

Những Món Ăn Nhẹ

Từ siêu thực phẩm

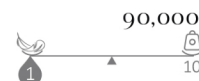
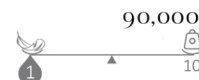
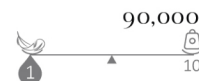
LIFE NATURE

NĂNG LƯỢNG SÁNG TẠO

Hạt tằm hương vị rang giòn & bông ngô

Viên protein đậu phộng, trà xanh & hạt cacao rang

Viên năng lượng từ cacao & hạt chia



RAU CỦ GIÒN

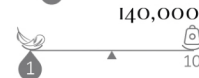
Củ sen, khoai lang & củ dền đỏ với sốt salsa & sốt quả bơ, rong biển kiểu Mexico



GỎI CUỐN NORI

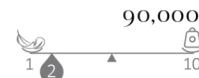
Rong biển Nori cuộn cá hồi xông khói, bơ tươi với sốt mè tahini vị cam gừng

Rong biển nori cuộn bơ tươi, rau củ với sốt mè tahini vị cam gừng 



BÁNH MÌ NGUYÊN CÁM LOẠI NHỎ

Bánh mì từ bột nguyên cám với pa tê nấm, nấm rim xá xíu & rau củ ngâm chua



Nguyên

Bán



Món thuần chay



Thành phần chứa hạt



Không chứa đạm gluten



Món chay - có thể chứa trứng hoặc sữa động vật

Tất cả giá trên tính bằng Việt Nam đồng, chưa bao gồm thuế & phí dịch vụ

Nước Ép Giàu Vitamin & Dưỡng Chất

Bổ sung, cung cấp năng lượng & bảo vệ cơ thể bạn bằng nước trái cây được pha chế cẩn thận của chúng tôi, giàu chất dinh dưỡng tự nhiên để hỗ trợ sức khỏe tổng thể



HỖN HỢP CHỐNG OXY HÓA

Bùng nổ với vitamin, khoáng chất & chất chống oxy hóa để chống lại các gốc tự do, giảm viêm hỗ trợ làn da khỏe mạnh & phục hồi tế bào

- CỦ DỀN ĐỎ, GỪNG, TÁO XANH, NGHỆ TƯƠI & CÀ RỐT

120,000
- Giúp cải thiện tuần hoàn, giảm căng thẳng oxy hóa & tăng cường giải độc tự nhiên
- DƯA CHUỘT, CẢI XOĂN, TÁO XANH, CẦN TÂY, CHANH, GỪNG & BỘT TẢO MẶT TRỜI

120,000
- Với chất diệp lục & các chất dinh dưỡng từ thực vật có tác dụng kiềm hóa & cung cấp năng lượng

NƯỚC ÉP TỐT CHO HỆ MIỄN DỊCH

Tăng cường các thành phần thúc đẩy hệ miễn dịch để tăng khả năng phòng vệ của bạn chống lại các bệnh như cảm lạnh & cúm

- CAM, CÀ RỐT, CHANH DÂY, CHANH VÀNG & GỪNG

120,000
- Giàu vitamin C & beta-carotene giúp tăng cường khả năng miễn dịch & giảm viêm
- VIỆT QUẤT, TÁO, CHANH VÀNG, MẬT ONG & BỘT ACAI

120,000
- Chứa nhiều chất chống oxy hóa & chất dinh dưỡng hỗ trợ sức khỏe đường ruột & chống mệt mỏi

HỖN HỢP NĂNG LƯỢNG

Được thiết kế để cung cấp năng lượng tự nhiên & duy trì sự bền bỉ trong quá trình tập luyện hoặc những ngày bận rộn

- CHUỐI, XOÀI, DỨA & HẠT CHIA

120,000
- Giàu carbohydrate lành mạnh & omega-3 để cung cấp năng lượng cho cơ thể & giúp bạn tràn đầy năng lượng
- BƠ, VIỆT QUẤT, NƯỚC DỪA, CHÀ LÀ & CHANH VÀNG

120,000
- Kết hợp chất béo lành mạnh & chất chống oxy hóa để duy trì năng lượng & tập trung tinh thần

HỖN HỢP BÙ NƯỚC

Bổ sung chất điện giải & duy trì mức độ bù nước tối ưu sau khi tập luyện hoặc tiếp xúc với nhiệt

- NƯỚC DỪA, DƯA CHUỘT, CHANH & CẦN TÂY

120,000
- Bổ sung nước tự nhiên với các khoáng chất thiết yếu để phục hồi sự cân bằng & chống mất nước
- NƯỚC DỪA, DƯA HẤU, BUỔI & MUỐI BIỂN

120,000
- Sự kết hợp sáng khoái giữa chất điện giải & đường tự nhiên để bù nước & cung cấp năng lượng



Tảo mặt trời là một loại tảo màu xanh lục giàu chất dinh dưỡng, protein, vitamin, khoáng chất và chất chống oxy hóa, được biết đến với tác dụng tăng cường năng lượng, hỗ trợ hệ miễn dịch & tăng cường sức khỏe tổng thể.

