

# In-Villa Dining Menu

한국인

## TIA 영양 철학

우리의 철학은 음식이 영양을 공급하고 에너지와 기분에 긍정적인 영향을 미치도록 하기 위해 요리를 하는 동안 가능한 많은 원래의 영양분을 유지하고 실제 자연적인 음식을 먹는 것에 바탕을 두고 있습니다

TIA 시그니처인 가볍게 먹고, 생기 느끼기 (Eat Light, Feel Bright) 등급 시스템은 음식이 에너지와 기분에 미치는 영향을 알게 해주는 데 사용되는 간단한 수단입니다. 5점 이하의 모든 식사는 가벼운 식사로 간주되며, 각 개인의 현재 웰빙 상태에 따라 균형을 맞출 수 있는 선택권을 고객님의게 제공합니다.

## 가벼운 식사의 이점

몸에 휴식을 줍니다: 가볍고 영양이 풍부한 음식을 먹는 것은 무겁고 건강에 좋지 않은 음식에서 벗어나 새로운 차원의 신체적, 정신적 에너지와 치유를 경험하기 위한 휴식을 제공합니다. 무거운 음식을 섭취하면 소화를 위해 여러분의 혈액이 필요하고 신체는 이 과정에 모든 주의를 돌립니다.

몸이 치유에 집중할 수 있도록 합니다: 독성이 있는 음식을 없애고 식단을 단순화하면 소화 기관이 쉴 수 있습니다. 그러면 우리 몸은 치유와 회복에 집중할 수 있습니다. 건강 및 기분의 이점: 장기적으로 계속해서 기분이 좋아지고, 더 긍정적인 전망을 가지고, 기분이 개선되며, 염증이 줄어들고, 체중 감소 및 안색이 좋아지도록 고무될 것입니다. 모든 요리는 고객님의 편의를 위해 재료에 따라 아래의 기호로 라벨이 붙어 있습니다.



식물성



글루텐 프리



채식



견과류 포함

# BREAKFAST IN BED

06:30 - 22:00

## Start With Our Breakfast Platter

### MINDFUL VEGAN

다양한 과일, 호박빵, 씨앗빵, 망고, 참깨 크래커위의 캐슈 치즈, 비건 리코타, 선드라이 토마토, 홈메이드 잼, 캐슈 버터



### SAVORY WELLNESS

스모크 연어, 참깨 크래커위의 카망베르 치즈, 통밀 빵 롤, 씨앗빵, 크루아상, 마리 네이드 올리브, 방울 토마토, 오이, 선드라이 토마토



### SWEET TOOTH

다양한 페스츰리와 머핀, 초콜릿 크루아상, 과일 요거트, 캐슈 버터, 트로피칼 잼 및 다양한 과일



## Select One

# A La Carte Breakfast

모든 아침 식사는 음식에 뿌릴 신선한 허브와 함께 제공됩니다

### GREEN GOODNESS SMOOTHIE BOWL

아보카도, 바나나, 망고, 민트 및 시금치 스무디 보울, 신선한 과일, 바삭한 코코넛, 건조 파인애플 및 치아씨드 위에 올려진



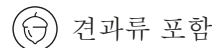
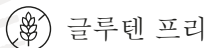
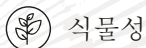
### TROPICAL GRANOLA BOWL

