



### Live Food Made for You

What we put  
in our bodies  
is as important as  
what we eliminate

Những món ăn chúng  
ta nạp vào cũng  
quan trọng không  
kém những gì cơ thể  
đào thải ra ngoài

## Pick A Set Menu

Eliminate & Restore Your Body

Two mindful set menu choices  
for Detox Journey Taster.

It's not just about eliminating toxins. Our meal options are meant to restore your body by introducing as much good quality live foods & greens as possible.

TINH mang đến 2 set menu cho liệu trình Detox Journey Taster. Không chỉ giúp bạn loại bỏ các chất độc hại, 2 thực đơn của TINH còn giúp hồi phục cơ thể thông qua các loại thực phẩm bổ dưỡng và rau xanh.

# Detox Menus



## Set Menu

# 1

### Breakfast / Bữa Sáng

#### Main / Món Chính

Slow-cooked Cauliflower & Jicama Porridge with Pear, Coconut & Nuts / Cháo Bông Cải Trắng và Củ Sắn Dùng với Lê, Dừa, và Các Loại Hạt

#### Dessert / Tráng Miệng

Peanut Butter Banana Cake / Bánh Bơ Đậu Phộng và Chuối

#### Probiotics / Thực Phẩm Men Vi Sinh

Homemade Yoghurt in Coconut Milk / Sữa Chua Sữa Dừa

#### Detox Drink / Nước Detox

Chilled Coconut Water with Centella Greens / Nước Rau Má Dừa Ướp Lạnh

### Lunch / Bữa Trưa

#### Main / Món Chính

Detox Green Beauty Salad with Healthy Nuts / Salad Rau Lá Xanh và Các Loại Đậu

#### Dessert / Tráng Miệng

Fruits in Season / Trái Cây Tươi

#### Drink / Nước Uống

Seasonal Sugar-free Fresh Juice / Nước Ép Không Đường

### Dinner / Bữa Tối

#### Main / Món Chính

Thai Red Curry with Tofu, Adzuki Beans & Vegetables / Cà Ri Đỏ Nấu với Đậu Phụ, Đậu Răng Ngựa và Rau Củ

#### Dessert / Tráng Miệng

Fruits in Season / Trái Cây Tươi

#### Probiotics / Thực Phẩm Men Vi Sinh

Homemade Yoghurt in Coconut Milk / Sữa Chua Sữa Dừa

#### Drink / Nước Uống

Seasonal Sugar-free Fresh Juice / Nước Ép Không Đường

## Set Menu

# 2

### Breakfast / Bữa Sáng

#### Main / Món Chính

Slow-cooked Cauliflower & Jicama Porridge with Pear, Coconut & Nuts / Cháo Bông Cải Trắng và Củ Sắn Dùng với Lê, Dừa, và Các Loại Hạt

#### Dessert / Tráng Miệng

Classic Carrot Cake / Bánh Cà Rốt

#### Probiotics / Thực Phẩm Men Vi Sinh

Homemade Yoghurt in Coconut Milk / Sữa Chua Sữa Dừa

#### Detox Drink / Nước Detox

Chilled Coconut Water with Centella Greens / Nước Rau Má Dừa Ướp Lạnh

### Lunch / Bữa Trưa

#### Main / Món Chính

Mediterranean Three Beans Protein Salad / Salad Ba Loại Đậu Vùng Địa Trung Hải

#### Dessert / Tráng Miệng

Fruits in Season / Trái Cây Tươi

#### Drink / Nước Uống

Seasonal Sugar-free Fresh Juice / Nước Ép Không Đường

### Dinner / Bữa Tối

#### Main / Món Chính

Immune Boost Creamed Carrot & Sweet Potato Soup / Súp Kem Cà Rốt Khoai Lang Giúp Tăng Cường Hệ Miễn Dịch

#### Dessert / Tráng Miệng

Fruits in Season / Trái Cây Tươi

#### Probiotics / Thực Phẩm Men Vi Sinh

Homemade Yoghurt in Coconut Milk / Sữa Chua Sữa Dừa

#### Drink / Nước Uống

Seasonal Sugar-free Fresh Juice / Nước Ép Không Đường