Bột acai là một siêu thực phẩm giàu dinh dưỡng được làm từ quả acai đông khô, chứa nhiều chất chống oxy hóa, chất béo lành mạnh, chất xơ & các chất dinh dưỡng thiết yếu, thường được dùng để hỗ trợ năng lượng, sức khỏe làn da & sức khỏe tổng thể.

Tất cả giá trên tính bằng Việt Nam đồng, chưa bao gồm thuế & phí dịch vụ

Thức Uống Cải Thiện Sức Khỏe Đường Ruột

Tăng cường tiêu hóa & làm mới khẩu vị của bạn với các loại đồ uống giải khát tốt cho đường ruột được tuyển chọn kỹ lưỡng của chúng tôi. Những sản phẩm này giúp làm dịu, cân bằng & hỗ trợ hệ tiêu hóa, mang lại sự sảng khoái cho sức khỏe tổng thể

NUỐC CHANH VỊ GIẤM TÁO

105,000

Một hỗn hợp chua của giấm táo, nước chanh tươi & mật ong để hỗ trợ tiêu hóa khỏe mạnh

NUỐC SODA VỊ BẠC HÀ & HOA ĐẬU BIẾC

105,000

Một hỗn hợp tươi mát của trà bạc hà, hoa đậu biếc, nước soda & lá bạc hà hoàn hảo để làm dịu dạ dày của bạn

NUỐC SODA VỊ GỪNG

105,000

Sự kết hợp hương vị của gừng tươi, chanh, lá bạc hà, nước soda & cỏ ngọt rất tốt cho việc làm dịu hệ tiêu hóa

NUỐC SODA VỊ TRÀ XANH & TẢO XOẮN

105,000

Một sự pha trộn sủi bọt giữa trà xanh matcha, tảo xoắn, được làm ngọt nhẹ bằng cỏ ngọt & kết hợp với nước soda để tạo nên một thức uống thân thiện với đường ruột

Kết hợp

Sinh Tố Protein

Tất cả các loại sinh tố protein đều được làm với bột protein có nguồn gốc thực vật & không chứa gluten làm từ đậu xanh, đậu gà, đậu lăng, khoai lang, hạt & đậu xanh. 20g protein cho mỗi ly sinh tố

CHUỐI, BƠ ĐẬU PHỘNG, MUỐI HIMALAYA & SỮA HẠNH NHÂN

160,000

XOÀI, BƠ HẠT ĐIỀU, NGHỆ & SỮA HẠNH NHÂN

160,000

SÔCÔLA ĐEN, DỪA & HẠT CHIA

160,000

DÂU TÂY, VIỆT QUẤT, DỪA & CHÀ LÀ

160,000

Phục hồi

Tất cả giá trên tính bằng Việt Nam đồng, chưa bao gồm thuế & phí dịch vụ



Tăng Cường Collagen Peptides



Hỗ trợ sức khỏe của bạn với đồ uống tăng cường collagen, mỗi loại được pha chế từ 15g **VITAL PROTEINS COLLAGEN PEPTIDES** để nuôi dưỡng làn da, tóc & xương của bạn đồng thời tăng cường sức khỏe khớp & đường ruột

CAFÉ LATTE VỚI COLLAGEN & SỮA HẠNH NHÂN	180,000
Cà phê, sữa hạnh nhân & collagen peptide, dùng nóng hoặc đá	
CHAI LATTE VỚI COLLAGEN	180,000
Sữa dừa, chà là, quế, gừng, bạch đậu khấu, nhục đậu khấu, dinh hương & collagen peptide	
NƯỚC ÉP VỚI COLLAGEN & NGHỆ TƯƠI	180,000
Cam, cà rốt, chanh vàng, nghệ tươi, hạt tiêu & collagen peptide	
COLLAGEN COLADA	180,000
Nước dừa, nước cốt dừa, nước ép dứa & collagen peptide	
Tăng cường collagen cho bất kỳ đồ uống!	120,000
Thêm 15g collagen peptide vào cà phê, nước trái cây hoặc sinh tố của bạn	

Vital Proteins Collagen Peptides hỗ trợ bổ sung collagen dạng bột chất lượng cao dễ hòa tan được làm từ collagen bò nuôi bằng cỏ & được chăn thả trên đồng cỏ

Các Thức Uống Xoa Dịu Tâm Trí

Làm dịu thần kinh, giảm bớt lo lắng & mang lại cảm giác bình tĩnh với đồ uống chống lo âu của chúng tôi.