집에서 만든 그라놀라, 플레인 요거트, 파인애플, 드래곤 프루트, 망고, 수박, 코코넛 플레이크, 다크 초콜릿 스프링클과 캐슈 버터



### CARING PANCAKES

젊은 코코넛으로 만든 글루텐 프리 팬케익, 집에서 만든 비건 리코타 치즈, 신선한 망고 살사, 메이플 시럽과 금귤 시럽으로 드리즐



## NUTTY CHOCOLATE TOAST

토스티드 사워도우 빵 위에 캐슈 & 피넛버터, 다크 초콜릿 칩, 코코넛 플레이크, 피칸, 초콜릿 소스 및 코코넛 크림, 신선한 딸기와 함께 제공



## AVO & MUSHROOM TACOS

아보카도, 피코 데 갈로, 검은 콩, 빨간 양파, 구운 & 바삭한 버섯, 고수, 치미추리 소스 및 가든 허브

Scrambled egg스크램블드 에그 또는 Tofu두부 추가



## SCRAMBLED TOFU SIZZLE

토후 스크램블, 양파, 버섯, 토마토, 베이크드 빈, 베이크드 포테이토 및 신선한 허브가 올려진 뜨거운 시즐 접시

## ENGLISH BREAKFAST SIZZLE

Fried 튀긴 에그, scrambled eggs 스크램블 에그 또는 omelet오믈렛 선택, 그릴 베이컨, 치킨 소시지, 그릴 토마토, 베이크드 빈 및 버섯



## TOMATO & SPINACH FRITTATA

토마토, 스펀치, 파르메산 치즈, 이탈리아 바질이 들어간 Egg white 계란 흰자 또는 whole egg frittata 전란 프리타타, 토스티드 가릭이 얹혀진 신선한 허브 샐러드와 함께 제공



## “JAPANESE” EGGS BENEDICT

포시드 에그, 스모크 살몬, 참깨 테리야키 시금치, 미소 홀랜데이즈 소스, 해조류 & 칠리 플레이크



## BREAKFAST BURGER

통밀 찰싹 빵, 계란, 아보카도, 토마토, 버섯, 홈메이드토마토 케첩 및 스파이시 비건 마요

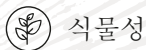


## VIETNAMESE PHO

육수, 납작한 쌀국수면, 숙주, 향신료

선택: Mushroom버섯 & Tofu두부 

Beef소고기 | Chicken닭고기



식물성



글루텐 프리



채식



견과류 포함

# Breakfast Beverages

## FRESHLY PRESSED JUICES

Orange 오렌지 | Carrot 당근 | Watermelon 수박 | Pineapple 파인애플

## VIETNAMESE COFFEE (hot 핫 / iced 아이스)

Vietnamese coffee with condensed milk 까페 쭈어 - 연유를 넣은 베트남 커피

Vietnamese coffee black 까페 텐 - 베트남 블랙커피

## WELLNESS COFFEE 아몬드 우유

Vanilla Coffee 바닐라 커피 | Coconut Cinnamon Coffee 코코넛 시나몬 커피

Turmeric Coffee 강황 커피 | Brain Energy Coffee 브레인 에너지 커피

## CLASSIC COFFEE SELECTION (Almond milk 아몬드 OR Dairy milk 유제품)

Plunger Coffee 플런저 커피 | Americano 아메리카노 | Café Latte 카페라테

Cappuccino 카푸치노 | Espresso 에스프레소

## RONNEFELDT TEA SELECTION

English Breakfast 잉글리시 브렉퍼스트 | Darjeeling 다즐링 | Earl Grey 얼 그레이

Fancy Sencha Green 팬시 센차 녹차 | Jasmine Gold Green 재스민 골드 녹차 | Mint 민트

Vanilla Rooibos 바닐라 루이보스 | Fruity Camomile 캐모마일 프루티

## LATE NIGHT BREAKFAST

22:00 - 06:30

모든 요리는 다음과 함께 제공됩니다:

Pastry selection 패스트리, yoghurt 요거트, mindful mangoes 말린 망고,

camembert cheese with rice paper 참깨 크래키워의 카망베르 치즈, homemade jam & butter 수제 잼과 버터

