	12,90
ΔΑΜΑΣΚΗΝΑ Έδεσσας απύρηντα χύμα/κιλό	14,90
ΗΛΙΟΣΠΟΡΟΣ ωμός Ορεσσειάδας χύμα/κιλό	4,40
ΗΛΙΟΣΠΟΡΟΣ ψημένος Ορεσσειάδας χύμα/κιλό	5,10
ΚΑΡΥΔΙΑ ωμά άσπαστα Ρίζες Αρκαδίας χύμα/κιλό	7,50
ΚΑΡΥΔΙΑ ωμά ψύχα Ορεινής Κορινθίας χύμα/κιλό	15,80
ΚΕΡΑΣΙΑ Έδεσσας απύρηντα χύμα/κιλό	13,60
ΠΑΣΑΤΕΜΠΟΣ ωμός Ορεσσειάδας χύμα/κιλό	6,90
ΠΑΣΑΤΕΜΠΟΣ ψημένος Ορεσσειάδας χύμα/κιλό	7,50
<i>b</i> ΣΤΑΦΙΔΑ κορινθιακή μαύρη Αλφειούσας Ηλείας χύμα/κιλό	9,15
<i>b</i> ΣΤΑΦΙΔΑ κορινθιακή – Άσσος Κορινθίας χύμα/κιλό	9,20
<i>b</i> ΣΤΑΦΙΔΑ σουλτανίνα Κρήτης – Προφήτης Ηλίας Ηρακλείου χύμα/κιλό	8,00
ΣΥΚΑ ξερά χύμα/κιλό – Μαγναντικός Μεσσηνίας	6,40

### Όσπρια / Ρύζι

<i>b</i> ΡΕΒΥΘΙΑ Διλόφου Φαρσάλων 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλος”	3,15
<i>b</i> ΦΑΒΑ κίτρινη Διλόφου Φαρσάλων 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλος”	3,90
<i>b</i> ΦΑΒΑ Σχοινούσας 500γρ.	7,10
<i>b</i> ΦΑΚΕΣ Διλόφου Φαρσάλων 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	3,30
<i>b</i> ΦΑΚΕΣ κόκκινες Τρικάλων 500γρ., “Καλλιέργειες Τριγώνη”	2,70
<i>b</i> ΦΑΚΕΣ μαύρες Τρικάλων (beluga) 500γρ., “Καλλιέργειες Τριγώνη”	2,70
<i>b</i> ΦΑΣΟΛΙΑ Διλόφου Φαρσάλων 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	3,80
<i>b</i> ΦΑΣΟΛΙΑ Διλόφου Φαρσάλων κόκκινα 500γρ., “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	3,50
<i>b</i> ΓΙΓΑΝΤΕΣ μαύροι Πρεσπών χύμα/κιλό, Νόνας	6,20
<i>b</i> ΓΙΓΑΝΤΕΣ Φενεού χύμα/κιλό, Νιάγκος	7,65
<i>b</i> ΡΕΒΥΘΙΑ Τρικάλων χύμα/κιλό, “Καλλιέργειες Τριγώνη”	4,20
<i>b</i> ΦΑΒΑ Τρικάλων χύμα/κιλό, “Καλλιέργειες Τριγώνη”	5,10
<i>b</i> ΦΑΚΕΣ Τρικάλων χύμα/κιλό, “Καλλιέργειες Τριγώνη”	4,20
<i>b</i> ΦΑΣΟΛΙΑ μαυρομάτικα Καρδίτσας χύμα/κιλό, “Συνετ. Ψυχανθός”	3,90
<i>b</i> ΦΑΣΟΛΙΑ Διλόφου Φαρσάλων χύμα/κιλό, “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	6,60
<i>b</i> ΦΑΣΟΛΙΑ κόκκινα Διλόφου Φαρσάλων χύμα/κιλό, “Αγρόκτημα Αντωνόπουλου”	6,80
<i>b</i> ΦΑΣΟΛΙΑ ψιλά Φενεού, ποικιλία βανίλια/χοροζία χύμα/κιλό, Νιάγκος	5,10
<i>b</i> ΦΑΣΟΛΙΑ χάντρες πολύχρωμες Πρεσπών χύμα/κιλό, Νόνας	6,40
<i>b</i> ΡΥΖΙ ΧΑΛΑΣΤΡΑΣ μακρύκοκκο λευκό (αποφλοιωμένο) χύμα/κιλό, Τυφλιώρης	3,05
<i>b</i> ΡΥΖΙ ΧΑΛΑΣΤΡΑΣ καρολίνα λευκό (αποφλοιωμένο) χύμα/κιλό, Τυφλιώρης	3,05
<i>b</i> ΡΥΖΙ ΧΑΛΑΣΤΡΑΣ μακρύκοκκο καστανό χύμα/κιλό, Τυφλιώρης	3,05
<i>b</i> ΡΥΖΙ ΧΑΛΑΣΤΡΑΣ καρολίνα καστανό χύμα/κιλό, Τυφλιώρης	3,05
ΡΥΖΟΤΟ με ρύζι καστανό και αποξηραμένα λαχανικά 300γρ., “Ανθήλη”	3,15
ΡΥΖΟΤΟ με ρύζι κίτρινο και αποξηραμένα λαχανικά 300γρ., “Ανθήλη”	3,15
ΡΥΖΟΤΟ με ρύζι κίτρινο και λιαστή ντομάτα-βασιλικό 300γρ., “Ανθήλη”	3,50

