



**Rotas da Ilha Verde**  
Comida Vegetariana e Vegana | Vegetarian & Vegan Food  
ENTRADAS | APPETIZERS  
Sopa de dia | Soup of the day 1.50€  
Fondue de queijo | Cheese fondue 5.00€  
Apetite de espinafres e queijo com creme de amêndoas | Spinach & quinoa croquettes with almond cream 5.00€  
Falafel com mostarda de limão | Falafel with lime maya 5.00€  
Pica-pau de sotão com pão torrado | Star-fried sotão with toasted sweet bread 7.00€  
PRATOS PRINCIPAIS | MAIN COURSES  
urgete recheados com noz, com batata-doce frita e salada | Zucchini cannelloni stuffed with axes, sweet potato chips  
Estofado de soja grelhada e cogumelos com amêndoas | Course soy & mushrooms stew with almonds 12.00€  
Salada de berinjela grelhada com cebola, amendoim e caca | Grilled aubergine salad with corn, peanuts & cacao 12.00€  
de sotão à regional, com ovo frito e batata frita | Sotão steak with regional sauce, fried egg & fried potatoes 14.00€  
Curry de lentilhas com couve-flor assada e amêndoas | Lentil curry with roasted cauliflower & almonds 12.00€  
Burger com cebola caramelizada, batata frita e salada | Bacon burger with caramelized onions, fried potato chips  
MENU LANCHERIA | LUNCH BOX MENU 8,00  
Disponível apenas no Almoço | Available only at Lunch time  
N. Sopa de dia | N. Soup of the Day  
Mix de 2 pratos principais | Mix of 2 main dishes  
Com Arroz Da Salada Verde | With Rice Da Green Salad  
Chá da Dia | Tea of the Day  
Daytoys vegetais e sem glúten disponíveis | Vegan and gluten free options available  
Preço - Encaminhado à Síndica - +351 299 020 500 - Segunda a Sábado | Monday to Saturday  
Iva em valor incluído | Iva Tax included

## Cardápio Rotas Da Ilha Verde

<https://cardapio.menu>

Rua Pedro Homem 49, 9500-099 Ponta Delgada, Portugal, Portuguese Republic  
+351296628560 - <https://www.rotasdailhaverde.com/>



Nesta site, você encontrará o **menu completo** [aqui](#) do **Rotas Da Ilha Verde** em Ponta Delgada. Atualmente, há **74** pratos e bebidas disponíveis. Este restaurante tem sido altamente elogiado pelos clientes que o visitaram. Com uma variedade de opções veganas, etiquetadas de forma clara, alimentos deliciosos e bem apresentados, além de um excelente serviço e ambiente acolhedor, receberam classificações máximas em todas as categorias. Alguns dos pratos mais elogiados incluem o fondue de "kesefondue", o caneloni de abobrinha e os pastéis de massa filo com salsicha. Cada refeição é acompanhada por um chá gratuito, oferecido durante o almoço. Este restaurante é altamente recomendado para vegetarianos e veganos que visitam São Miguel, sendo necessário fazer uma reserva com antecedência devido à sua popularidade. Mesmo para os carnívoros, as refeições excepcionais e o serviço de qualidade fazem deste restaurante uma paragem obrigatória em [Ponta Delgada](#).

# Cardápio Rotas Da Ilha Verde



## Saladas

SALADA DE QUINUA

## Sobremesas

BOLO DE CHOCOLATE

## Bebidas Alcoólicas

SANGRIA

## Entradas

ROLINHOS PRIMAVERA

## Massa

CANELONE

## Pratos Orientais

FALAFEL

## Pratos Principais

LASANHA

## Vegetariano

COUVE-FLOR

## Petiscos

BRUSCHETTA

## Arroz

RISOTO

## Aperitivo

CEVICHE

## Antipasti - Entradas

BRUSCHETA

## Tapas

TAPAS DE BERINJELA

## Molhos Caseiros

MOLHO DE AMENDOIM

## Especialidades Japonesas

FRANGO TERIYAKI

## Chá Gelado

CHÁ PRETO

## Café

CAPUCCINO

## Condiments and Sauces

HOMUS

## Sauces

MOLHO

## LE BAR DES VIKINGS

ÁGUA COM GÁS

## Copos Supremos

BANOFFEE

## Sopas

SOPA DE LEGUMES

# Cardápio Rotas Da Ilha Verde



SOPA DO DIA

MOUSSE DE CHOCOLATE

## Pizza

PIZZA ESPECIAL

Categoria De Restaurante

PIZZA DE FUSÃO

NÃO CONTÉM GLUTEN

## Acompanhamentos

VEGANO

ARROZ

TROPICAL

BATATA DOCE

SOBREMESA

## Bebidas

Estes Tipos De Pratos  
São Servidos

CERVEJA

SOPA

BEBIDAS

HAMBÚRGUER

## Molhos

PEIXE

MAIONESE

SOBREMESAS

MOLHO DE AMENDOIM

MACARRÃO

## Bebidas Não Alcoólicas

BIFE DE ATUM

ÁGUA

CARNE

CHÁ GELADO

MACARRÃO

CHÁ GELADO

PÃO

## Bebidas Quentes

SALADA

CAFÉ

Os Pratos São  
Preparados Com

CHÁ



COGUMELOS  
PESTO  
QUEIJO TIPO COTTAGE

CHÁ DE ERVAS

SALSICHA

BOLO DE QUEIJO

VEGETAIS

TORTA BANOFFEE

ABOBRINHA

TORTA DE MAÇÃ

MILHO

CRUMBLE DE MAÇÃ

VEGETAIS

# Cardápio Rotas Da Ilha Verde



BANANA

OVO

MEL

BRÓCOLIS

QUINOA

TOFU

LEITE

CHOCOLATE

QUEIJO

## Rotas Da Ilha Verde

Rua Pedro Homem 49, 9500-099 Ponta Delgada, Portugal,  
Portuguese Republic

Feito com [Cardapio](#)

### Horário de abertura:

Terça-feira 12:00-15:00 19:00-23:00  
Quarta-feira 12:00-15:00 19:00-23:00  
Quinta-feira 12:00-15:00 19:00-23:00  
Sexta-feira 12:00-15:00 19:00-23:00  
Sábado 19:00-23:00