### CONTINENTAL BREAKFAST

슬라이스 허니 글레이징 햄의 선택, 살라미, 에멘탈 치즈, 미니 크루아상과 신선한 과일 샐러드



### ENGLISH BREAKFAST

계란 프라이와 스크램블 중에 선택가능, 구운 베이컨, 닭고기 소시지, 토마토, 버섯 볶음



### SALMON CHARCOAL CIABATTA

스크램블 에그, 홈메이드 훈제 연어, 머스타드 크레시, 신선한 빨간 무 & 베트남 가든 허브 소스



# ALL DAY DINING

10:30 - 22:00

## BITES & POWER SNACKS

낮 동안 간단하게 먹을 수 있는 한 입 거리 음식

### CRISPY KIMCHI

라임 고추 소스와 함께 코코넛오일에 살짝 튀긴 한국식 김치



110,000

### SWEET POTATO FRIES

홈메이드 식물성 마요네즈와 토마토소스를 곁들인 고구마튀김



90,000

### AVOCADO FRIES

매운 토마토 샐사와 라임 고추 소스를 곁들인 현지 아보카도 튀김



150,000

### GUACAMOLE & HOMEMADE TORTILLA CHIPS

홈메이드 구운 토르티야 칩, 파카몰리 & 토마토 샐사



150,000

### SPICY FISH CAKES

홈메이드 어묵, 코코넛 밀크, 레드 카레, 고추 & 채식 느억맘 디핑 소스



240,000

### FRESH SHRIMP SPRING ROLLS

땅콩 소스와 간장을 곁들인 데친 새우 현미 스프링 롤



220,000

### FRESH VEGAN SPRING ROLLS

땅콩 소스와 채식 느억맘 디핑 소스를 곁들인 버섯 현미 롤



140,000

### CRISPY SPRING ROLLS

채식 느억맘 디핑 소스 및 호이신 칠리소스를 함께 제공하는 목이버섯, 채소 현미 롤



150,000

### CRISPY PORK & PRAWN SPRING ROLLS

돼지고기, 새우, 목이버섯, 샐롯, 마늘, 타로, Phu Quoc 후추, 베트남 드레싱, 호이신 칠리 소스를 곁들인 현미 롤



240,000

### SALT & PEPPER CALAMARI RINGS

바삭한 오징어 링 튀김, 매콤한 토마토 샐사 & 비건 타르타르 소스



350,000



식물성



글루텐 프리



채식



견과류 포함


모든 가격은 베트남 동 기준이며, 정부 세금 및 봉사료가 부과됩니다

# SALADS

시작을 위한 가볍고 건강한 샐러드

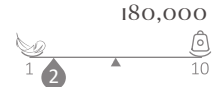
**PINK POMELO & AVO**   
 자몽, 아보카도, 파삭 케일, 샐러드, 무, 석류 (계절) & 베트남 소스



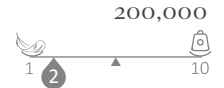
**GREEN SUPERPOWER**   
 혼합된 야채 파 허브, 녹색 완두콩, 콩, 아보카도, 오이, 스피루리나, 씨앗 & 라임 소스



**SPICY PAPAYA & TOMATO**     
 그린 파파야, 오이, 토마토, 칠리, 땅콩, 샐러드 & 베트남 소스



**TOMATO, STRAWBERRY & MELON**   
 방울토마토, 달걀 딸기, 수박, 샐러드, 마늘, 바질잎 & 발사믹 소스



**SESAME EDAMAME SALAD**     
 팥콩, 적양배추, 빨간 피망, 민트, 샐러드 & 검은깨와 땅콩소스



결들여 먹는 음식:

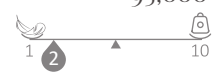
Fried tofu 두부 튀김 



Steamed shrimps 새우찜



Grilled chicken 구운 치킨



 식물성  글루텐 프리  채식  견과류 포함

모든 가격은 베트남 동 기준이며, 정부 세금 및 봉사료가 부과됩니다

# VIETNAMESE NOODLES

맛있고 건강에 좋은 채식 기반 옵션을 갖춘 베트남 전통 요리

## VEGAN CAO LAU

비건 까오 라우 국수, 두부, 버섯, 콩나물, 현지 허브,  
바삭한 완탕, 레몬그라스 간장 소스



## CAO LAU

얇게 썬 돼지고기 차슈, 새싹채소, 현지 허브와 찐한 돼지고기 소스,  
바삭한 완탕 피와 라임을 곁들인 까오 라우 국수



## VEGAN BUN CHA

현미 쌀국수, 시타케 버섯, 목이버섯, 두부, 그린 허브,  
절인 야채 & 비건 피쉬 소스



## BUN CHA BO

현미 쌀국수, 소고기 꼬치, 쇠고기 공, 그린 허브, 절인 야채  
& 비건 피쉬 소스



## VEGAN PHO

쌀국수, 두부, 버섯, 허브와 아니스 향이 나는 채소 육수



## CHICKEN or BEEF PHO

쌀국수, 소고기 또는 닭고기, 허브와 아니스 향이 나는 뼈 육수



## MY QUANG

하얀 납작한 쌀국수, 다섯 개 양념된 치킨, 현지 허브,  
토마토 그레이비를 곁들인 바삭한 채소 스프링롤, 신선한 허브, 쌀 크래커와 라임



식물성



글루텐 프리



채식



견과류 포함

모든 가격은 베트남 동 기준이며, 정부 세금 및 봉사료가 부과됩니다



# SPAGHETTI

Regular 일반, Whole wheat 통밀 또는, Gluten free 글루텐 프리 스파게티 중에서 선택하세요

## CREAMY MUSHROOM

부추, 비건 버섯 크림, 비건 파마산 치즈를 뿌린 스파게티



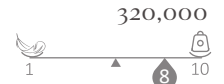
## PESTO & TOMATO

홈메이드 바질 페스토 소스, 방울토마토, 잣, 비건 파마산 치즈를 뿌린 스파게티



## JAPANESE CARBONARA

계란, 베이컨, 일본식 된장, 파마산, 파와 김을 뿌린 스파게티



## CLASSIC BOLOGNAISE

정통 볼로네즈 소스와 신선한 파마산 치즈를 얹은 스파게티



## LOBSTER & CLAM

랍스터 반마리, 대왕조개, 연어알, 방울토마토, 베트남 바질 & 랍스터 비스크 소스



식물성



글루텐 프리



채식



견과류 포함

모든 가격은 베트남 동 기준이며, 정부 세금 및 봉사료가 부과됩니다

# BURGERS & BANHS

가든 샐러드와 고구마 튀김을 함께 제공하는 통밀로 만든 버거와 베트남식 바게트

## BEEF BURGER

수제 소고기 패티 150g, 체다 치즈, 토마토, 아이스버그 양상추, 적양파, 오이 피클, 수제 토마토 케첩 & 식물성 마요네즈



410,000

## VEGAN BURGER

콩 & 야채, 토마토, 빙산 상추, 붉은 양파, 오이 피클, 홈메이드 토마토 케첩 & 비건 마요네즈



310,000

## CALAMARI BURGER

대나무 숲 블랙 버거위에 오징어 튀김, 빙산 상추, 토마토, 샐롯, 어린잎채소, 비건 랜치 소스



310,000

## ANGUS BEEF & TRUFFLE BANH MI

호주산 소고기 썬더로인, 카라멜라이즈 양파, 홈메이드 트러플 버터, 비건 마요네즈와 통밀 바게트



680,000

## FRESH LOBSTER BANH MI

쩐 랍스터, 연어 알, 아이스버그 양상추, 토마토 & 마늘 식물성 타르타르 소스와 통밀 바게트



640,000

## BANH MI CHAY

표고버섯 볶음, 버섯 파테, 두부, 허브, 절인 파파야, 당근과 간장 & 스위트 칠리 소스로 채운 통밀 바게트



170,000

## VEGGIE REUBEN BANH MI

피클된 적양배추, 오이 피클, 표고버섯, 홀스래디쉬 소스와 통밀 바게트



220,000



식물성



글루텐 프리



채식



견과류 포함

모든 가격은 베트남 동 기준이며, 정부 세금 및 봉사료가 부과됩니다

# ORGANIC FRIED RICE POTS

칠리 간장 소스와 홈메이드 김치와 함께 제공

