

NEES
ΜΕΙΩΜΕΝΕΣ
ΤΙΜΕΣ
έως **-30%**



PILABAR
HEALTHY BISTRO



DELIVERY
210 6615758

ΩΡΕΣ ΔΙΑΝΟΜΗΣ: 13.00 - 23.00
DINE IN • TAKE AWAY • DELIVERY
Ηρακλείου 94, Πάτημα Χαλανδρίου

Brunch



Brioche σολομού
καπνιστός σολομός, iceberg, σως βαλσάμικου

NEA
ΤΙΜΗ

2,00

Brioche γαλοπούλας
καπνιστή γαλοπούλα, τυρί Fina 10%,
iceberg, honey mustard σως

~~2,00~~ 1,90

Κουλούρι πολύσπορο
Philadelphia - σολομός

2,50

Κουλούρι πολύσπορο
Philadelphia - γαλοπούλα

~~2,50~~ 2,40

Χειροποίητη μπάρα δημητριακών
φυστίκι Αιγίνης, cranberries, αμύγδαλο,
βρώμη, σοκολάτα υγείας, μέλι & ταχίνι

Sugar
free

1,50

Κολοκύθι, πράσινη πιπεριά, 3 ασπράδια **DETOX**

4,50

Ανθότυρο, ντομάτα, μανιτάρια, κρεμμύδι, 3 ασπράδια

5,00



Κρητική φωλιά με cottage
πολύσπορο παξιμάδι με φρέσκια ντομάτα, cottage, βασιλικό,
ρίγανη, καπαρόφυλλα

~~6,90~~ 6,50

Orange Bloom
πράσινη σαλάτα με σως πορτοκαλιού, ρόδι & ολόκληρα κομμάτια πορτοκάλι

~~6,90~~ 6,00

NEW **Salmon**
πράσινη σαλάτα, καπνιστός σολομός, αβοκάντο, Philadelphia, δυόσμος, σως lime

7,90

Caprese
mozzarella, ντοματίνια, φρέσκο pesto βασιλικού & ψημένα ψωμάκια

~~6,90~~ 6,50

Ρόκα με βιολογική κινόα
ρόκα, ντομάτα, κόκκινη κινόα, πιπεριά, κολοκύθι, κρεμμύδι

~~7,10~~ 6,60

Nandy's Salad
φρέσκο φιλέτο κοτόπουλο, ρόκα, πράσινη σαλάτα, ανθότυρο
& σως μέλι με βαλσάμικο

~~9,20~~ 7,20

D-Tox Salad
σπανάκι, καρότο, σέλινο, ντοματίνια, πορτοκάλι, μαϊντανός, φράουλα,
λιναρόσπορος, με σως πορτοκάλι - βαλσάμικο

~~8,00~~ 6,60



NEW

100%
FRESH

Healthy SOUVLAKI

-  Σουβλάκι με φρέσκο κοτόπουλο φιλέτο
-  Σουβλάκι με 100% φρέσκο άπαχο μοσχαρίσιο κεμπάπ
-  Σουβλάκι με φρέσκο χοιρινό φιλετίνι
-  Σουβλάκι με φρέσκο άπαχο μπιφτέκι γαλοπούλας

ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ ΜΕ ΤΗ ΦΛΟΥΔΑ ΤΟΥΣ,
ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ & ΣΑΥΣΕ ΓΙΑΟΥΡΤΙ-ΜΟΥΣΤΑΡΔΑ-ΑΝΗΘΟ



ΦΡΕΣΚΙΕΣ
ΠΑΤΑΤΕΣ
ΚΟΜΜΕΝΕΣ
ΣΤΟ ΧΕΡΙ!



ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΕΣ ΠΙΤΕΣ
ΠΟΥ ΖΥΜΩΜΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΧΕΡΙ
ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ!

