



Nutritious Bowls and Salads-Θρεπτικές Σαλάτες και Μπολ

Mediterranean bowl with falafels

Baked sweet potato, kale, quinoa, chickpeas falafel, bell peppers, kalamata olives, and asparagus and hummus

Σαλάτα με γλυκοπατάτα, λαχανίδα, κιννοα, φαλαφελ, σπαράγγια, πιπεριές, ελιές και χούμους € 12.00 (1, 11)

Asian salad

Coconut, sesame tofu, avocado, cucumber, carrots, edamame, Jasmine rice, dressed with sesame oil and soy sauce

Σαλάτα με φασόλια edamame, αβοκάντο αγγούρι, καρότο, ρύζι jasmine, τόφου, και σάλτσα από σησαμέλαιο και σόγια € 10.00 (6, 11)

Rainbow Buddha bowl

Turmeric flavored quinoa, zucchini, carrots, edamame, beetroot, avocado, and arugula humus

Αρωματισμένη κιννοα με κourkouτί, κολοκύθι, καρότο, φασόλια edamame, παντζάρι, αβοκάντο και χούμος αρωματισμένους με ρόκα. € 11.00 (1, 6, 11)

Vegan Caesar salad

Romaine lettuce, kale, cherry tomato, croutons dehydrated eggplant "bacon", and "chicken" served Caesar dressing and "parmesan" cheese

Σαλάτα του καίσαρα με μαρούλι, λαχανίδα ντοματίνια, κρουτονια, και αποξηραμένη μελιτζάνα Σερβίρετε με παρμεζάνα και Caesar ντρεσινγκ € 14.00 (1, 6, 8, 10)

Available also as Caesars chicken wrap in multigrain Tortilla

Διαθέσιμο επίσης σε τoρτιγια € 10.00 (1, 6, 8, 10)

Grilled "halloumi" salad

Rocket salad with grilled "halloumi" dry figs, pastelaki with agave syrup and balsamic

Χαλούμι με σαλάτα από ρόκα, παστελακι με σιρόπι αγαύης, αποξηραμένα σύκα, Φράουλες και βαλσαμικο € 12.00 (1, 8)



Wraps, Burgers and Sandwiches-Μπεργκερ και Σάντουιτς

Fresh raw veggie spring rolls with sweet chili sauce or peanut sauce

Rice paper, lettuce, cucumber, avocado, mint, carrot, firm tofu and Thai coriander
Φρέσκα ρολακια λαχανικών ,μαρούλι, αβοκάντο, δυόσμο, τοφου, και κολιανδρο
Σερβιροντε με γλυκόξινη σάλτσα η με σάλτσα από φιστίκια €10.00 (5, 6, 8, 11)

Mexican quinoa wrap

Tomato flavoured tortilla with Quinoa, black beans, sweet corn, bell peppers and hummus

Τορτιγια με γεύση ντομάτας, μαύρα φασόλια, καλαμπόκι, πιπεριά και χούμους
€ 8.00 (1, 11)

Tahini beetroot avocado and lettuce wrap

Spinach tortilla with avocado, beetroot and lettuce

Τορτιγια με γεύση σπανάκι, παντζάρι, μαρούλι αβοκάντο και ταχίνι € 8.00 (1, 11)

Vegan BLT sandwich

Miso glazed eggplant "bacon", hummus, rocket, tomato, pine nuts and olive oil served in (Pretzel bun, multigrain baguette or Oats bread)

Μπέικον από μελιτζάνα σε μισο σερβιρισμένη με χούμους ρόκα, ντομάτα, πινολια και ελαιόλαδο. (σερβίρετε σε ψωμάκι pretzel, μπαγκέτα πολύσπορη η ψωμάκι βρόμης)
€10.00 (1, 6, 8, 11)

Sweet potato quinoa burger

Oven baked Sweet potato, chick peas and quinoa burger in pea's bun, with tahini (Available also in beetroot or organic multigrain bun)

Μπεργκερ από κινόα, ρεβίθια και γλυκοπατάτα σε ρολάκι μπιζελιού, ντομάτα και μαρούλι. Σερβίρετε με ταχίνι € 12.00 (1, 8,11)

Gluten free option: please pick your gluten free bread Kaiser roll or multigrain roll

BBQ Pulled jackfruit and shitake mushroom in organic multigrain bun

Jackfruit cooked with fennel seeds, sage, smoked paprika, cumin, maple syrup, coconut oil and vegan BBQ sauce

Jackfruit σιγομαγειρεμένο με μάραθο, φασκομηλιά, καπνιστή πάπρικα, σιρόπι αγαύης, λάδι καρύδας, και σάλτσα BBQ € 12.00 (1, 6, 9, 10,)

Gluten free option: please pick your gluten free bread Kaiser roll or multigrain roll

Spicy Panko Oyster mushrooms burger

*Panko crusted oyster mushrooms in pea's flavoured bun topped with seashells
Coleslaw and smoked vegan mayo*

Μανιτάρια παναρισμένα με γαλέτα Πανκο σερβιρισμένα σε ρολακι με γεύση μπιζελιού, με χορτοφαγική καπνιστή μαγιονέζα. €10.00(1, 6, 8, 10, 11)



Moving Mountains Hot-Dog or Beyond Sausage

Served with tomato, lettuce, gherkins red onions, mayonnaise and popcorn.

