Minoa Palace Resort
Thalassa Restaurant & Bar

LUNCH MENU



Thalassa Buffet

FULL BUFFET
20€

SALAD BUFFET
12€

DESSERT BUFFET
8€

DRINKS ARE NOT INCLUDED
ΤΑ ΠΟΤΑ ΔΕΝ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ

APPETIZERS

ΟΡΕΚΤΙΚΑ

(V)	DAKOS (BARLEY RUSK WITH TOMATO, CRETAN SOFT CHEESE, VIRGIN OLIVE OIL AND OREGANO) ΝΤΑΚΟΣ (ΚΡΙΘΑΡΕΝΙΟ ΠΑΞΙΜΑΔΙ ΜΕ ΤΟΜΑΤΑ, ΜΥΖΗΘΡΑ, ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΚΑΙ ΡΙΓΑΝΗ)	7€
(V)	SAGANAKI CHEESE (BREADED FRIED CRETAN HARD CHEESE) ΚΡΗΤΙΚΟ ΚΕΦΑΛΟΤΥΡΙ ΣΑΓΑΝΑΚΙ	8,5€
	PITA BREAD, STUFFED WITH CRETAN APAKI (SMOKED PORK), GRILLED VEGETABLES AND TIROMALAMA CRETAN CHEESE ΠΙΤΑ ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΣΧΑΡΑΣ, ΚΡΗΤΙΚΟ ΑΠΑΚΙ ΚΑΙ ΤΥΡΟΜΑΛΑΜΑ	12€
(GF)	OMELETTE WITH SHRIMPS TOMATO AND SPRING ONIONS ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΓΑΡΙΔΕΣ, ΝΤΟΜΑΤΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ	12€
(V)	BRUSCHETTA WITH EGGPLANTS AND GREEK YOGURT ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ ΜΕ ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΚΑΙ ΓΙΑΟΥΡΤΙ	9€
(V)	LOCAL SPINACH AND CHEESE PIES (5 PIECES) ΧΑΝΙΩΤΙΚΑ ΚΑΛΙΤΣΟΥΝΙΑ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ ΚΑΙ ΜΥΖΗΘΡΑ (ΜΕΡΙΔΑ 5 ΤΕΜΑΧΙΩΝ)	9€
❄	FRIED CALAMARI WITH TZATZIKI DIP ΚΑΛΑΜΑΡΑΚΙΑ ΤΗΓΑΝΗΤΑ ΜΕ ΤΖΑΤΖΙΚΙ	12€
❄ (GF)	GRILLED OCTOPUS ON MASHED SANTORINI'S YELLOW SPLIT PEAS ΧΤΑΠΟΔΙ ΣΧΑΡΑΣ ΠΑΝΩ ΣΕ ΦΑΒΑ ΣΑΝΤΟΡΙΝΗΣ	15€
❄ (GF)	SHRIMPS AND MUSSELS IN LEMON SAUCE WITH FENNEL AND FETA CHEESE ΛΕΜΟΝΑΤΕΣ ΓΑΡΙΔΕΣ ΚΑΙ ΜΥΔΙΑ ΜΕ ΜΑΡΑΘΟ ΚΑΙ ΦΕΤΑ	15€
(V) (GF)	TZATZIKI ΤΖΑΤΖΙΚΙ	5€
(V) (GF)	TRADITIONAL STYLE FRIED POTATOES ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ	6€

(V) VEGETARIAN DISH ΧΟΡΤΟΦΑΓΙΚΟ ΠΙΑΤΟ (GF) GLUTEN FREE ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ
❄ FROZEN ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΟ

SALADS
ΣΑΛΑΤΕΣ

(V) (GF) GREEK SALAD ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ 10€

(V) (GF) CHERRY TOMATO SALAD WITH ROAST PEPPERS, MIZITHRA CRETAN CHEESE & BASIL-WALNUT DRESSING 11€
ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΙΝΙΑ, ΨΗΤΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ, ΚΡΗΤΙΚΗ ΜΥΖΗΘΡΑ ΚΑΙ DRESSING ΜΕ ΒΑΣΙΛΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΡΥΔΙΑ

(V) (GF) GREEN SALAD WITH GRILLED GREEK MANOURI CHEESE, MELON, RAISINS & MINT VINAIGRETTE 9€
ΠΡΑΣΙΝΗ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΜΑΝΟΥΡΙ ΣΧΑΡΑΣ, ΠΕΠΟΝΙ, ΣΤΑΦΙΔΕΣ ΚΑΙ ΒΙΝΕΓΚΡΕΤ ΜΕ ΔΥΟΣΜΟ

(V) (GF) AVOCADO SALAD WITH FRESH LOCAL GREENS (STAMNAGATHI), ROCKET, CRISPY ALMONDS AND CITRUS FRUITS DRESSING 11€
ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΑΒΟΚΑΝΤΟ, ΩΜΟ ΣΤΑΜΝΑΓΚΑΘΙ, ΡΟΚΑ, ΤΡΑΓΑΝΑ ΑΜΥΓΔΑΛΑ & ΝΤΡΕΣΙΝΓΚ ΕΣΠΕΡΙΔΟΕΙΔΩΝ