ΚΛΑΣΣΙΚΗ ΠΙΤΑ	ΟΛΙΚΗΣ ΠΙΤΑ	ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΠΙΤΑ
2,40	2,60	2,90

ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΟ
100% ΑΠΑΧΟ
ΟΛΟΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΑΣ



MAIN

Tagliatta κοτόπουλο

φιλέτο κοτόπουλο με φρέσκια ντομάτα & ψητά λαχανικά σε καλαθάκι παρμεζάνας

~~10,80~~ 8,90

Polo

φιλέτο κοτόπουλο με κόκκινη βιολογική κινόα & ψητά λαχανικά

~~9,20~~ 8,30

Μπιφτεκάκια γαλοπούλας

μπιφτεκάκια από φρέσκο κιμά φιλέτου γαλοπούλας, πουρέ μελιτζάνας & ψητά λαχανικά

~~10,80~~ 8,90

Μπιφτέκι μοσχαρίσιο

μπιφτέκι από φρέσκο μοσχαρίσιο κιμά, πουρέ μελιτζάνας & φρέσκιες πατάτες με φλούδα

~~8,00~~ 7,50

Γιαουρτλού κεμπάπ

3 κεμπάπ μοσχαρίσια από 100% φρέσκο άπαχο κιμά, πίτα ολικής άλεσης, πατάτες τηγανιτές φρέσκιες κομμένες στο χέρι, γιαούρτι, σάλτσα ντομάτας

7,50

NEW



ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΑΣ
ΑΠΟ ΤΟ ΚΡΕΟΠΟΛΕΙΟ
ΤΗΣ ΓΕΙΤΟΝΙΑΣ ΜΑΣ!

Σεντόζ

με ζύμαρικά
ολικής άλεσης



Al freddo linguini

Al Pesto
spaghetti με φρέσκο pesto
βασιλικού από τον κήπο

~~6,80~~ **NEA
ΤΙΜΗ** 6,30

Primavera
spaghetti με λαχανικά σωτέ

~~8,10~~ 6,70

Al freddo linguini
με φρέσκια ντομάτα, φρέσκο
βασilικό, ρίγανη, σκόρδο,
ανθότυρο & καπαρόφυλλα

~~7,80~~ 6,70

Linguini Polo
μπουκιές φρέσκου κοτόπουλου,
μυρωδικά & σάλτσα φρέσκιας
ντομάτας

~~8,80~~ 7,90

Truffle spaghetti
με λάδι λευκής τρούφας & μανιτάρια

~~9,80~~ 8,50

ITALIAN PIZZA

με φρέσκια ζύμη
ολικής άλεσης

Pizza Pepperoni



Margherita
mozzarella, φρέσκια ντομάτα, βασιλικός

~~6,80~~ **NEA
ΤΙΜΗ** 6,50

Fuego
mozzarella, φρέσκια ντομάτα, καπνιστή γαλοπούλα, φρέσκα μανιτάρια

~~9,00~~ 7,70

Primavera
mozzarella, μελιτζάνα, κολοκύθι, πιπεριά, κρεμμύδι

~~8,10~~ 7,00

Pepperoni
mozzarella, φρέσκια ντομάτα, πράσινη πιπεριά, pepperoni

~~8,00~~ 7,50

Truffle
mozzarella, φρέσκα μανιτάρια, λάδι λευκής τρούφας

~~10,00~~ 8,50

Η ΖΥΜΗ ΓΙΑ ΤΙΣ ΠΙΤΣΕΣ ΖΥΜΩΝΕΤΑΙ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΑΠΟ ΕΜΑΣ

CLUB SAND WICHES

ΜΕ ΨΩΜΙ
ΣΙΚΑΛΕΩΣ

Chicken Club
ψωμί σικάλεως, iceberg, ντομάτα, σπιτική μαγιονέζα,
mozzarella, κοτόπουλο σχάρας, καπνιστή γαλοπούλα.
Συνοδεύεται με φρέσκιες πατάτες με τη φλούδα τους.

~~9,00~~ 7,00

Salmon Club
ψωμί σικάλεως, iceberg, ντομάτα, αβοκάντο, αγγούρι,
καπνιστός σολομός, δυόσμος, τυρί Philadelphia.
Συνοδεύεται με πράσινη σαλάτα με ελαιόλαδο και λεμόνι.

~~9,00~~ 7,50

Club με ψητά λαχανικά
ψωμί σικάλεως, κολοκύθι, μελιτζάνα, κόκκινη & πράσινη πιπεριά,
πατάτα, πολτό ελιάς, λιαστές ντομάτες, κουκουνάρι, μανούρι.
Συνοδεύεται με σαλάτα ντομάτα με ελαιόλαδο, βαλσάμικο & βασιλικό.