(Pretzel bun, multigrain baguette or Oats bread)

Χορτοφαγικό Χοτ ντοκ σερβιρισμένο με μαρούλι, ντομάτα,

αγγουράκι τουρσί, κρεμμύδι, μαγιονέζα και ποπ-κορν

(σερβίρετε σε ψωμάκι pretzel, πολύσπορη μπαγκέτα ή ψωμάκι βρόμης)

€ 10.00 (1,6 8, 10)

Moving Mountains Burger or Beyond Burger Naturel

Lettuce, tomato, red onions, coleslaw and BBQ sauce

Μαρούλι, ντομάτα, κρεμμύδι coleslaw, και σάλτσα BBQ € 12.00 (1, 6, 10, 11)

Moving Mountains Cheeseburger or Beyond Cheeseburger

Vegan mayo, lettuce, tomato, red onion, cheddar "cheese" and Seashells coleslaw

Με τυρί, μαγιονέζα, ντομάτα, μαρούλι, κρεμμύδι και coleslaw €14.00 (1, 6, 8, 10, 11)

Choose your bun: Beetroot, Peas, or multigrain

Ρολάκι της επιλογής σας: Με γεύση παντζαριού, μπιτζελιού ή πολύσπορο

Authentic chick peas falafel

Homemade falafel of chick peas, broad beans, parsley, coriander,

Cumin and gram flour served in spinach tortillas or Greek pitta with

Tahini, red onions, pickled cucumber and tomato

Φαλάφελ από ρεβίθια, κουκιά, φρέσκο κολιανδρο, μαϊντανό και κύμινο

Σερβιρισμένο σε τортιγια σπανακιού ή ελληνική πίττα μαζί με ταχίνι,

Κρεμμύδι, αγγουράκι τουρσί και ντομάτα € 10.00 (1,11)

Gluten free option: please pick your gluten free bread Kaiser roll or

Multigrain roll

Rainbow luxury mini buns

Four mini burgers with falafel and tahini, curry chickpeas and mango chutney,

tofu with quinoa and BBQ pulled jackfruit.

Μικρά ρολάκια με Φαλάφελ, ρεβίθια με καρυ και μανγκο, BBQ jackfruit, και

τόφου με κινόα .€ 12.00 (1, 6, 8, 10, 11)

Side dishes

Sweet potato fries € 4.00

Baked sweet potato € 2.95

Sea salt fries € 2.95

Loaded Sea salt fries with jack fruit and rainbow coleslaw € 7.00 (6, 9, 10)

Hoisin "Duck" Pancake wraps

Shredded hoisin "duck" in steamed pancake wraps with spring onions and cucumber

Ψιλοκομμένη "πάπια" με σάλτσα hoisin σε τηγανίτες ατμού με αγγουράκι και

φρέσκο κρεμμύδι € 12.00 (1, 6)



Healthy Treats-Υγιεινές Λιχουδιές

Acai Energizer bowl

Almond milk, agave syrup, red and green apples, kiwi, banana, oats and almonds
Γάλα αμύγδαλου, σιρόπι αγαύης, κόκκινο και πράσινο μήλο, μπανάνα, ακτινίδιο, βρόμη και αμύγδαλα € 10.00 (1, 8)

Dragon fruit smoothie bowl

Dragon fruit puree, raspberries, banana, coconut milk, coconut flakes, Brazilian nuts, crunchy granola and strawberries
Σμέουρα, μπανάνα, γάλα καρύδας, νιφάδες καρύδας, φιστικιά Βραζιλίας, τραγανή κρानολα και φράουλες € 10.00 (1, 8)

Seasonal cut fruits

Φρέσκα φρούτα εποχής € 8.00

Sorbet-Σορμπε

Chocolate

Σοκολάτα

Strawberry

Φράουλα

Peach

Ροδάκινο

Rose

Τριαντάφυλλο

1 scoops

€ 2.00

3 scoops

€ 5.00



Refreshments & Minerals - Αναψυκτικά & Δροσιστικά Ποτά

Soft drinks, 33cl tin	€3.00
Slush Puppy	€4.50
Mineral water, 50cl	€2.50
Mineral water, 1ltr	€3.50
Ydor sparkling water, 50cl	€4.00
Vitabio Juice, 120gr	€3.00
⊗ Apple – Mango - Acerola	
⊗ Apple - Berries – Myrtle	
Booster Juice Shots, 100cl	€3.20
⊗ Ginseng	
⊗ Turmeric	
⊗ Ginger	
⊗ Antioxidant	
Perrier sparkling water, 33cl	€4.00

Hot Beverages – Ζεστά Ποφήματα

Espresso	€3.50
Espresso Double	€4.50
Cappuccino	€5.00
Instant Coffee	€4.20
Americano	€4.50
Latte	€5.00
Herbal or Regular tea	€4.20

