



Στοχεύοντας στην ουσιαστική ενημέρωση των πελατών που επισκέπτονται τα καταστήματα **Olympus Plaza**, παραθέτουμε πίνακα με τα μη προσυσκευασμένα προϊόντα που παρασκευάζονται καθημερινά, επισημαίνοντας το είδος των αλλεργιογόνων που περιέχουν. Όσον αφορά προϊόντα συσκευασμένα, οι αντίστοιχες πληροφορίες των αλλεργιογόνων αναγράφονται στην επισήμανση (στα συστατικά του προϊόντος). Σύμφωνα με την ισχύουσα ευρωπαϊκή νομοθεσία (ΕΚ 1169/2011) τα συστατικά που δύναται να προκαλέσουν αλλεργίες είναι τα ακόλουθα:

In order to ensure the effective information to our customers who visit **Olympus Plaza** stores, we have created a table with the non prepacked products which made daily, indicating the type of allergens they may contain. For the prepacked products allergens information is on the labelling (ingredients list). According to the current European Regulation (EU) No 1169/2011 the ingredients that may cause allergies are the following:

1. Σιτηρά που περιέχουν γλουτένη (δηλαδή σιτάρι, κριθάρι, βρώμη, σίκαλη κτλ.) και προϊόντα που έχουν ως βάση τα σιτηρά αυτά / Cereals containing gluten (wheat, rye, barley, oats etc) and products thereof
2. Αυγά και προϊόντα με βάση τα αυγά / Eggs and products thereof
3. Ψάρια και προϊόντα με βάση τα ψάρια / Fish and products thereof
4. Αραχίδες (αράπικα φιστίκια) και προϊόντα τους / Peanuts and products thereof
5. Σόγια και προϊόντα της / Soybeans and products thereof
6. Γάλα και γαλακτοκομικά συμπεριλαμβανομένης της λακτόζης / Milk and products thereof (including lactose)
7. Ξηροί καρποί με κέλυφος (όπως αμύγδαλα, καρύδια, πέκαν, φιστίκια, κ.α.) και προϊόντα τους / Nuts (almonds, hazelnuts, walnuts, cashews, pecan nuts, pistachio nuts etc) and products thereof
8. Σέλινο και προϊόντα προερχόμενα από σέλινο / Celery and products thereof
9. Μουστάρδα και προϊόντα προερχόμενα από αυτή (σινάπι) / Mustard and products thereof
10. Σουσάμι και προϊόντα προερχόμενα από σησάμι / Sesame seeds and products thereof
11. Διοξειδίο του θείου και θειώδεις ενώσεις / Sulphur dioxide and sulphites
12. Οστρακοειδή και προϊόντα με βάση τα οστρακοειδή (καρκινοειδή) / Crustaceans and products thereof
13. Λούπινο (οσπριοειδές φυτό) και προϊόντα του / Lupin and products thereof
14. Μαλάκια (χταπόδι, καλαμάρι, κ.α.) και προϊόντα τους / Molluscs and products thereof



Αλλεργιογόνα με γλουτένη /
Cereals containing gluten *

Γαρίδες, Κραβίδες κλπ
Καρκινοσώλη /
Crayfish etc
Shrimps,
Crayfish etc

Αυγά / Eggs *

Ψάρια / Fish *

Αραχίδες (φυστικό) /
Peanuts *

Σόγια / Soybeans *

Γάλα / Milk *

Καρποί με κέλυφος /
Nuts *

Ξενοί / Celery *

Σινάπι / Mustard *

Σπόροι σιταμιού /
Sesame seeds *

Λυοξείδια του θείου,
θειώδεις οξείδες /
Sulphur dioxide and
sulphites

Λούπινω / Lupin *

Μύδια, καλαμάρι, χταπόδι
Molluscs

Αλλεργιογόνα Προϊόντων - 07/2019
Product Allergens - 07/2019

- Περιέχει τον αλλεργιογόνο παράγοντα
- Contains substances or products causing allergies or intolerances.
- Μπορεί να περιέχει τον αλλεργιογόνο παράγοντα
- May contain substances or products causing allergies or intolerances



και προϊόντα με βάση αυτού / and products thereof

Παραδοσιακές Συνταγές με χοιρινό / Traditional Pork Recipes

Χοιρινό λεμονάτο / Pork with lemon sauce	●		○				●	●	○	●	○	○			
Χοιρινό σωτέ ριγανάτο / Pork sauteed with oregano	○						○	○	○	○	○	○	○		
Χοιρινό με σάλτσα μανιταριών / Pork with mushroom sauce	●		○				●	●	○	●	○	○	●		
Χοιρινό γλυκόξινο / Sweet & sour pork	●		○				●	○	○	●	○	○	●		