~~8,00~~ 6,40

BURGERS

100% φρέσκος
άπαχος κιμάς

NEA
TIMH

Classic Burger	5,00	4,50
μπιφτέκι 180gr, τυρί Fina 10%, iceberg, κρεμμύδι, ντομάτα		
Egg Protein Burger	6,00	5,50
μπιφτέκι 180gr, τυρί Fina 10%, iceberg, κρεμμύδι, ντομάτα & τηγανιτό αυγό		
Chicken Burger	6,50	5,80
φιλέτο κοτόπουλο, mozzarella, iceberg, κρεμμύδι, ντομάτα		
Bacon Burger	6,00	5,00
μπιφτέκι 180gr, cheddar, iceberg, bacon, κρεμμύδι, ντομάτα		
Double Burger	8,00	7,00
διπλό μπιφτέκι 360gr, διπλό τυρί Fina 10%, iceberg, κρεμμύδι, ντομάτα		
Mushroom Melt	6,00	5,00
μπιφτέκι 180gr, cheddar, iceberg,μανιτάρια, κρεμμύδι, ντομάτα		
Turkey Burger	7,00	6,30
μπιφτέκι γαλοπούλας, τυρί Fina 10%, iceberg, κρεμμύδι, ντομάτα		
Φρέσκιες πατάτες με τη φλούδα τους	+2,00	+1,50

Επιλέξτε sauce: honey-mustard ή chilli sauce
Επιλέξτε ψωμάκι πολύσπορο ολικής άλεσης, λευκό με λιναρόσπορο



DESSERTS

Cheesecake	2,00
τα μοναδικά cheesecakes με μπισκότα χωρίς βούτυρο, κρέμα ανθότυρου & μαρμελάδα από άγρια μύρτιλλα. (με ένα κουταλάκι του γλυκού μαύρη ζάχαρη ανά μερίδα).	
NEW Σουφλέ σοκολάτας με παγωτό	2,50
φρέσκο σοκολατένιο γλύκισμα φτιαγμένο από τον chef μας, με παγωτό	




FRESH JUICES AND SMOOTHIES 400ml

NEA
TIMH

Πορτοκάλι		2,00
Πορτοκάλι, λεμόνι DETOX		2,00
Πορτοκάλι, λεμόνι, ρόδι DETOX	3,50	2,50
Full Vitamin C ρόδι, πορτοκάλι, μπανάνα, ακτινίδιο	5,00	3,50
Lipotropic ανανάς, mango, παπάγια, γάλα αμυγδάλου, ginger	5,00	3,80
Super Energie πεπόνι, ακτινίδιο, αχλάδι, μήλο, σταφύλι, δυόσμος, καρύδι, κανέλα	5,00	3,50
X-Tra Protein μπανάνα, μήλο, πορτοκάλι, 3 ασπράδια αυγού	5,50	4,00
Φρουτοσαλάτα mixed φρούτα, φρέσκα φρούτα εποχής & ξηρούς καρπούς της επιλογής σας	5,00	4,90



*Τα πορτοκάλια είναι οικογενειακής παραγωγής από το Ναύπλιο.

ΓΙΑΟΥΡΤΙΑ ^{2%} 200gr

D-Tox (ρόδι, μέλι, κανέλα) DETOX	4,00	3,40
Ανανάς, cranberries, μέλι, κανέλα	4,00	3,60
Βρώμη, goji berries, blueberries, cranberries, αμύγδαλα, μέλι, κανέλα	5,50	3,80
Μήλο, βρώμη, καρύδια, μέλι, κανέλα	5,00	3,60
NEW Γιαούρτι με μέλι & κανέλα		2,50



• αμύγδαλα • φουντούκια • βρώμη • καρύδια • λιναρόσπορος
• ηλιόσπορος • κολοκυθόσπορος • πυρήνες βερούκοκου
• cranberries • blueberries • goji berries

(0,30 / είδος)

COFFEES

Espresso μονός / διπλός	1,20 / 1,60
Espresso Freddo	1,60
Cappuccino μονός / διπλός	1,70 / 1,90
Cappuccino Freddo	1,90
Φίλτρου	1,70
Φίλτρου με γεύση φουντούκι	1,70
Ελληνικός μονός / διπλός	1,20 / 1,70
Στιγμιαίος καφές κρύος	1,50
Στιγμιαίος καφές ζεστός	1,50

*Espresso & Cappuccino & decaf.



