

---

PARK HYATT MALDIVES™

---

HADAHAA

Our Living Island

HADAHAA WELLBEING MENU

哈达哈 身心焕活菜单



















我们承诺，我们的餐饮场所已通过ISO 22000认证，并被国际公认为最高食品安全管理标准。

如有特定的饮食需求或偏好，我们非常乐意为您提供服务。  
只需与我们的团队成员沟通，他们将会协助您定制专属于您的美食体验。  
我们的菜肴在处理麸质、海鲜、坚果、鸡蛋等食材的厨房中新鲜烹制。

若您有任何食物过敏，特殊饮食需求或顾虑，我们都将竭诚为您提供帮助。

请注意这些图标，它们将帮助您选择合适的菜单：

-  含海鲜
-  含甲壳类
-  含鱼
-  含坚果
-  含树坚果
-  含花生
-  含乳制品
-  含鸡蛋
-  含芥末
-  含麸质
-  含芝麻
-  含大豆制品
-  含亚硫酸盐
-  含猪肉
-  辣味
-  适合素食者
-  纯植物料理
-  无麸质

所有价格均以美元标示，不含10%的服务费及17%的商品与服务税(GST)。

## 椰香西瓜冷汤 🌱🌿🌶️

25

Watermelon & Coconut Gazpacho

新鲜西瓜 | 椰子 | 苹果醋 | 黄瓜 | 番茄雪葩

营养参考 (每份约)

热量：134 千卡	碳水化合物：约 18 克
蛋白质：约 2 克	脂肪：约 6 克
其中饱和脂肪：约 0.9 克	糖分：约 12 克
膳食纤维：约 4 克	钠：约 220 毫克

## 哈达哈青木瓜沙拉 🌱🌶️

30

Hadahaa Papaya Salad

青木瓜丝 | 花生 | 樱桃番茄 | 青柠辣椒香拌汁 | 鱼露风味调味酱

营养参考 (每份约)

热量：172 千卡	碳水化合物：约 17 克
蛋白质：约 4 克	脂肪：约 10 克
其中饱和脂肪：约 1.5 克	糖分：约 8 克
膳食纤维：约 6 克	钠：约 350 毫克

## 地中海风味沙拉 🌱🌿🌶️🌱🌿🌶️

30

Mediterranean Salad

紫叶菊苣 | 鹰嘴豆 | 西柚 | 石榴籽 | 菲达奶酪 | 烘烤榛子

营养参考 (每份约)

热量：248 千卡	碳水化合物：约 21 克
蛋白质：约 9 克	脂肪：约 16 克
其中饱和脂肪：约 3 克	糖分：约 7 克
膳食纤维：约 8 克	钠：约 310 毫克

## 意式黑醋小扁豆梨沙拉 🌱🌿🌶️

30

Balsamic Lentil & Pear Salad

青扁豆 | 番茄 | 慢煮梨 | 红洋葱 | 意式黑醋浓汁 | 香葱

营养参考 (每份约)

热量：265 千卡	碳水化合物：约 37 克
蛋白质：约 17 克	脂肪：约 5 克
其中饱和脂肪：约 0.8 克	糖分：约 8 克
膳食纤维：约 11 克	钠：约 390 毫克



## 烤奶油南瓜与大麦沙拉 🌱🌱🌱

25

Roasted Butternut Barley Salad

香烤奶油南瓜 | 大麦 | 花园香草青酱 | 烤洋葱  
樱桃番茄 | 烟熏辣椒

营养参考 (每份约)

热量：282 千卡	碳水化合物：约 42 克
蛋白质：约 7 克	脂肪：约 11 克
其中饱和脂肪：约 2.1 克	糖分：约 7 克
膳食纤维：约 7 克	钠：约 430 毫克

## 甜菜根&山羊奶酪沙拉 🌱🌱🌱🌱🌱

30

Beetroot & Goat Cheese Salad

香烤甜菜根 | 山羊奶酪 | 纯素甜菜 | 嫩叶生菜拼盘

营养参考 (每份约)

热量：301 千卡	碳水化合物：约 19 克
蛋白质：约 11 克	脂肪：约 21 克
其中饱和脂肪：约 6.5 克	糖分：约 9 克
膳食纤维：约 5 克	钠：约 490 毫克

## 加多加多沙拉 (印尼什锦沙拉) 🌱🌱🌱🌱🌱

25

Gado-Gado Salad

时令蔬菜 | 豆腐 | 天贝 | 水煮蛋 | 马铃薯 | 花生酱汁 | 虾片

营养参考 (每份约)

热量：约 318 千卡	碳水化合物：约 26 克
蛋白质：约 17 克	脂肪：约 18 克
其中饱和脂肪：约 3.3 克	糖分：约 4 克
膳食纤维：约 7 克	钠：约 305 毫克

## 营养升级

将高品质蛋白融入您的餐点，让味蕾与身体同时焕发活力，每一口都充满轻盈健康的能量。

### 慢烤有机鸡胸肉 (140 g)

10

Slow-Roasted Organic Chicken Breast (140 g)

嫩滑鸡胸 | 搭配香草腌制 | 烤至风味饱满

营养参考 (每份约)

热量：230 千卡	碳水化合物：0 克
蛋白质：约 44 克	脂肪：约 5 克
其中饱和脂肪：约 1.4 克	钠：约 85 毫克

### 可持续海捕水煮虾 (120 g)

15

Responsibly Sourced Poached Prawns (120 g)

甄选新鲜、可持续捕捞虾类，轻柔水煮，保留自然鲜甜与嫩滑口感。

营养参考 (每份约)

热量：115 千卡	碳水化合物：0 克
蛋白质：约 23 克	脂肪：约 1.5 克
其中饱和脂肪：约 0.3 克	钠：约 170 毫克



北胡瓦杜岛 (Gaafu Alifu 环礁)  
马尔代夫共和国

联系电话：+960 682 1234

电子邮箱：maldives.parkhadahaa@hyatt.com

官方网址：www.experienceparkhyattmaldives.com