MAIN DISHES
ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΑ

(V) HOMEMADE CRETAN PASTA WITH SPINACH, CHERRY TOMATOES AND FETA CHEESE 10€
ΜΕΣΣΑΡΙΤΙΚΟ ΜΑΚΑΡΟΝΙ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ, ΝΤΟΜΑΤΙΝΙΑ ΚΑΙ ΦΕΤΑ
CHILD PORTION / ΠΑΙΔΙΚΗ ΜΕΡΙΔΑ 6€

PENNE WITH SMOKED PANCETTA AND CRETAN GRAVIERA CHEESE CREAM 13€
ΠΕΝΕΣ ΜΕ ΚΑΠΝΙΣΤΗ ΠΑΝΣΕΤΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ ΓΡΑΒΙΕΡΑΣ

❄ PORK GYROS SERVED WITH PITA BREAD, TZATZIKI AND FRIED POTATOES 16€
ΧΟΙΡΙΝΟ ΨΙΛΟΚΟΜΜΕΝΟ ΣΕ ΑΡΩΜΑΤΙΚΗ ΜΑΡΙΝΑΔΑ ΜΕ ΠΙΤΑ, ΤΖΑΤΖΙΚΙ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ

(V) VEGETARIAN DISH ΧΟΡΤΟΦΑΓΙΚΟ ΠΙΑΤΟ (GF) GLUTEN FREE ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ
❄ FROZEN ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΟ

MAIN DISHES

ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΑ

GF GRILLED CHICKEN FILLET, SERVED WITH GRILLED VEGETABLES AND FRIED POTATOES 15€
ΦΙΛΕΤΟ ΦΡΕΣΚΟΥ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟΥ
ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΣΧΑΡΑΣ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ
CHILD PORTION / ΠΑΙΔΙΚΗ ΜΕΡΙΔΑ 9€

GF LAMB CHOPS SERVED WITH EGGPLANT SALAD, GRILLED TOMATOES AND JACKET POTATOES 17€
ΑΡΝΙΣΙΑ ΠΑΪΔΑΚΙΑ ΜΕ ΜΕΛΙΤΖΑΝΟΣΑΛΑΤΑ,
ΤΟΜΑΤΑ ΣΧΑΡΑΣ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΑ ΟΦΤΗ

ORGANIC PORK SOUVLAKI ON SPICY SPREADED BREAD, TZATZIKI AND FRIED POTATOES 19€
ΧΟΙΡΙΝΟ ΣΟΥΒΛΑΚΙ ΒΙΟ ΕΚΤΡΟΦΗΣ,
ΣΕ ΨΩΜΙ ΜΕ ΠΙΚΑΝΤΙΚΟ ΑΛΕΙΜΜΑ,
ΤΖΑΤΖΙΚΙ ΚΑΙ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ

BURGER MADE WITH PORK FROM RETHIMNO AREA AND LOCAL LAMB (250 GR), SERVED WITH GRILLED VEGETABLES AND FRIED POTATOES 18€
ΜΠΙΦΤΕΚΙ ΜΕ ΧΟΙΡΙΝΟ ΡΕΘΥΜΝΟΥ ΚΑΙ
ΝΤΟΠΙΟ ΑΡΝΙ (250 ΓΡ), ΣΕΡΒΙΡΕΤΑΙ ΜΕ
ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ
CHILD PORTION WITH FRIED POTATOES / 12€
ΠΑΙΔΙΚΗ ΜΕΡΙΔΑ ΠΑΤΑΤΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ

❄ GF TUNA STEAK ON GRILLED BABY ZUCCHINI AND FRESH FRUIT AND VEGETABLE SAUCE 19€
ΦΙΛΕΤΟ ΤΟΝΟΥ ΜΕ ΚΟΛΟΚΥΘΑΚΙΑ ΣΧΑΡΑΣ
ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΙΑ ΣΑΛΤΣΑ ΦΡΟΥΤΩΝ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ

GF SAUTED SEA BREAM FILLET WITH SCOLIMUS ROOTS AND AROMATIC LEMON DRESSING 19€
ΦΙΛΕΤΟ ΤΣΙΠΟΥΡΑΣ ΣΩΤΕ ΜΕ ΑΣΚΟΛΙΜΠΡΟΥΣ
ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΟ ΛΑΔΟΛΕΜΟΝΟ

SEA BASS FILLET WITH ENERGY NUT CRUST AND STEAMED VEGETABLES 20€
ΦΙΛΕΤΟ ΛΑΒΡΑΚΙ ΜΕ ΚΡΟΥΣΤΑ ΑΠΟ
ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟΥΣ ΚΑΡΠΟΥΣ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΑΤΜΟΥ

GREEK MOUSAKA ΜΟΥΣΑΚΑΣ 15€

V VEGETARIAN DISH ΧΟΡΤΟΦΑΓΙΚΟ ΠΙΑΤΟ GF GLUTEN FREE ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ
❄ FROZEN ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΟ

DESSERT

ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ

SWEETS OF THE DAY ΓΛΥΚΑ ΗΜΕΡΑΣ	7€
SEASONAL FRUITS ΦΡΟΥΤΑ ΕΠΟΧΗΣ	7€
ICE CREAM ΠΑΓΩΤΟ	7€
LOCAL CHEESE PIES SERVED WITH HONEY ΧΑΝΙΩΤΙΚΑ ΤΥΡΟΠΙΤΑΚΙΑ ΜΕ ΚΡΗΤΙΚΑ ΤΥΡΙΑ, ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΕΝΑ ΜΕ ΜΕΛΙ	7€

Ουσίες ή προϊόντα που προκαλούν αλλεργίες ή δυσανεξίες (Βάση ΚΑΝ. 1169/2011)

Δημητριακά που περιέχουν γλουτένη
Καρκινοειδή (θαλασσινά με κέλυφος, π.χ καβούρια, γαρίδες, αστακοί) και προϊόντα τους
Αυγά και προϊόντα με βάση τα αυγά
Ψάρια και προϊόντα με βάση τα ψάρια
Αραχίδες (αράπικα φιστίκια) και προϊόντα με βάση τις αραχίδες
Σόγια και προϊόντα με βάση τη σόγια
Γάλα και προϊόντα με βάση το γάλα
Καρποί με κέλυφος (π.χ. αμύγδαλα, φουντούκια, καρύδια, κάσιους κτλ)
Σέλινο και προϊόντα με βάση το σέλινο
Σινάπι και προϊόντα με βάση το σινάπι
Σπόροι σησαμιού και προϊόντα με βάση τους σπόρους σησαμιού
Διοξείδιο του θείου (SO2) και θειώδεις ενώσεις
Λούπινο και προϊόντα με βάση το λούπινο
Μαλάκια και προϊόντα με βάση τα μαλάκια.

Παρακαλούμε ενημερώστε μας για τυχόν αλλεργία ή δυσανεξία σε ένα από τα παραπάνω συστατικά. Ο Chef ή ο προϊστάμενος του τμήματος θα σας ενημερώσει για τα είδη των προϊόντων που δεν περιέχουν το συγκεκριμένο αλλεργιογόνο, με βάση τις συνταγές μας. Ωστόσο, το ξενοδοχείο δεν είναι σε θέση να εξασφαλίσει 100%ότι δεν υπάρχει η πιθανότητα ύπαρξης ίχνους του συγκεκριμένου αλλεργιογόνου, λόγω διασταυρούμενων επιμολύνσεων κατά την παραγωγή από τα χρησιμοποιούμενα σκεύη & εξοπλισμό του ξενοδοχείου.

List of food allergens according to REG 1169/2011

Cereals containing gluten
Crustaceans and their products
Eggs and their products
Fish and their products
Peanuts and their products
Soybeans and their products
Milk and milk products (including lactose)
Nuts, namely: almonds, hazelnuts, walnuts, cashews, pecan nuts Brazil nuts, pistachio nuts etc
Celery and its products
Mustard and products
Sesame seeds and its products
Sulphur dioxide and sulphites
Lupin and its products
Molluscs and its products

Please inform us, in case of allergies or intolerances in any of the above substances. The Chef or the Head of the Department will inform you which products do not contain the specific allergen, according to our recipes. However, the hotel is in no position to ensure 100%that traces of the allergen cannot be found due to cross contamination during the production from the used utensils, tools and equipment of the hotel.

crete
κρήτη
cretan cuisine
κρητική κουζίνα

Thalassa Restaurant & Bar

ΑΓΟΡΑΝΟΜΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: ΓΙΑΝΝΗΣ ΤΣΙΒΟΥΡΑΚΗΣ
FOOD SERVICE MANAGER: YIANNIS TSIVOURAKIS

FIND US ON FACEBOOK, INSTAGRAM, & TRIPADVISOR

- ΟΙ ΤΙΜΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΥΝ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΝΟΜΙΜΕΣ ΕΠΙΒΑΡΥΝΣΕΙΣ
  TAXES ARE INCLUDED
- ΟΛΕΣ ΟΙ ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΜΑΣ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΜΕ ΕΞΤΡΑ ΠΑΡΘΕΝΟ ΚΡΗΤΙΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ
  EXTRA VIRGIN CRETAN OLIVE OIL IS USED FOR ALL FOOD PREPARATIONS
- Η ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΕΙΝΑΙ ΥΠΟΧΡΕΩΜΕΝΗ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ ΕΝΤΥΠΑ ΔΕΛΤΙΑ ΣΕ ΕΝΑ ΕΙΔΙΚΟ ΧΩΡΟ ΚΟΝΤΑ ΣΤΗΝ ΕΞΟΔΟ, ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΤΥΧΟΝ ΠΑΡΑΠΟΝΩΝ
  THE ESTABLISHMENT IS OBLIGED TO HAVE A PRINTED FORM AVAILABLE NEAR THE EXIT, FOR THE REGISTRATION OF ANY COMPLAINT