



1. GI지수와 칼로리를 낮추기 위한 식재료를 사용합니다

- ☑ 현미, 귀리, 퀴노아로 밥을 짓고, 저탄수화물 & 고단백 식단면 파스타를 사용합니다
- ☑ 섬유질이 많은 스펀트밀에 필수지방산이 풍부한 코코넛 오일과 곤약을 넣어 천연발효종으로 발효시킨 건강한 빵으로 샌드위치를 만듭니다
- ☑ 식이섬유가 풍부한 복합탄수화물을 사용하여 같은 양을 먹어도 소화 속도가 느리고 포만감을 유지할 수 있습니다

2. 건강한 식재료만 사용합니다

- ☑ 최대한 자연과 가장 가까운 상태의 식재료를 사용하고, 가공 식품이나 정제된 곡물, 첨가제의 사용을 제한하여 클린 이팅 Clean Eating을 실천할 수 있습니다

3. 직접 만드는 건강한 소스만 고집합니다

- ☑ 비트로 케첩을 만들고, 모든 드레싱과 소스는 매장에서 직접 만들어 사용합니다

☎ 21381377 📷 sunthebud_official 📍 SG다인힐

고객님의 소중한 말씀으로 다인힐이 변화합니다. ceo@dinehill.co.kr

건강하고 깨끗한 음식으로 더 나은 라이프 스타일을 제공합니다



NO SUGAR



NO FRYING



LOW CARB



LOW GI



LOW FAT

칼로리 얼마나 잘 알고 계신가요?

(100g 당)

채소류		과실류		버섯류		두류 및 그 제품		크림치즈	342kcal	닭다리살	201kcal			
가지	17kcal	귤	34kcal	느타리버섯	17kcal	강낭콩	156kcal	체다치즈	236kcal	닭날개	291kcal			
풋고추	23kcal	단감	48kcal	목이버섯	11kcal	두부	76kcal	난류	모짜렐라치즈	215kcal	삼겹살	460kcal		
붉은고추	57kcal	레몬	34kcal	양송이버섯	17kcal	두유	70kcal		한우 등심	249kcal				
고수	32kcal	딸기	34kcal	송이버섯	21kcal	완두콩	116kcal		달걀	136kcal	한우 갈비	307kcal		
양배추	19kcal	자몽	30kcal	팽이버섯	20kcal	견과류	땅콩	525kcal	달걀 흰자	41kcal	당류 및 그 제품	한우 불고기	133kcal	
녹색완두콩	93kcal	망고	64kcal	표고버섯	18kcal			브라질넛	655kcal	달걀 노른자		353kcal	백설탕	387kcal
당근	25kcal	애플망고	46kcal	곡류 및 그 제품	오트밀	348kcal	밤	133kcal	메추라기알	167kcal	흑설탕	392kcal		
미나리	19kcal	바나나	79kcal			쌀밥	136kcal	아몬드	583kcal	어패류	연어	106kcal	토종꿀	340kcal
풋마늘	26kcal	무화과	54kcal	통밀	330kcal	호두	671kcal	참다랑어	113kcal		아카시아꿀	296kcal	물엿	332kcal
브로콜리	38kcal	멜론	38kcal	소면	137kcal	피칸	691kcal	대아	76kcal	단풍나무시럽	260kcal	유지류	올리브유	800kcal
적양배추	33kcal	황도	45kcal	스파게티	129kcal	코코넛	660kcal	오징어	95kcal	굴	80kcal		버터	761kcal
샐러리	14kcal	백도	36kcal	식빵	279kcal	우유 및 유제품	우유	66kcal	문어	74kcal	해바라기유		921kcal	
시금치	29kcal	배	45kcal	구황작물류	감자		56kcal	저지방우유	36kcal	닭	233kcal	콩기름	915kcal	
양파	20kcal	사과	49kcal		고구마	86kcal	휘핑크림	400kcal	닭가슴살	109kcal	참기름	917kcal		
오이	12kcal	블루베리	45kcal	곤약	6kcal	비건파마산치즈	279kcal							
방울토마토	19kcal	살구	30kcal											
단호박	70kcal	아보카도	120kcal											
파프리카	12kcal	수박	31kcal											
비트	30kcal	석류	72kcal											

