



Minoa Palace Resort
Thalassa Restaurant & Bar

LUNCH MENU



THALASSA BUFFET

FULL BUFFET
25€

SALAD BUFFET
15€

DESSERT BUFFET
10€

DRINKS ARE NOT INCLUDED
ΤΑ ΠΟΤΑ ΔΕΝ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ

APPETIZERS

ΟΡΕΚΤΙΚΑ

-  **DAKOS** (barley rusk, grated tomato, galomitzithra local cheese, e.v. olive oil, oregano) 7€
ΝΤΑΚΟΣ (κριθαρένιο παξιμάδι, τριμμένη ντομάτα, γαλομυζήθρα, εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο, ρίγανη)
- TARAMOSALATA, TZATZIKI, EGGPLANT SALAD** 8€
bread chips
ΤΑΡΑΜΟΣΑΛΑΤΑ, ΤΖΑΤΖΙΚΙ, ΜΕΛΙΤΖΑΝΟΣΑΛΑΤΑ
τσιπς ψωμιού
-  **LOCAL SPINACH & CHEESE PIES** (5 pcs) 9€
ΧΑΝΙΩΤΙΚΑ ΚΑΛΙΤΣΟΥΝΙΑ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ & ΜΥΖΗΘΡΑ (μερίδα 5 τεμ)
-  **EGGPLANTS GRATIN** 9€
tiromalama cheese, walnut & rocket pesto
ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΦΟΥΡΝΟΥ
τυρομάλαμα, σάλτσα με καρύδια & ρόκα
- CRETAN PILAFI RICE CROQUETTES** 10€
on graviera cheese cream
ΚΡΟΚΕΤΕΣ ΡΥΖΙΟΥ (ΚΡΗΤΙΚΟ ΠΙΛΑΦΙ)
σε κρέμα γραβιέρας
- BEEF MEAT BALLS** 12€
red bell pepper sauce, sheep's milk yogurt, mint
ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΚΕΦΤΕΔΑΚΙΑ
σάλτσα πιπεριάς φλωρίνης, πρόβειο γιαούρτι, δυόσμος
- FISH OF THE DAY MARINATED IN LEMON** 13€
purslane, onions, sea fennel, e.v. olive oil
ΨΑΡΙ ΗΜΕΡΑΣ ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝΟ ΣΕ ΛΕΜΟΝΙ
γλιστρίδα, κρεμμύδι, κρίταμο, εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο
- GRILLED CALAMARI** * Sifno's island caper salad 14€
ΚΑΛΑΜΑΡΙ ΣΧΑΡΑΣ * Σιφνέικη σαλάτα κάπαρης
- OCTOPUS** * in local red wine, mashed yellow split peas 16€
ΧΤΑΠΟΔΙ * μαγειρευμένο σε ντόπιο κρασί, φάβα
- OMELET** 12€
Shrimps*, zucchini, spring onions
ΟΜΕΛΕΤΑ
γαρίδες*, κολοκυθάκια, φρέσκο κρεμμύδι
-  **TRADITIONAL STYLE FRIED POTATOES** in e.v. olive oil 6€
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ σε εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο



VEGETARIAN DISH



VEGAN DISH

ΧΟΡΤΟΦΑΓΙΚΟ ΠΙΑΤΟ

VEGAN ΠΙΑΤΟ

* FROZEN ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΟ

SALADS

ΣΑΛΑΤΕΣ

-  **GREEK SALAD** 11€
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ
-  **AVOCADO SALAD** 12€
stamangathi local greens, rocket, crispy almonds, orange, citrus fruits dressing
ΣΑΛΑΤΑ ΑΒΟΚΑΝΤΟ
φρέσκο σταμναγκάθι, ρόκα, αμύγδαλα, πορτοκάλι, σάλτσα εσπεριδοειδών
-  **CHERRY TOMATOES & ROAST PEPPERS** 11€
dry anothiros cheese, basil & walnuts green dressing
ΝΤΟΜΑΤΙΝΙΑ & ΨΗΤΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ
αποξηραμένος ανθότυρος, πράσινη σάλτσα με καρύδια & βασιλικό
- ORGANIC ARTICHOKE, HOMEMADE TUNA CHUNKS** 12€
green beans, avocado, boiled egg
ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ ΑΓΚΙΝΑΡΑ, ΤΟΝΟΣ
πράσινο φασολάκι, αβοκάντο, βραστό αυγό

MAIN DISHES

ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΑ

- TRADITIONAL CRETAN PASTA "SKIOUFIKTO"** 15€
pulled lamb, thyme, grated kefalotiri cheese
ΣΚΙΟΥΦΙΚΤΑ ΚΡΗΤΗΣ
αρνάκι τσιγαριστό, θυμάρι, κεφαλοτύρι
- LINGUINI** 17€
grouper *, lemon, botarga
ΛΑΖΑΝΑΚΙ
φιλέτο σφυρίδας *, λεμόνι, αυγοτάραχο
- GRILLED CHICKEN FILLET** 16€
grilled mushrooms & tomato, fried potatoes
ΦΙΛΕΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟΥ ΣΧΑΡΑΣ
μανιτάρια & ντομάτα σχάρας, τηγανιτές πατάτας