Προτάσεις με Θαλασσινά / Seafood suggestions

Χταπόδι με ζυμαρικά / Pasta with tomato sauce and octopus	●		○	●			○			●	○	○			●
Πέρκα φιλέτο Στεπεισιώτα / Oven baked perch fillet with vegetables and herbs in tomato sauce	●		○	●			○	○	○	●	○	○			
Γλαύκος σχάρας λαδολέμονο / Blue fish with lemon-oil	●		○	●			○	○	○	●	●	○			

Συνοδευτικά / Side dishes

Ψωμί / Bread Roll	●		○				○	○				●			
Πατάτες τηγανιτές / French fries															
Πατάτες φούρνου / Baked potatoes	●		○				●	○	○	●	●	○	●		
Ρύζι / Rice									●						
Κριθαράκι γιουβέτσι / Orzo pilaf with tomato sauce	●		○				●	●	○	●	○	○	●		
Πιτάκι κομμένη / Pita-bread	●						○	○							

Σχάρας / Grilled

Σουβλάκι χοιρινό / Pork souvlaki	●														
Σουβλάκι κοτόπουλο / Chicken souvlaki	○		○				○	○	○	○	○	○			
Κεμπάπ / Kebab	●		●				○	●	○	○	○	○			
Λουκάνικο / Sausage	○		○		○		●	●	○	○	○		○		
Terra σουβλάκι	●		●	○			●	●	○	○	●	○	●		
Μπιφτέκια / Beef Burgers	●		●				○	●	○	○	●	○			
Ρολό κοτόπουλο / Chicken roll	●							●			●				
Φιλέτο κοτόπουλο μπούπι/ Chicken leg fillet							○				○				
Μερίδα γύρος χοιρινός	●		●				●	●	○	○	●	○	●		
Κοτόπουλο σουβλας / Roasted chicken	●						●	●		●	○	○			
Μερίδα χοιρινό σουβλάκι	●		●	○			○	●	○	○	●		●		
Μερίδα κοτόπουλο σουβλάκι	●		●	○			○	○	○	○	●	○	●		
Μερίδα γύρος κοτόπουλο	●		●	○	○		●	○	○	○	●	○			

Ζυμαρικά / Pasta

Μακαρονάδα / Pasta without sauce	●								●						
Μακαρονάδα με σάλτσα Ναπολιτέν / Pasta Napoli	●						○	○	○	○	○	○	○	●	
Μακαρόνια με κιμά / Pasta Bolognese	●		○				●	●	○	●	○	○			
Καρμπονάρα / Pasta Carbonara	●		○				○	●	○	○	○		○		

Burger - Special Food

Classic Cheese Burger	●		●	○			●	●	○	●	●	●	●		
Tower Cheese Burger	●		●	○			●	●	○	●	●	●	●		
BBQ Burger	●		●	○			●	●		●	●	●	●		
Burger κοτόπουλο/Chicken Burger	●		●	○			●	●	○	●	●	●	●		
Club sandwich	●		●	○			●	●	○	●	●	○	●		
Παιδικό μενού (κοτομπουκιές & πατάτες) / Kid's menu (chicken nuggets & french fries)	●		○				●	●	○	○	○				

Σάντουιτς / Sandwich

Σαντουιτς με σουβλάκι χοιρινό / Sandwich with pork souvlaki	●		○	○			○	○	○	○	●	○			
Σαντουιτς με σουβλάκι κοτόπουλο / Sandwich with chicken souvlaki	●		○	○			○	○	○	○	●	○			
Σαντουιτς με λουκάνικο / Sandwich with sausage	●		○				●	○	○	○	●	○	○		
Σαντουιτς με κεμπάπ / Sandwich with kebab	●		●	○			○	●	○	○	●	○			

Γλυκά / Desserts

Φωλιά πραλίνα	●		○		○		●	○	●						
Κανταΐφι	●		○		○			○	●						
Γιαννιώτικο	●		○		●			○	○						
Μπακλαβάς	●		○		●			○	●						
Πάστα Black Forest	●		●				●	●					●		
Πάστα Oreo Cookies	●		●				●	●					●		
Πάστα Εκμέκ Καταΐφι	●		●				●	●	●				●		
Πάστα Ferrero Special	●		●				●	●	●				●		
Πάστα Τρίγωνη Σοκολατίνα	●		●				●	●					●		
Πάστα Cheese Cake Μαυροκέρασο (Free Style)	●						●	●							

Τα αλλεργιογόνα στα συσκευασμένα προϊόντα και στα εμπορικά αναγράφονται πάνω στη συσκευασία τους. / Το κατάστημα ενδέχεται να μην διαθέτει όλα τα προϊόντα - For the prepacked products allergens information is on the labelling (ingredients list). / The store may not have all the products.