Hoàn hảo cho bất kỳ thời điểm nào trong ngày để thư giãn đầu óc & đặc biệt lý tưởng vào buổi tối để hỗ trợ giấc ngủ ngon

LATTE VỚI TRÀ HOA OẢI HƯƠNG & BỘT NẤM LINH CHI	120,000
Một sự pha trộn êm dịu của trà hoa oải hương, bột nấm linh chi, sữa hạnh nhân & mật ong để giảm căng thẳng & tăng cường cân bằng cảm xúc	
SỮA HẠNH NHÂN VỊ SÔ CÔ LA & BỘT NẤM LINH CHI	120,000
Một hỗn hợp dễ chịu của bột cacao, bột nấm linh chi, sữa hạnh nhân & mật ong giúp xoa dịu tâm trí, nâng cao tâm trạng & thúc đẩy sự yên bình	
SỮA HẠNH NHÂN VỚI BỘT CỦ DỀN ĐỎ	120,000
Hỗn hợp nhẹ nhàng gồm bột củ dền đỏ, rễ cây ashwagandha, sữa hạnh nhân & mật ong để giảm bớt lo lắng & hỗ trợ sự bình yên nội tâm	
SỮA HẠNH NHÂN VỚI TRÀ HOA CÚC	120,000
Sự kết hợp nhẹ nhàng của trà hoa cúc, rễ cây ashwagandha, sữa hạnh nhân & mật ong giúp thư giãn thần kinh & giúp bạn có giấc ngủ ngon	

Nấm Linh Chi được khoa học công nhận về khả năng giảm lo lắng, cải thiện tâm trạng & hỗ trợ tinh thần minh mẫn bằng cách điều chỉnh hormone căng thẳng & thúc đẩy thư giãn.

Ashwagandha được khoa học chứng minh giúp giảm căng thẳng & lo lắng, nâng cao tâm trạng & cải thiện chức năng nhận thức bằng cách cân bằng nồng độ cortisol & hỗ trợ khả năng thích ứng với căng thẳng của cơ thể.

Tất cả giá trên tính bằng Việt Nam đồng, chưa bao gồm thuế & phí dịch vụ

Sức
Sống

TIA Mocktails - Tất Cả Hương Vị, Không Chứa Cồn

Cảm giác giống như một ly cocktail nhưng không có rượu mạnh?

Mocktail thủ công của chúng tôi mang đến sự cân bằng hoàn hảo giữa hương vị sảng khoái & sự tinh tế sáng tạo

- lý tưởng cho bất kỳ thời điểm nào trong ngày

DESIGNATED APPLLETINI

Táo xanh, chanh, đường

ZERO PROOF MARGARITA

Chanh vàng, chanh, muối, đường & nước dừa

CINDERELLA

Nước cam, nước dừa, chanh, siro lựu & soda

CITRUS FIZZ

Lòng trắng trứng, siro phong, chanh, nước cam & soda

Lãng
Mạn

110,000

110,000

110,000

110,000

Nước Ép Trái Cây Tươi

CAM | DỨA | XOÀI | DỨA HẤU | CHANH DÂY | DỪA | CHANH

100,000

Trà Ronnefeldt

ENGLISH BREAKFAST | DARJEELING | EARL GREY | FANCY SENCHA GREEN TEA
JASMINE GOLD GREEN TEA | VANILLA ROOIBOS | MINT | FRUITY CAMOMILE

95,000

Cà Phê Cổ Điển

Sữa hạnh nhân, yến mạch hoặc sữa tươi

AMERICANO | ESPRESSO | CAFÉ LATTE | CAPPUCCINO
MACCHIATO | MOCHA | DECAF

90,000

Cà Phê Mùa Hè TIA

Cà phê đặc biệt theo mùa với nước dừa mang tới cảm giác tươi mát & phần chill hơn

AMERICANO VỚI NƯỚC DỪA

Espresso, đá viên & nước dừa tươi

CAFE LATTE VỚI NƯỚC DỪA

Espresso, đá viên, nước dừa tươi & sữa hạnh nhân

Chill
Hơn

100,000

100,000

Tất cả giá trên tính bằng Việt Nam đồng, chưa bao gồm thuế & phí dịch vụ

Cà Phê Việt

Trải nghiệm hương vị phong phú & đích thực của cà phê Việt Nam

CÀ PHÊ ĐEN ĐÁ

Cà phê Việt Nam đen mịn & đậm đà
Vị đậm với đá viên trong ly ngắn

Bình Sáng

95,000

CÀ PHÊ SỮA ĐÁ

Cà phê đá với sữa đặc có đường
Vị đậm với đá viên & sữa đặc trong ly ngắn

95,000

CÀ PHÊ PHIN

Cà phê nhỏ giọt truyền thống của Việt Nam được pha từ từ trong phin lọc
Đá viên & sữa đặc được phục vụ riêng theo sở thích của bạn