*출처 : 식품의약품안전처 식품안전나라 칼로리 사전, 네이버, Fat Secret 등 참고
*제품에 따라 칼로리 정보에 차이가 있을 수 있습니다



식이섬유가 풍부한
식물성 저탄수화물 & 고단백 파스타 생면

식단면 파스타9

단백질 40 g

Protein

순탄수 9 g

*Net Carbs
탄수화물에서 식이섬유를 제외한 값

식이섬유 11 g

Dietary Fiber

Non-GMO 대두

안전한 원료 사용

*식단면 파스타9 1개 기준



바질페스토 파스타 19.0

알감자, 블랙올리브, 방울토마토에 바질페스토를 곁들여 비건 파마산치즈를 뿌린 스파게티

529kcal



나폴리탄 파스타 21.0

베라미트 미트볼, 베라미트 민스 등 식물성 재료로 만든 스파게티

599kcal

참깨 크림 씨푸드 파스타 23.0

신선한 해산물과 비건 마요네즈, 참깨, 흑임자를 넣은 소스가 조화로운 콜드 스파게티

563kcal



포르치니 버섯페스토 파스타 20.0

마늘, 양파, 포르치니, 비건 파마산 치즈에 버섯페스토를 넣은 비건 스파게티

299kcal



식단면 파스타9 |

식이섬유가 풍부한 식물성 저탄수화물 & 고단백 파스타 생면으로 만들었습니다

Vegetarian

고수가 들어있습니다

SOUP & SALAD

최대한 자연과 가장 가까운 상태의 식재료를 사용하고, 가공 식품이나 정제된 곡물, 첨가제의 사용을 제한합니다



케일 시저 샐러드

Sweet Potato Veloute 호박고구마 벨루페

트러플 향 가득한 수비드 호박고구마 수프 (호박고구마, 레지아노 치즈) **469kcal**

12.0

Kale Caesar Salad 케일 시저 샐러드

로메인, 케일, 뉴그린, 방울토마토, 베리미트 민스, 비건 파마산치즈 + 비건 시저 드레싱 **260kcal**

16.0

Shrimp Thai Salad 새우 타이 샐러드

망고, 오이, 새우, 코코넛슈레드, 방울토마토 + 레몬그라스 타이 드레싱 **399kcal**

19.0

Mediterranean Super Salad 지중해식 슈퍼 샐러드

올리브, 페타치즈, 그레인, 아보카도, 칩피 + 바하 소스 **669kcal**

22.0

Clean Cobb Salad 클린 콥 샐러드

고구마, 계란, 페타치즈, 아보카도, 올리브 + 클린 아일랜드 드레싱 **332kcal**

15.0

Grilled Vegetable Salad 그릴 야채 샐러드

팔라펠, 단호박, 아보카도, 방울토마토, 컬리플라워, 미니양배추, 브로컬리 + 오리엔탈 드레싱 **330kcal**

17.0



지중해식 슈퍼 샐러드



클린 콥 샐러드



새우 타이 샐러드

ADD PROTEIN

메뉴에 단백질을 추가해서 완벽한 한끼를 완성해보세요

Aged Salmon 숙성 연어 99kcal	8.0	Grilled Salmon 그릴 연어 99kcal	9.0
Grilled Flat Iron 그릴 부채살 169kcal	10.0	Falafel 팔라펠 (7ea) 242kcal	6.0
Sous Vide Grilled Chicken Breast 수비드 그릴 닭가슴살 140kcal	10.0	Buffalo Shrimp 버팔로 슈림프 (5ea) 88kcal	7.0
Better Meat (Hamburg) 베리미트 (햄버거) 177kcal	6.0		

ADD ON

모든 메뉴에 다양하게 추가하여 드실 수 있습니다

Sweet Potato 고구마 129kcal	4.5	Brown Rice 현미밥 158kcal	4.5
Avocado 아보카도 102kcal	5.5	Super Grain Rice 슈퍼 그레인 라이스 115kcal	4.5

CLEAN NOODLE



식이섬유가 풍부한 식물성 저탄수화물 & 고단백
식단면 파스타를 사용합니다

COLD

Salmon Soba Makki 20.0
연어 소바마끼 516kcal

Basil Pesto Spaghettis 19.0
바질페스토 파스타 529kcal

Sesame Cream Seafood Spaghettis 23.0
참깨 크림 씨푸드 파스타 563kcal

Perilla Oil Noodles 18.0
들기름 막국수 494kcal

HOT

Napolitain Spaghettis 21.0
나폴리탄 파스타 599kcal

✓ Porcini Mushroom Pesto Spaghettis 20.0
포르치니 버섯페스토 파스타 299kcal

Stir-fried Squid Fried Noodles 22.0
갑오징어 야끼소바 366kcal



포르치니 버섯페스토
파스타



연어 소바마끼



✓ Vegetarian

SANDWICH & SNACK

Vegetarian

고수가 들어있습니다

혈당지수가 낮은 스펀트밀로 만든 천연 발효종 빵을 사용하여
다이어트 시 걱정 없이 드실 수 있으며, 밀가루 알러지가 있으신 분들도 안심하고 드실 수 있습니다