### Προϊόντα Κάνναβης

<i>b</i> ΑΛΕΥΡΙ ΚΑΝΝΑΒΗΣ 250γρ., “Συνετ. Kannabio”	5,00
<i>b</i> ΑΝΘΟΣ ΚΑΝΝΑΒΗΣ ακατέργαστος, 30γρ., “Συνετ. Kannabio”	7,80
<i>b</i> ΑΝΘΟΣ ΚΑΝΝΑΒΗΣ τριμμένος, 15γρ., “Συνετ. Kannabio”	4,40
<i>b</i> ΑΝΘΟΣ ΚΑΝΝΑΒΗΣ τριμμένος, 30γρ., “Συνετ. Kannabio”	7,70
<i>b</i> ΣΠΟΡΕΛΑΙΟ ΚΑΝΝΑΒΗΣ 100γρ., “Συνετ. Kannabio”	7,20
<i>b</i> ΣΠΟΡΟΙ ΚΑΝΝΑΒΗΣ 100γρ., “Συνετ. Kannabio”	3,40
<i>b</i> ΤΣΑΪ πράσινο με άνθη κάνναβης 10 sticks, “Συνετ. Kannabio”	4,40

## Σάλτσες τομάτας / λιοπές σάλτσες & μείγματα για μαγείρεμα / αλείμματα

	ΚΕΤΣΑΠ κανονική 250ml, "Συνετ. Γυναικών Μελανθώ"	3,05
	ΚΕΤΣΑΠ καυτερή 250ml, "Συνετ. Γυναικών Μελανθώ"	3,05
	ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ 270ml, "Συνετ. Γυναικών Γουμένισσες"	2,95
	ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ καπνιστή 210ml, "Συνετ. Γυναικών Γουμένισσες"	2,50
	ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ vegan 270γρ., "Συνετ. Γυναικών Γουμένισσες"	2,80
	ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ vegan με μουστάρδα 250γρ., "Συνετ. Γυναικών Γουμένισσες"	2,75
	ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ vegan με εσπεριδοειδή 270γρ., "Συνετ. Γυναικών Γουμένισσες"	2,80
	ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ βρούβας σιναπόσπορου 200γρ., "Συνετ. Από Κοινού"	4,90
	ΜΟΥΣΤΑΡΔΟΜΑΓΙΟΝΕΖΑ 270ml, "Συνετ. Γυναικών Γουμένισσες"	2,80
	ΣΑΛΤΣΑ καυτερής πιπεριάς τύπου tabasco 60ml, Συνετ. Από κοινού"	4,10
	ΠΕΛΤΕΣ 400ml, "Συνετ. Γυναικών Μελανθώ"	3,80
b	ΠΟΛΤΟΣ τομάτας 550ml, "Ρυζομάτ"	3,80
	ΣΑΛΤΣΑ ΤΟΜΑΤΑΣ ΠΑΣΤΙΤΣΑΔΑ 400ml, "Συνετ. Γυναικών Μελανθώ"	3,00
	ΣΑΛΤΣΑ ΤΟΜΑΤΑΣ 750ml, "Συνετ. Γυναικών Μελανθώ"	3,90
	ΣΑΛΤΣΑ ΤΟΜΑΤΑΣ με βασιλικό 400ml, "Συνετ. Γυναικών Μελανθώ"	3,05
	ΣΑΛΤΣΑ ΤΟΜΑΤΑΣ με θυμάρι 400ml, "Συνετ. Γυναικών Μελανθώ"	3,05
	ΣΑΛΤΣΑ ΤΟΜΑΤΑΣ με καυτερή πιπεριά 400ml, "Συνετ. Γυναικών Μελανθώ"	3,05
	ΤΟΜΑΤΟΠΟΛΤΟΣ 375γρ., "Συνετ. Παλαιοβράχα"	2,60
b	ΤΟΜΑΤΟΧΥΜΟΣ 720ml, "Αγρόκτημα Αντωνόπουλου"	3,70
	ΠΑΣΤΑ ΕΛΙΑΣ από ελιές Αμφίσσης 200γρ.	3,20
b	ΠΑΣΤΑ ΕΛΙΑΣ από ελιές Καλαμών 180γρ., "Family farms"	3,50
b	ΠΑΣΤΑ ΕΛΙΑΣ από ελιές Καλαμών με κάπαρη 180γρ., "Family farms"	3,50