95,000

CÀ PHÊ SÀI GÒN

Vị đậm vừa với đá bào trong ly dài
thêm sữa đặc tùy thích

95,000

BẠC XỈU

Vị nhẹ & ngọt hơn với sữa tươi & sữa đặc cho hương vị nhẹ nhàng hơn

95,000

CÀ PHÊ MUỐI HIMALAYA

Cà phê kem & hơi mặn

100,000

CÀ PHÊ DỪA

Cà phê đá mát lạnh hòa quyện với dừa tươi & sữa dừa đặc

100,000

CÀ PHÊ BƠ

Cà phê bơ béo ngậy mang đến một hương vị độc đáo & lôi cuốn

100,000

Nước Khoáng

ALBA STILL 0.45L

85,000

EVIAN 0.75L

210,000

Nước Khoáng Có Ga

ALBA SPARKLING 0.45L

85,000

SAN PELLEGRINO 0.25L

100,000

SAN PELLEGRINO 0.75L

210,000

Tất cả giá trên tính bằng Việt Nam đồng, chưa bao gồm thuế & phí dịch vụ

Nước Ngọt Có Ga

COKE | DIET COKE | SPRITE | SODA | TONIC | GINGER ALE 90,000

Bia

LOCAL LARUE BEER 90,000
TIGER 95,000
HEINEKEN 100,000

Rượu Vang Hữu Cơ & Rượu Vang Sinh Học (Phục Vụ Theo Ly) 150ml

Rượu Vang Sâm Panh Phục Vụ Theo Ly
CHAMPAGNE J.M. LABRUYERE, PROLOGUE, GRAND CRU BRUT RESERVE  490,000
Chardonnay - Pinot Noir, France

Rượu Vang Trắng Phục Vụ Theo Ly
CHATEAU CARBONNEAU, MARGOT  290,000
Sauvignon Blanc, Sainte-Foy Cotes de Bordeaux, France
BODEGA ARGENTO, ESTATE BOTTLED  285,000
Chardonnay, Mendoza, Argentina

Rượu Vang Hồng Phục Vụ Theo Ly
LES VALENTINES, LE CAPRICE DE CLÉMENTINE  280,000
Cinsault - Grenache, Côtes de Provence, France

Rượu Vang Đỏ Phục Vụ Theo Ly
JEAN LUC COLOMBO, "LA VIOLETTE"  260,000
Syrah, IGP Pays d'OC, France
ALVARO PALACIOS, LA VENDIMIA  290,000
Garnacha - Tempranillo, Rioja, Spain

À la Hong

 Rượu vang hữu cơ  Rượu vang sinh học

Tất cả giá trên tính bằng Việt Nam đồng, chưa bao gồm thuế & phí dịch vụ

TIA Cocktails

BLOODY MARY	240,000
Vodka, nước ép cà chua tươi, chanh, cần tây & các sốt gia vị	
CLASSIC MOJITO	240,000
Rum, chanh, lá bạc hà, đường vàng, nước soda	
CAIPIRINHA	240,000
Cachaca rum, chanh muối cau, đường vàng	
LONG ISLAND ICE TEA	240,000
Rượu tequila, rum, gin, vodka, cointreau, chanh, cocacola	
CLASSIC MARGARITA	240,000
Rượu tequila, cointreau & nước cốt chanh	
DAIQUIRI	240,000
Rượu rum, citrus liquer, chanh tươi & đường	
PINA COLADA	240,000
Rượu rum, malibu, nước cốt dừa, nước dừa	

TIA

Bar

Chinh Phục

MAI TAI	240,000
Rượu rum nhẹ & mạnh, cointreau, amaretto, nước cam, chanh & dứa	
DRY MARTINI	240,000
Rượu Gin, Vermouth, olive xanh	
SINGAPORE SLING	240,000
Rượu gin, cherry brandy, DOM, cointreau, chanh, nước dứa, angostura bitter, siro lựu	
TEQUILA SUNRISE	240,000
Rượu tequila, nước cam, siro lựu	
NEGRONI	240,000
Rượu gin, vermouth ngọt, campari, cam vàng	
MANHATTAN	240,000
Rượu whiskey, vermouth ngọt, angostura bitter	
WHISKEY SOUR	240,000
Rượu jim beam, chanh & đường	
APEROL SPRITZ	300,000
Rượu vang nổ prosecco, aperol & nước soda	

Với rượu mạnh, rượu whisky & hơn thế nữa, vui lòng hỏi nhân viên phục vụ để biết thực đơn chi tiết

Trang
hoa