쉬림프 반미 샌드위치

V Vegan Grilled Cheese Sandwich
비건 그릴 치즈 샌드위치 **466kcal**

17.0

Avocado Toast
아보카도 토스트 **603kcal**

19.0

Italian Chicken Breast Sandwich
닭가슴살 샌드위치 **542kcal**

19.0

V Better Meat Chorizo Taco
베리미트 초리조 타코 **589kcal**

20.0



베리미트 초리조 타코



아보카도 토스트

V Shrimp Bahn Mi Sandwich
쉬림프 반미 샌드위치 **452kcal**

20.0

Clean Topokki (for 2)
클린 떡볶이 (2인) **1,520kcal**
Add on Cheese 치즈 추가 **3.0**

28.0



클린 떡볶이

ADD PROTEIN

메뉴에 단백질을 추가해서 완벽한 한끼를 완성해보세요

Aged Salmon 숙성 연어 99kcal	8.0	Grilled Salmon 그릴 연어 99kcal	9.0
Grilled Flat Iron 그릴 부채살 169kcal	10.0	Falafel 팔라펠 (7ea) 242kcal	6.0
Sous Vide Grilled Chicken Breast 수비드 그릴 닭가슴살 140kcal	10.0	Buffalo Shrimp 버팔로 쉬림프 (5ea) 88kcal	7.0
Better Meat (Hamburg) 베리미트 (암박) 177kcal	6.0		

ADD ON

모든 메뉴에 다양하게 추가하여 드실 수 있습니다

Sweet Potato 고구마 129kcal	4.5	Brown Rice 현미밥 158kcal	4.5
Avocado 아보카도 102kcal	5.5	V Super Grain Rice 슈퍼 그레인 라이스 115kcal	4.5

Vegetarian

고수가 들어있습니다

RICE BOWL

칼로리 및 혈당 지수 조절에 도움을 주는 현미, 흑현미, 귀리, 퀴노아로
정성스럽게 지은 다이어트 밥을 사용합니다



참치 포케 덮밥

Aged Salmon Rice Bowl
다시마 숙성 연어 덮밥 **375kcal**


27.0

Steak Rice Bowl
스테이크 덮밥 **389kcal**

21.0

 **Tuna Poke Rice Bowl**
참치 포케 덮밥 **398kcal**

27.0

 **Burrito Bowl**
부리또 볼 (베이지) **528kcal**
부리또 볼 (버팔로 쉬림프) **482kcal**
부리또 볼 (그릴 부채살) **635kcal**

22.0

24.0

25.0



스테이크 덮밥

Better Meat Bulgogi Bibimbap
베리미트 불고기와 수란 비빔밥 **592kcal**
*수란 제외 시  베지테리언으로 제공됩니다.

21.0

Tomato Chicken Stew Rice
토마토 치킨 스투 라이스 **562kcal**

21.0



토마토 치킨 스투 라이스



부리또 볼 (그릴 부채살)

ADD PROTEIN

메뉴에 단백질을 추가해서 완벽한 한끼를 완성해보세요

Aged Salmon 숙성 연어 99kcal	8.0	Grilled Salmon 그릴 연어 99kcal	9.0
Grilled Flat Iron 그릴 부채살 169kcal	10.0	Falafel 팔라펠 (7ea) 242kcal	6.0
Sous Vide Grilled Chicken Breast	10.0	Buffalo Shrimp	7.0
수비드 그릴 닭가슴살 140kcal		버팔로 쉬림프 (5ea) 88kcal	
Better Meat (Hamburg) 베리미트 (암박) 177kcal	6.0		

ADD ON

모든 메뉴에 다양하게 추가하여 드실 수 있습니다

Sweet Potato 고구마 129kcal	4.5	Brown Rice 현미밥 158kcal	4.5
Avocado 아보카도 102kcal	5.5	 Super Grain Rice 슈퍼 그레인 라이스 115kcal	4.5

PROTEIN PLATE

건강한 요리를 위해 튀김 요리를 배제하였으며,
수비드와 그릴 등으로 조리하여 맛도 영양도 놓치지 않았습니다

Porcini Tenderloin Steak 32.0

포르치니 안심 스테이크 *380kcal*

Chicken Breast Steak 24.0

닭가슴살 스테이크 *309kcal*

Better Meat Hamburger Steak 24.0

베러미트 함박 스테이크 *698kcal*

Salmon Steak 32.0

연어 스테이크 *334kcal*

CHOICE 1 CARB WITH YOUR PROTEIN

프로틴 메뉴에 탄수화물 메뉴 한가지를 선택하실 수 있습니다.