b	ΠΑΣΤΑ ΕΛΙΑΣ από ελιές Καλαμών με βότανα 180γρ., "Family farms"	3,50
b	ΠΑΣΤΑ ΕΛΙΑΣ από ελιές Καλαμών με λιαστή ντομάτα 180γρ., "Family farms"	3,50
b	ΠΑΣΤΑ ΛΙΑΣΤΗΣ τομάτας, 190γρ., "Family farms"	4,25
	ΧΟΡΤΟΣΟΥΠΑ με αποξηραμένα λαχανικά και μπαχαρικά 450γρ., "Ανθήλη"	4,45
	ΧΟΡΤΟΣΟΥΠΑ "mix βρώμης" με πίτουρο βρώμης, αποξηρ. λαχανικά κ μπαχαρικά 250γρ., "Ανθήλη"	4,10
	ΧΟΡΤΟΣΟΥΠΑ χορτοφαγική με λαχανικά (vegan) 400γρ., "Ανθήλη"	3,85
	Μείγμα για τηγανίτες ΦΑΚΗΣ 250γρ., "Ecogaia"	3,90
	Μείγμα για ΦΑΛΑΦΕΛ 270γρ., "Ecogaia"	3,90
	Μείγμα για vegan BURGER 270γρ., "Ecogaia"	3,90

## Σοκολάτες / προϊόντα κακάο

b	ΑΡΩΝΙΑ αποξηραμένη με επικάλυψη λευκής σοκολάτας 50γρ., "Συνετ. Κερκίνης Γη"	2,10
	ΑΡΩΝΙΑ αποξηραμένη με επικάλυψη μαύρης σοκολάτας 50γρ., "Συνετ. Κερκίνης Γη"	1,90
b	ΝΙΦΑΔΕΣ ΚΑΚΑΟ (cacao nibs) 150 γρ., "Kakau"	7,20
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ γάλακτος χωρίς ζάχαρη 25γρ., "Κοχύλι"	0,90
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ γάλακτος με αμύγδαλα χωρίς ζάχαρη 110γρ., "Κοχύλι"	2,70
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ γάλακτος με κράνμπερυ χωρίς ζάχαρη 110γρ., "Κοχύλι"	2,50
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ υγείας χωρίς ζάχαρη 25γρ., "Κοχύλι"	0,90
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ υγείας με μαστίχα χωρίς ζάχαρη 50γρ., "Κοχύλι"	1,70
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ γάλακτος χωρίς ζάχαρη 90γρ., "Κοχύλι"	2,30
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ υγείας χωρίς ζάχαρη 90γρ., "Κοχύλι"	2,30
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ υγείας με αμύγδαλα χωρίς ζάχαρη 110γρ., "Κοχύλι"	2,50
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ υγείας με φουντούκια χωρίς ζάχαρη 110γρ., "Κοχύλι"	3,10
	ΣΟΚΟΛΑΤΑ υγείας με φυστίκι χωρίς ζάχαρη 100γρ., "Κοχύλι"	3,30
b	ΣΟΚΟΛΑΤΑ με καφέ και 62% περιεκτικότητα σε κακάο 75γρ., "Kakau"	6,50
b	ΣΟΚΟΛΑΤΑ με κάρδαμο και 77% περιεκτικότητα σε κακάο 75γρ., "Kakau"	6,25
b	ΣΟΚΟΛΑΤΑ με τσίλι και 75% περιεκτικότητα σε κακάο 75γρ., "Kakau"	5,90
b	ΣΠΟΡΟΙ ΚΑΚΑΟ αποφλοιωμένοι 150γρ., "Kakau"	5,60