VEGETARIAN DISH
VEGAN DISH

ΧΟΡΤΟΦΑΓΙΚΟ ΠΙΑΤΟ
VEGAN ΠΙΑΤΟ

* FROZEN ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΟ

MAIN DISHES

ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΑ

- GRILLED BONELESS PORK LOIN** 16€
grilled eggplants & zucchini,
fried potatoes
ΜΠΡΙΖΟΛΑΚΙΑ ΧΟΙΡΙΝΑ ΣΧΑΡΑΣ
μελιτζάνες & κολοκύθια σχάρας,
τηγανιτές πατάτες
- PORK GYROS *** 16€
pitta bread, tzatziki, fried potatoes
ΧΟΙΡΙΝΟΣ ΓΥΡΟΣ
πίτα, τσατζίκι, τηγανιτές πατάτες
- MOUSAKA "CLASSIC"** 15€
ΜΟΥΣΑΚΑΣ
- GRILLED SEA BREAM** 19€
jacket potatoes, grilled greens, tomato,
lemon fillets, dill
ΦΙΛΕΤΟ ΤΣΙΠΟΥΡΑΣ ΣΧΑΡΑΣ
πατάτες οφτές, σταμναγκάθι σχάρας, ντομάτα,
φιλέτα λεμονιού, άνηθο
- SAUTEED MEAGRE FISH** 20€
tomato sauce, black olives, potatoes
ΦΡΕΚΟΣ ΚΡΑΝΙΟΣ ΦΙΛΕΤΟ ΣΩΤΕ
σάλτσα ντομάτας, μαύρες ελιές, πατάτες
-  **ZUCCHINI PATTIES & LENTILS,** 13€
bulgur salad
ΜΠΙΦΤΕΚΑΚΙΑ ΚΟΛΟΚΥΘΙΟΥ ΜΕ ΦΑΚΕΣ,
πλιγουροσαλάτα
-  **CHICK PEAS IN CLAY POT** 11€
spinach, wild fennel, bitter lemon,
strain yogurt
ΡΕΒΙΘΙΑ ΣΤΗ ΓΑΣΤΡΑ
σπανάκι, μάραθο, νεράντζι,
στραγγιστό γιαούρτι



VEGETARIAN DISH



VEGAN DISH

ΧΟΡΤΟΦΑΓΙΚΟ ΠΙΑΤΟ

VEGAN ΠΙΑΤΟ



FROZEN ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΟ

DESSERT

ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ

- SEASONAL SLICED FRUITS** 7€
ΦΡΟΥΤΑ ΕΠΟΧΗΣ
- ORANGE PIE**, cream & almonds ice cream 7€
ΠΟΡΤΟΚΑΛΟΠΙΤΑ, παγωτό κρέμα με αμύγδαλα
- YOGURT**, sour cherry spoon sweet, crumble 7€
ΓΙΑΟΥΡΤΙ, γλυκό βύσσινο, τριμμένο μπισκότο
- TRADITIONAL CHEESE PIES**, thyme honey 7€
ΚΡΗΤΙΚΑ ΚΑΛΙΤΣΟΥΝΙΑ ΜΕ ΤΥΡΙΑ, θυμαρίσιο μέλι

KIDS MENU

ΠΑΙΔΙΚΟ ΜΕΝΟΥ

- BREADED CHICKEN FILET & FRIED POTATOES** 9€
ΦΙΛΕΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΠΑΝΕ & ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ
- SPAGHETTI BOLOGNESE** 9€
ΣΠΑΓΓΕΤΤΙ ΜΠΟΛΟΝΕΖ
- MINI BURGER & FRIED POTATOES** 10€
MINI BURGER & ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ

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 σπασμιού και προϊόντα με βάση τους σπόρους σπασμιού
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	Celery and its products
Crustaceans and their products	Mustard and products
Eggs and their products	Sesame seeds and its products
Fish and their products	Sulphur dioxide and sulphites
Peanuts and their products	Lupin and its products
Soybeans and their products	Molluscs and its products
Milk and milk products (including lactose)	
Nuts, namely: almonds, hazelnuts, walnuts, cashews, pecan nuts Brazil nuts, pistachio nuts etc	

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.



Thalassa Restaurant & Bar

ΑΓΟΡΑΝΟΜΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: ΓΙΑΝΝΗΣ ΤΣΙΒΟΥΡΑΚΗΣ
FOOD SERVICE MANAGER: ΥΙΑΝΝΙΣ ΤΣΙΒΟΥΡΑΚΙΣ



FIND US ON FACEBOOK, INSTAGRAM, & TRIPADVISOR

- **ΟΙ ΤΙΜΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΥΝ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΝΟΜΙΜΕΣ ΕΠΙΒΑΡΥΝΣΕΙΣ**
TAXES ARE INCLUDED
- **ΟΛΕΣ ΟΙ ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΜΑΣ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΜΕ ΕΙΤΡΑ 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 ΕΙΣΟΔΟ, ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΤΥΧΟΝ ΠΑΡΑΠΟΝΩΝ**
THE ESTABLISHMENT IS OBLIGED TO HAVE A PRINTED FORM AVAILABLE NEAR THE EXIT, FOR THE REGISTRATION OF ANY COMPLAINT