Sweet Potato Purée

고구마 퓨레 *179kcal*

Sweet Potato

고구마 *129kcal*



Super Grain Rice

슈퍼 그레인 라이스 *115kcal*



베러미트 함박 스테이크



연어 스테이크



*베러미트 함박 스테이크 제외



레드 클렌징

그린 클렌징

아보카도 스무디

SMOOTHIE

Green Cleansing 그린 클렌징	9.0
시금치, 브로컬리, 케일, 파인애플, 유자	
Red Cleansing 레드 클렌징	9.0
비트, 오렌지, 파인애플	
Very Berry 베리 베리	9.0
아로니아, 블루베리, 딸기, 요거트	
Avocado Smoothie 아보카도 스무디	9.0
아보카도, 바나나, 시금치, 아몬드 브리즈	
Protein Coffee 프로틴 커피	10.0
프로틴 파우더, 아몬드 브리즈, 시나몬가루, 에스프레소	
Protein Shake 프로틴 셰이크	10.0
프로틴 파우더, 바나나, 아몬드 브리즈	

TEA

	HOT	ICED
Milk Tea 밀크티	7.0	7.0
Blueberry Rooibos 블루베리 루이보스	8.0	9.0
Tangerine Ginger 탠저린 진저	8.0	9.0
Peach Blossom 피치 블라썸	8.0	9.0

FRESH JUICE

Orange / Grapefruit / Tomato / Seasonal	9.0
오렌지 / 자몽 / 토마토 / 계절 과일 주스	

DESSERT

✓ Choco Cake 초코 케익	8.0
Matcha Cake 말차 케익	8.0

DRAFT BEER

Stella Artois 스텔라 아르투아 330ml	10.0
------------------------------	------

DRINKS

Lauretana 라우레타나 750ml 스파클링 워터 / 스틸 워터	9.0
Bundarberg 분다버그 375ml 진저비어 / 레몬라임	5.0
Coca Cola Zero 코카콜라 제로 355ml	4.0
Sprite Zero 스프라이트 제로 355ml	4.0
Noah's 노아 260ml	6.0
Kombucha 콤부차 275ml	6.5

ESPRESSO

	HOT	ICED
Espresso 에스프레소	6.0	
Americano 아메리카노	6.0	6.5
Latte 라떼	6.5	7.0
Vanilla Latte 바닐라 라떼 <small>*바닐라빈과 천연당으로 만든 수제 바닐라 시럽</small>	7.5	8.0
Cappuccino 카푸치노	6.5	7.0
Mocha 모카 <small>*발로나 카카오 가루와 천연당으로 만든 수제 초코 시럽</small>	7.5	8.0
Decaf Americano 디카페인 아메리카노	7.5	8.0
Decaf Latte 디카페인 라떼	8.0	8.5
Shot 샷 추가		1.0

DUTCH

	ICED
Dutch Coffee 더치 커피	8.0
Dutch Latte 더치 라떼	8.5

LATTE (NON-ESPRESSO)

	HOT	ICED
Sweet Potato Latte 고구마 라떼	8.0	
Choco Latte 초코 라떼 <small>*발로나 카카오 가루와 천연당으로 만든 수제 초코 시럽</small>	7.5	8.0

WINE LIST



Glass Of Wine

R **Chateau Beauchene, Cotes du Rhone Premier Terroir** 19 90
France Grenache, Syrah/Shiraz, Mourvedre

W **Femar, Epicuro Chardonnay Fiano** Italy 13 60
Chardonnay, Fiano

Champagne

Krug, Grande Cuvee France 590
Chardonnay

Dom Perignon France 500
Chardonnay, Pinot Noir

Moet & Chandon Imperial France 110
Pinot Noir, Pinot Meunie, Chardonnay

White

Far Niente U.S.A 230
Chardonnay

Au Bon Climat, Nuits-Blanches Chardonnay U.S.A 160
Chardonnay

Pascal Jolivet, Sancerre Blanc France 90
Sauvignon Blanc

Red

Chateau Teyssier France 90
Merlot, Cabernet Franc

Mirafiore, Barolo Italy 180
Nebbiolo

Borgo del Mandorlo, Primitivo di Manduria Italy 99
Primitivo

Red

Shafer, One Point Five U.S.A 290
Cabernet Sauvignon

Caymus, Napa Valley U.S.A 240
Cabernet Sauvignon

Joseph Phelps, Innisfree U.S.A 100
Cabernet Sauvignon

NATURAL WINE



Sparkling

Domaine Pignier Cremant du Jura Brut Nature NV France 75
Chardonnay

White

Domaine Mouressipe Chimere France 80
Cinsault

Domaine Mouressipe Galejade France 75
Cinsault

Red

Domaine Matin Calme Mano a Mano France 70
Carignan

Domaine Mouressipe Le Vaoury Blanc France 75
Merlot, Syrah

ORGANIC WINE



White

Mirafiore Langhe *Italy* 140

Nascetta

Frog's Leap Chardonnay Shale and Stone Napa Valley *U.S.A* 95

Chardonnay

Menade La Mision Verdejo *Spain* 90

Verdejo

Red

Neleman Wolk *Spain* 75

Monastrell