## Σπιρουλίνα

	ΣΠΙΡΟΥΛΙΝΑ δισκία vegan 120tabs	10,70
	ΣΠΙΡΟΥΛΙΝΑ νιφάδες vegan 25γρ.	4,40

## Φ Ρ Ε Σ Κ Α

ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ φρέσκα, καλλιεργημένα, διάφορες ποικιλίες, "Ο Κύκλος των Μανιταριών" **4,60**

Εάν θέλετε να μάθετε για τα φρέσκα και εποχιακά μας προϊόντα, ρωτήστε μας.

### Φυτικά βούτυρα / πάστες / ταχίνια

	ΑΜΥΓΔΑΛΟΒΟΥΤΥΡΟ Βόλου κλασσικό 250γρ.	<b>5,95</b>
	ΑΜΥΓΔΑΛΟΒΟΥΤΥΡΟ Βόλου λευκό 250γρ.	<b>6,55</b>
	ΑΜΥΓΔΑΛΟΒΟΥΤΥΡΟ με κακάο Βόλου 250γρ.	<b>6,00</b>
	ΒΟΥΤΥΡΟ Κάσιους Βόλου 250γρ.	<b>6,60</b>
	ΦΟΥΝΤΟΥΚΟΒΟΥΤΥΡΟ 200γρ., "Από καρδιάς"	<b>4,70</b>
<b>b</b>	ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ 100% φυσικό, απαλό 370γρ., "Καλλιέργειες Τριγώνη"	<b>6,10</b>
<b>b</b>	ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ 100% natural 250γρ.	<b>4,70</b>
<b>b</b>	ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ crunchy (με ζάχαρη, λάδι καρύδας και κομμάτια αραχίδας) 250γρ.	<b>4,70</b>
<b>b</b>	ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ chocolate (με ζάχαρη, λάδι καρύδας και κακάο) 250γρ.	<b>4,70</b>
<b>b</b>	ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ smoothy (με ζάχαρη και λάδι καρύδας) 250γρ.	<b>4,70</b>
<b>b</b>	ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ 100% natural 500γρ.	<b>7,90</b>
<b>b</b>	ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ crunchy (με ζάχαρη, λάδι καρύδας και κομμάτια αραχίδας) 500γρ.	<b>7,90</b>
<b>b</b>	ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ chocolate (με ζάχαρη, λάδι καρύδας και κακάο) 500γρ.	<b>7,90</b>
<b>b</b>	ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ smoothy (με ζάχαρη και λάδι καρύδας) 500γρ.	<b>7,90</b>
<b>b</b>	ΠΑΣΤΑ από σπόρους ΚΑΝΝΑΒΗΣ 200γρ., "Συνετ. Μυρωδάτο"	<b>6,80</b>
	ΠΑΣΤΑ ΡΕΒΥΘΙΟΥ με ταχίни και κακάο 350γρ., "Από καρδιάς"	<b>4,70</b>
	ΠΑΣΤΑ ΦΟΥΝΤΟΥΚΙΟΥ με λιναρόσπορο και κακάο 350 γρ., "Από καρδιάς"	<b>6,15</b>
	ΠΑΣΤΑ ΦΟΥΝΤΟΥΚΙΟΥ Ορεσטיάδος με ταχίни, σοκολάτα υγείας και κουρκουμά 170γρ., "Συνετ. Μυρωδάτο"	<b>5,90</b>
	ΤΑΧΙΝΙ Λήμνου από αποφλοιωμένο/αναποφλοιώτο σουσάμι 350ml, "Αχιλλαδέλης"	<b>4,40</b>
	ΤΑΧΙΝΙ Λήμνου από αποφλοιωμένο/αναποφλοιώτο σουσάμι 700ml, "Αχιλλαδέλης"	<b>7,90</b>
<b>b</b>	ΤΑΧΙΝΙ Βόλου από αναποφλοιώτο σουσάμι 370γρ., "Θύσανος"	<b>6,80</b>
<b>b</b>	ΤΑΧΙΝΙ Βόλου από αναποφλοιώτο σουσάμι 720γρ., "Θύσανος"	<b>11,60</b>
	ΤΑΧΙΝΙ Έβρου από αναποφλοιώτο και άψητο σουσάμι 500γρ.	<b>8,30</b>
<b>b</b>	ΤΑΧΙΝΙ ολικής από αναποφλοιώτο σουσάμι 500γρ., "Συνετ. Μυρωδάτο"	<b>6,40</b>
	ΤΑΧΙΝΙ παραδοσιακό από αποφλοιωμένο σουσάμι 500γρ., "Συνετ. Μυρωδάτο"	<b>4,95</b>
<b>b</b>	ΤΑΧΙΝΙ ολικής από αναποφλοιώτο σουσάμι 370γρ., "Καλλιέργειες Τριγώνη"	<b>8,10</b>
<b>b</b>	ΤΑΧΙΝΙ ολικής από αναποφλοιώτο σουσάμι 720γρ., "Καλλιέργειες Τριγώνη"	<b>11,60</b>
	ΤΑΧΙΝΙ ολικής από μαυροσούσαμο, 100% φυσικό, χωρίς συντηρητικά 350gr	<b>4,70</b>