## VEGETABLES

당근, 브로콜리, 풋강낭콩, 홍피망, 옥수수 & 파



## SEAFOOD & VEGETABLES

새우, 오징어, 당근, 브로콜리, 풋강낭콩, 홍피망, 옥수수 & 파



## CHICKEN & VEGETABLES

닭고기, 당근, 브로콜리, 풋강낭콩, 홍피망, 옥수수 & 파



# SPICY CURRY HOT POTS

유기농 쌀과 함께 제공되는 동남아시아 스타일

## YELLOW VEGETABLES CURRY

당근, 고구마, 브로콜리 & 애호박



## RED LENTIL CURRY

붉은 렌틸콩, 빨간피망 & 토마토



## GREEN SEAFOOD CURRY

새우, 칼라마리, 생선, 풋강낭콩 & 오크라



## RED BEEF CURRY

쇠고기 필레 스트립, 감자, 양파 및 빨간피망



식물성



글루텐 프리



채식



견과류 포함

모든 가격은 베트남 동 기준이며, 정부 세금 및 봉사료가 부과됩니다

# GUILT FREE DESSERTS

완전 식물성 및 설탕 무첨가

MANGO "CHEESE" CAKE     
신선한 망고를 얹은 굽지 않은 비건 치즈케이크



HOT CHOCOLATE MUD CAKE     
핫 초콜릿 머드 케이크





COCONUT NICE CREAM SUNDAE     
파파야, 파인애플, 망고, 라즈베리 쿨리, 초콜릿 소스와 구운 아몬드가 올려진 코코넛 크림



PEANUT BUTTER COOKIE BAR     
바닐라 나이스 크림과 땅콩 버터 쿠키



DAIRY FREE NICE CREAM SELECTION    
Vanilla 바닐라, Coconut 코코넛 또는 Chocolate 초콜릿



SORBET SELECTION    
Mango 망고, Lemon & Lime 레몬과 라임



식물성



글루텐 프리



채식



견과류 포함

모든 가격은 베트남 동 기준이며, 정부 세금 및 봉사료가 부과됩니다

# ALL NIGHT DINING

22:00 - 06:30

## CRISPY KIMCHI

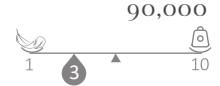
라임 고추 소스와 함께 코코넛오일에 살짝 튀긴 한국식 김치



110,000

## SWEET POTATO FRIES

홈메이드 식물성 마요네즈와 토마토소스를 곁들인 고구마튀김



90,000

## FRESH SHRIMP SPRING ROLLS

땅콩 소스와 간장을 곁들인 데친 새우 현미 스프링 롤



220,000

## CRISPY SPRING ROLLS

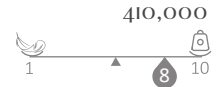
채식 추억담 디핑 소스 및 호이신 칠리소스를 함께 제공하는 목이버섯, 채소 현미 롤



150,000

## BEEF BURGER

수제 소고기 패티 150g, 체다 치즈, 토마토, 아이스버그 양상추, 적양파, 오이 피클, 수제 토마토 케첩 & 식물성 마요네즈



410,000

## CLASSIC BOLOGNAISE

정통 볼로네즈 소스와 신선한 파마산 치즈를 얹은 스파게티



360,000

## CHICKEN or BEEF PHO

쌀국수, 소고기 또는 닭고기, 허브와 아니스 향이 나는 뼈 육수



260,000



식물성



글루텐 프리



채식

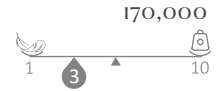


견과류 포함

모든 가격은 베트남 동 기준이며, 정부 세금 및 봉사료가 부과됩니다

## BANH MI CHAY

표고버섯 볶음, 버섯 파테, 두부, 허브, 절인 파파야,  
당근과 간장 & 스위트 칠리 소스로 채운 통밀 바게트



170,000

## YELLOW VEGETABLES CURRY

당근, 고구마, 브로콜리 & 애호박



240,000

## SLICED FRESH LOCAL FRUIT

레몬 그라스와 스타 아니스 시럽을 곁들인 계절 과일



110,000

## PEANUT BUTTER COOKIE BAR

바닐라 나이스 크림과 땅콩 버터 쿠키



180,000

## DAIRY FREE NICE CREAM SELECTION

Vanilla 바닐라, Coconut 코코넛 또는 Chocolate 초콜릿



55,000



식물성



글루텐 프리



채식



견과류 포함

모든 가격은 베트남 동 기준이며, 정부 세금 및 봉사료가 부과됩니다