Cold Beverages - Κρύα Ποφήματα

Frappe iced coffee	€4.20
Freddo Espresso	€4.50
Ice Latte	€5.00

Your choice of milk: soya, almond, coconut

Mocha Morning Buzz	€7.00
--------------------	-------

Oats soft dates, espresso shot, cocoa powder, coconut oil, almond milk,
 Βρόμη, χουρμάδες, καφές εσπρέσο, σκόνη κακάο, λάδι καρύδας
 και γάλα αμυγδάλου (8)



Juices –	Χυμοί
Freshly Squeezed Juices	€6.00
Choose any or combine: orange, apple, carrot	
Boost and Detox Juices	
Zesty Lemon	€6.50
Lemon juice, red apple, cucumber	
Red Zinger	€6.50
Beetroot, carrot, lemon juice, red apple	
Orange Dream	€6.50
Orange, pear, red apple, sweet potato, celery	
Tropical Carrot Apple Juice	€6.50
Carrot, pineapple, red apple, fresh ginger	
Green Ginger	€6.50
Fresh ginger, green apple, celery, spinach, cucumber, lime	
Smotthies - Δροσιστικά ροφήματα	
Hangover	€7.00
Sweet melon, pineapple, lime, ginger, coconut water Πεπόνι , ανανά, λαιμ, ακτινίδιο, τζιντζερ, νερό καρύδας	
The Purp	€7.00
Beetroot, blackberries, apple, cucumber, spinach, celery Παντζάρι, βατόμουρα, μήλο, αγγουράκι, σπανάκι και σέλινο	
Green Energy	€7.00
Green apple, white grapes, banana, kiwi, cucumber, lime, flaxseeds, matcha Πράσινο μήλο, άσπρο σταφύλι, μπανάνα, αγγούρι, λαιμ, λιναρόσπορο, matcha	
Berrylicious	€7.00
Raspberries, blueberries, blackberries, strawberries banana, coconut water, almond milk, agave syrup Σμέουρα, βατόμουρα, φράουλες, μπανάνα, νερό καρύδας, γάλα αμυγδάλου agave syrup (8)	
Avocado Mint Heaven	€7.00
Avocado cacao, dates, almond milk, mint and Himalayan salt Αβοκάντο, κακάο, χουρμάδες, γάλα αμυγδάλου, δυόσμο, αλάτι Ιμαλαίων (8)	

Prices are inclusive of all charges and taxes. / Οι τιμές περιλαμβάνουν όλους τους φόρους



Alcoholic Cocktails – Αλκοολούχα Κοκτέιλ

Rose and Berries, 45cl Gin, rose water, raspberries, agave syrup, lemon juice	€8.00
Agave Gin Fizz, 45cl Gin, agave syrup, lemon juice, club soda and orange bitters	€8.00
Orange Kick, 45cl Whiskey, orange juice, lemon juice, agave syrup	€8.00
Berry Crash, 45cl Tequila, crushed mixed berries, agave syrup, lemon juice	€8.00
Rum Sour, 45cl White rum, agave syrup, lemon juice and orange bitters	€8.00
Vegan Aperol Spritz, 45cl White wine, soda, aperol and slice of lemon	€8.00



Wines – Κρασιά

White Wines	25cl	75cl
Vinorganic, Chardonnay		
<i>Puglia Region, Italy</i>	€5.00	€14.00
Seaside Dream		
<i>Lambouris Winery, Cyprus</i>		€16.00
Red Wines		
Vinorganic, Merlot		
<i>Puglia Region, Italy</i>	€5.00	€14.00
Crimson Sky		
<i>Lambouris Winery, Cyprus</i>		€16.00
Rose Wines		
Vinorganic, Negroamaro		
<i>Puglia Region, Italy</i>	€5.00	€14.00
Summer Blush, Rose		
<i>Lambouris Winery, Cyprus</i>	€5.50	€16.00
Mirabeau Forever Summer		€30.00
<i>Provance, France</i>		

Prices are inclusive of all charges and taxes. / Οι τιμές περιλαμβάνουν όλους τους φόρους



Beers – Μπύρες

KEO draught, 25cl	€3.00
KEO draught, 50cl	€5.00
Carlsberg, bottle 33cl	€5.00
Corona Extra, bottle 35.5cl	€6.00
Stella Artois, bottle 33cl	€6.00

Healthy Snacks – Υγιεινά Σνακ

Hummus Chips	€2.20
⌘ Tomato, Basil, 45gr	
⌘ Sea Salt, 45gr	
Quinoa Chips	€2.20
⌘ Sea Salt, 45gr	
⌘ Creamy Dill, 45gr	
Lentils Chips	€2.20
⌘ Tomato, Basil, 45gr	
⌘ Sea Salt, 45gr	
Biosaurus,	€2.50
⌘ Cheese, 50gr	
⌘ Sea Salt, 50gr	
⌘ Ketchup, 50gr	
Healthy Nuts	
⌘ Piquant Mix, 40gr	€1.50
⌘ Hot Mix, 40gr	€1.50
⌘ Mix Special, 40gr	€1.50