### Χυμοί / Αναψυκτικά / Ροφήματα

	ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΟ με μαστίχα Χίου και στέβια, 250γρ.	<b>1,00</b>
	ΒΥΣΣΙΝΑΔΑ Λήμνου 900γρ., "Αχιλλαδέλης"	<b>5,20</b>
	ΚΑΦΕΣ από χαρούπι 300 γρ., "Creta Carob"	<b>3,20</b>
	ΜΗ ΑΛΚΟΟΛΟΥΧΟ ΣΥΜΠΥΚΝΩΜΕΝΟ ΠΟΤΟ με ginger, λεμόνι και μέλι "Holy ginger" 210ml	<b>7,80</b>
	ΜΗ ΑΛΚΟΟΛΟΥΧΟ ΣΥΜΠΥΚΝΩΜΕΝΟ ΠΟΤΟ με ginger, λεμόνι και μέλι "Holy ginger" 500ml	<b>12,70</b>
<b>b</b>	ΡΟΦΗΜΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ με κάρδαμο και 60% περιεκτικότητα σε κακάο 150γρ., "Kakau"	<b>4,25</b>
<b>b</b>	ΡΟΦΗΜΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ με τσίλι και 75% περιεκτικότητα σε κακάο 150γρ., "Kakau"	<b>4,40</b>
<b>b</b>	ΧΥΜΟΣ ΑΛΟΗΣ Χίου με λεμόνι και μαστίχα, χωρίς συντηρητικά 500ml	<b>13,20</b>
	ΧΥΜΟΣ ΑΧΛΑΔΙΟΥ 100% φυσικός χωρίς συντηρητικά και ζάχαρη 1500ml	<b>8,60</b>
	ΧΥΜΟΙ "Kallisti" λεμόνι/πορτοκάλι-μανταρίνι/κράνμπερυ μόνο με τα σάκχαρα των φρούτων 250ml	<b>2,20</b>
	ΧΥΜΟΣ "Kallisti" ανανάς-τζίντζερ/υποφαές/φράουλα μόνο με τα σάκχαρα των φρούτων 250ml	<b>2,20</b>
<b>b</b>	ΧΥΜΟΣ ΜΗΛΟΥ χωρίς ζάχαρη και συντηρητικά 250ml	<b>2,35</b>
	ΧΥΜΟΣ ΜΗΛΟΥ 100% φυσικός χωρίς ζάχαρη και συντηρητικά 1500ml	<b>7,40</b>
	ΧΥΜΟΣ ΞΥΝΟΜΗΛΟΥ 100% φυσικός χωρίς ζάχαρη και συντηρητικά 1500ml	<b>7,40</b>
	ΧΥΜΟΣ ΡΟΔΙ παστεριωμένος 250ml	<b>2,10</b>
	ΧΥΜΟΣ ΡΟΔΙ φρέσκος, απαστερίωτος σε ψύξη 250ml, "Συνετ. Σταγόνες"	<b>2,30</b>