PREMIUM COFFEE
ESPRESSO GOURMET
DAL 1862

Εκλεκτό μείγμα που θα ανταμείψει και τον πιο απαιτητικό λάτρη του καφέ. Υπέροχο άρωμα και κρεμώδης γεύση που διαρκεί και διεγείρει. Ένα χαρμάνι από επιλεγμένους κόκκους καφέ που θα σας ενθουσιάσει και θα σας ταξιδέψει.

ΡΟΦΗΜΑΤΑ

Σοκολάτα ζεστή / κρύα	2,00
Τσάι by Tea Route	1,60
Arizona Ice Tea	3,00
Ρόφημα αλόης με 100% φυσικό χυμό & ολόκληρα κομμάτια αλόης (πεπόνι - φράουλα - μήλο - lime)	3,50

ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ

Coca-Cola classic / light / zero,	1,20
Fanta μπλέ / κόκκινη, Sprite 330ml	
Ανθρακούχο νερό Σουρωτή 330ml	1,40

ΜΠΥΡΕΣ

Heineken 330ml	1,60
Fischer 330ml	1,70
Amstel Free (χωρίς αλκοόλ) 330ml	1,60

ΚΡΑΣΙΑ 750ml

Λευκό Μοσχοφίλερο - Μοσχάτο	10,00
Ερυθρό Αγιωργίτικο - Cabernet Βιολογικό	10,00

*Τα κρασιά είναι δικής μας εμφιάλωσης από μικρούς Έλληνες παραγωγούς.



Η ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΤΟΥ PILABAR

by Nick Raptopoulos

Το μυστικό βρίσκεται στο συνδυασμό των τροφών & στον τρόπο μαγειρέματος!

- Το ελαιόλαδο προστίθεται πάντα στο τέλος, δεν μαγειρεύεται ποτέ, είναι παραγωγής μας από ελαιώνες στην Αργολίδα.
- Όλα τα λαχανικά στις σαλάτες μας πλένονται με νερό & ξύδι.
- Το κρέας και το ψωμί μας είναι φρέσκα και αγοράζονται καθημερινά από το κρεοπωλείο και το φούρνο της γειτονιάς μας.
- Τα αλλαντικά είναι Creta Farm. Το φιλέτο γαλοπούλας είναι χωρίς γλουτένη & χωρίς αλάτι.
- Τα φρούτα που παρασκευάζουμε τους χυμούς και τα smoothies είναι Α' διαλογής.
- Οι μπάρες δημητριακών είναι χειροποίητες & φυσικά χωρίς προσθήκη ζάχαρης, αλλά με μέλι, ταχίνι, βρώμη, φυστίκια Αιγίνης, cranberries, αμύγδαλα & σοκολάτα υγείας.

Όλα αυτά καθιστούν το Pilabar ένα πρωτοποριακό χώρο, που σκοπό έχει να προσέχει την υγεία μας, προσφέροντάς μας νόστιμες γεύσεις χωρίς τύψεις!



PILABAR
HEALTHY BISTRO



PILABAR
HEALTHY BISTRO

Στις τιμές συμπεριλαμβάνονται όλες οι νόμιμες επιβαρύνσεις.
Οι τιμές μπορούν να τροποποιηθούν χωρίς προειδοποίηση.
Ο καταναλωτής δεν έχει υποχρέωση να πληρώσει εάν δεν λάβει
το νόμιμο παραστατικό στοιχείο (απόδειξη - τιμολόγιο)

Consumer is not obliged to pay if the notice of payment
has not been received (receipt - invoice).



pilabar_



Pilabar

www.pilabox.com

210 6615758

ΩΡΕΣ ΔΙΑΝΟΜΗΣ: 13.00 - 23.00
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΕΚΤΟΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ

ΕΛΑΧΙΣΤΗ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΑ: € 5,00

Ηρακλείτου 94, Πάτημα Χαλανδρίου