**Απορρυπαντικά από το Αυτοδιαχειριζόμενο Εργοστάσιο της Β Ι Ο Μ Ε**

	ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟ γενικής χρήσης με άρωμα κερασιού 1 λίτρο	1,50
	ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟ γενικής χρήσης με άρωμα λεβάντας 1 λίτρο	1,50
	ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟ γενικής χρήσης με άρωμα λεμονιού 1 λίτρο	1,50
	ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟ γενικής χρήσης με άρωμα μήλου 1 λίτρο	1,50
	ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟ γενικής χρήσης 4 λίτρα	5,80
<b>b</b>	ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟ αλάτων 750ml	2,90
	ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟ τζαμιών 1 λίτρο	1,60
	ΜΑΛΑΚΤΙΚΟ ρούχων 1 λίτρο	1,60
<b>b</b>	ΜΑΛΑΚΤΙΚΟ ρούχων με άρωμα λεβάντας 1 λίτρο	3,00
	ΣΑΜΠΟΥΑΝ μαλλιών με δαφνέλαιο και εκχύλισμα τσουκνίδας 250ml	2,20
	ΣΑΜΠΟΥΑΝ μαλλιών με δαφνέλαιο και εκχύλισμα τσουκνίδας 1 λίτρο	8,00
	ΣΑΠΟΥΝΙ 125γρ	1,50
	ΣΚΟΝΗ ΠΛΥΝΤΗΡΙΟΥ ρούχων 500γρ	3,80
	ΥΓΡΟ ΠΛΥΝΤΗΡΙΟΥ ρούχων 1 λίτρο	1,50
	ΥΓΡΟ ΠΛΥΝΤΗΡΙΟΥ ρούχων 4 λίτρα	6,00
<b>b</b>	ΥΓΡΟ ΠΛΥΝΤΗΡΙΟΥ ρούχων με άρωμα λεβάντας 1 λίτρο	5,90
	ΥΓΡΟ ΠΙΑΤΩΝ συμπτυκνωμένο με αιθέριο έλαιο πορτοκαλιού 500ml	2,00
	ΥΓΡΟ ΠΙΑΤΩΝ συμπτυκνωμένο με αιθέριο έλαιο πορτοκαλιού 1500ml	4,80
	ΥΓΡΟ ΣΑΠΟΥΝΙ χεριών με άρωμα ευκαλύπτου 300ml	1,50
	ΥΓΡΟ ΣΑΠΟΥΝΙ χεριών με άρωμα λεμονιού 300ml	1,50
	ΥΓΡΟ ΣΑΠΟΥΝΙ χεριών με άρωμα μέντας 300ml	1,50
	ΥΓΡΟ ΣΑΠΟΥΝΙ χεριών με άρωμα πεύκου 300ml	1,50
	ΥΓΡΟ ΣΑΠΟΥΝΙ χεριών με άρωμα ευκαλύπτου 1 λίτρο	3,20
	ΥΓΡΟ ΣΑΠΟΥΝΙ χεριών με άρωμα λεμονιού 1 λίτρο	3,20
	ΥΓΡΟ ΣΑΠΟΥΝΙ χεριών με άρωμα μέντας 1 λίτρο	3,20
	ΥΓΡΟ ΣΑΠΟΥΝΙ χεριών με άρωμα πεύκου 1 λίτρο	3,20

**Αιθέρια έλαια / Καλλυντικά / σαπούνια**

<b>b</b>	ΚΗΡΑΛΟΙΦΕΣ κάνναβης για δερματικά 10ml., "Συνετ. Kannabio"	2,90
<b>b</b>	ΚΗΡΑΛΟΙΦΕΣ κάνναβης για δερματικά 40ml., "Συνετ. Kannabio"	8,50
<b>b</b>	ΚΗΡΑΛΟΙΦΕΣ κάνναβης για πληγές-καψίματα 10ml., "Συνετ. Kannabio"	2,90
<b>b</b>	ΚΗΡΑΛΟΙΦΕΣ κάνναβης για πληγές-καψίματα 40ml., "Συνετ. Kannabio"	8,50
<b>b</b>	ΚΗΡΑΛΟΙΦΕΣ κάνναβης για μυοσκελετικούς πόνους 10ml., "Συνετ. Kannabio"	2,90
<b>b</b>	ΚΗΡΑΛΟΙΦΕΣ κάνναβης για μυοσκελετικούς πόνους 40ml., "Συνετ. Kannabio"	8,50
<b>b</b>	ΜΑΛΛΑΚΤΙΚΗ μαλλιών για όλους τους τύπους με βάση το ελαιόλαδο 300ml, "Άνεμος"	5,90
	ΟΔΟΝΤΟΚΡΕΜΕΣ με μαστίχα Χίου/βιολογικό δυόσμο/βιολογικό χαμομήλι 75ml, "Άνεμος"	5,20
	ΡΟΔΟΝΕΡΟ Χίου (κατάλληλο για βρώση και καλλυντική χρήση) 500ml, "Τα Αγιοργούσικα"	9,30
	ΣΤΙΚ ΓΙΑ ΤΑ ΧΕΙΛΗ, "Συνετ. Synepre", Ικαρία	3,30
	ΣΑΠΟΥΝΙ με γάλα γαϊδούρας και ζεόλιθο 130γρ., Σαμοθράκη	6,90
	ΣΑΠΟΥΝΙ με γάλα γαϊδούρας και ζεόλιθο 70γρ., Σαμοθράκη	3,50
	ΣΑΠΟΥΝΙ με γάλα γαϊδούρας και λεβάντα 70γρ., Σαμοθράκη	4,20
	ΣΑΠΟΥΝΙ με γάλα γαϊδούρας και δεντρολίβανο 70γρ., Σαμοθράκη	4,20
<b>b</b>	ΣΑΜΠΟΥΑΝ για κανονικά μαλλιά με μαστίχα Χίου μέλι και πρωτεΐνη σταριού 330ml, "Άνεμος"	6,60
<b>b</b>	ΣΑΜΠΟΥΑΝ για ξηρά βαμμένα μαλλιά με μαστίχα Χίου ελαιόλαδο και λυκίσκο 330ml, "Άνεμος"	7,00
<b>b</b>	ΣΑΜΠΟΥΑΝ κατά της πιτυρίδας για λιπαρά μαλλιά με μαστίχα Χίου τσουκνίδα και χυμό αλόης 330ml, "Άνεμος"	7,90
<b>b</b>	ΣΑΜΠΟΥΑΝ τονωτικό κατά της τριχόπτωσης με μαστίχα Χίου ginseng και χυμό αλόης 330ml, "Άνεμος"	7,50
<b>b</b>	ΣΑΜΠΟΥΑΝ για παιδιά και συχνή χρήση με μαστίχα Χίου ελαιόλαδο και χαμομήλι 300ml, "Άνεμος"	6,60
	ΣΑΠΟΥΝΙ φυσικό με ελαιόλαδο 120γρ., "Ρίζα Ταύγετου"	2,90
	ΣΑΠΟΥΝΙ φυσικό με ελαιόλαδο και μέλι/κανέλλα/δεντρολίβανο 370γρ., προέλευση: Αργαλαστή Βόλου	3,70
<b>b</b>	ΣΑΠΟΥΝΙ κάνναβης χειροποίητο και βιολογικό, "Συνετ. Kannabio"	4,90

ΣΑΠΟΥΝΙΑ, διάφορα χειροποίητα, "Συνετ. Synepre", Ικαρία	3,30
ΣΑΠΟΥΝΙΑ Κρήτης από βιολογικό ελαιόλαδο και πρόπολη/κιλό, Παναγιωτάκης	11,30
ΣΑΠΟΥΝΙΑ με ελαιόλαδο και διάφορα βότανα 120γρ., "Rosmarino"	4,00
ΣΑΠΟΥΝΙΑ με ελαιόλαδο και κισσό, φύκια + άργιλο 120γρ., "Rosmarino"	4,65
ΣΑΠΟΥΝΙ με ελαιόλαδο και πρόπολη σε πήλινο μπωλ. "Rosmarino"	4,65
ΣΑΠΟΥΝΙ με ελαιόλαδο/κιλό, ΚοιΣΠΕ Διάπλους	14,10

### **Βιολογικά Καλλυντικά KALUNA, προέλευση Αχλάδι Εύβοιας**

<b>b</b>	ΑΙΘΕΡΙΟ ΕΛΑΙΟ δενδρολίβανο 10ml	6,50
<b>b</b>	ΑΙΘΕΡΙΟ ΕΛΑΙΟ ευκάλυπτος/λεβάντα/tea tree 10ml	9,70
<b>b</b>	ΑΙΘΕΡΙΟ ΕΛΑΙΟ κυπαρίσι/θυμάρι 10ml	8,10
<b>b</b>	ΑΙΘΕΡΙΟ ΕΛΑΙΟ λεμόνι 10ml	6,70
<b>b</b>	ΑΙΘΕΡΙΟ ΕΛΑΙΟ πορτοκάλι 10ml	5,90
<b>b</b>	ΑΙΘΕΡΙΟ ΕΛΑΙΟ ylang ylang 10ml	10,50
<b>b</b>	ΒΑΛΣΑΜΕΛΑΙΟ 100ml	7,60
	ΒΑΜΜΑ αντιοξειδωτικό 30ml	8,30
	ΒΑΜΜΑ αποτοξίνωση ύπατος με διάφορα βότανα 30ml	8,30
	ΒΑΜΜΑ για την ανακούφιση των συμπτωμάτων της εμμηνόπαυσης 30ml	6,70
	ΒΑΜΜΑ γαϊδουράγκαθου 30ml	6,50
	ΒΑΜΜΑ δεντρολίβανου 30ml	5,60
	ΒΑΜΜΑ εχινάκεας 30ml	6,70
	ΒΑΜΜΑ μελισσόχορτου 30ml	6,70
	ΒΑΜΜΑ πασιφλώρας 30ml	5,60
	ΒΑΜΜΑ τσουκνίδας 30ml	6,70
	ΒΑΜΜΑ υπερικού 30ml	5,90
	ΒΑΜΜΑ "Immune booster" με διάφορα βότανα για την τόνωση του ανοσοποιητικού 30ml	11,10
	ΚΗΡΑΛΟΙΦΗ με ΑΡΝΙΚΑ	8,50
	ΚΗΡΑΛΟΙΦΗ με ΒΑΛΣΑΜΟ	8,00
	ΚΗΡΑΛΟΙΦΗ με ΚΑΛΕΝΤΟΥΛΑ	8,00

### **Φίλτρα Καφέ**

ΦΙΛΤΡΑ ΚΑΦΕ χωρίς χλώριο Νο 2	0,90
ΦΙΛΤΡΑ ΚΑΦΕ χωρίς χλώριο Νο 4	1,10

### **προϊόντα Staramaki**

ΚΑΛΑΜΑΚΙ Staramaki από το στέλεχος του σταριού (13/100), συσκευασία 100 τεμαχίων	5,70
ΚΑΛΑΜΑΚΙ Staramaki από το στέλεχος του σταριού (16/100), συσκευασία 100 τεμαχίων	8,90
ΘΗΚΗ ΚΑΛΑΜΕΝΙΑ Staramaki	6,50