



# VEGETARIAN MENU



## Apa itu vegetarian?

vegetarian adalah mereka yang menjalani pola makan dengan hanya mengonsumsi makanan dari tumbuh-tumbuhan seperti gandum, kacang polong, biji-bijian, kacang-kacangan, jamur, ragi, buah-buahan, dan sayuran.

# Jenis-jenis vegetarian

Sebenarnya ada banyak jenis vegetarian, tapi ada 4 jenis yang paling banyak ditemukan, yaitu:

## Lacto-ovo vegetarian:

- Vegetarian yang tidak memakan daging hewan, tapi tetap mengonsumsi produk dairy (berasal dari susu) dan telur. Dalam bahasa Latin, lacto berarti susu, dan ovo berarti telur. Jadi, lacto-ovo vegetarian masih makan keju, mentega, yogurt, dan es krim.

## Lacto vegetarian:

- Vegetarian yang tidak memakan daging dan telur, tetapi tetap mengonsumsi produk dairy (susu).

## Ovo vegetarian:

- Vegetarian yang tidak mengonsumsi daging dan produk dairy (susu), tetapi boleh memakan telur.

## Vegan:

- Merupakan vegetarian yang benar-benar tidak mengonsumsi semua produk makanan yang berasal dari hewan, termasuk madu, gelatin, dan sarang burung walet.



# Apa itu menu vegetarian?

- Menu vegetarian adalah sebuah menu yang di khususkan bagi seorang vegetarian atau orang yang tidak mengonsumsi makanan yang berasal dari hewan.
- Menu ini biasanya hanya tersedia di restaurant vegetarian, namun ada juga beberapa restaurant yang menyediakannya

# Set Menu Vegetarian

- Ini adalah contoh set menu vegetarian di restaurant



# Ala Carte Menu Vegetarian

Vegan / Vegetarian Available By Request







**Nasi**

|                      |      |                    |      |                      |       |
|----------------------|------|--------------------|------|----------------------|-------|
| Nasi Jamur Serundeng | 20rb | Lontong Isi        | 10rb | Jamur Crispy         | 20rb  |
| Nasi Bakmoy          | 20rb | Lontong Oncom      | 6rb  | Baso Kuah            | 8rb   |
| Nasi Butter Sayuran  | 20rb | Chasiu Pao         | 12rb | Baso Goreng (isi 3)  | 10rb  |
| Nasi Goreng Basil    | 20rb | Sate Jamur (isi 6) | 20rb | Tahu Goreng (isi 4)  | 10rb  |
| Nasi Goreng Keju     | 20rb |                    |      | Pangsit Kuah (isi 3) | 8rb   |
| Nasi Soto            | 20rb |                    |      | Pangsit Goreng @     | 2.5rb |

**Snacks (Vegan)**

|  |  |  |  |                      |      |
|--|--|--|--|----------------------|------|
|  |  |  |  | Pempek Kecil (isi 3) | 25rb |
|  |  |  |  | Kripik Tempe         | 20rb |
|  |  |  |  | Dendeng Balado       | 15rb |

**Minuman**

|               |      |  |  |                          |      |
|---------------|------|--|--|--------------------------|------|
| Liu Wei Tang  | 15rb |  |  | Mie/Bihun/Kwetiau Goreng | 25rb |
| Sop Buah      | 15rb |  |  |                          |      |
| Lo Han Guo    | 10rb |  |  |                          |      |
| Chrysanthemum | 10rb |  |  |                          |      |
| Liang Tea     | 10rb |  |  |                          |      |
| Loba-Lobi     | 8rb  |  |  |                          |      |
| Honey Lemon   | 15rb |  |  |                          |      |

**Vegetarian** (dengan bawang/telur)

|                      |      |  |  |  |  |
|----------------------|------|--|--|--|--|
| Tahu Peletok (isi 4) | 15rb |  |  |  |  |
| Nugget Jamur+Kentang | 20rb |  |  |  |  |
| Puyunghay XL         | 25rb |  |  |  |  |
| Gimnap (isi 6)       | 20rb |  |  |  |  |

|                                                                                       |       |                                                         |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------|------|
| 163 凉瓜味菜炆牛<br>Fried Vegetarian Beef with Bitter Melon and Preserved Vegetable         | \$68  | 178 凉瓜猪肚煲<br>Stirrer Melon with Pepper in Hot-Pot       | \$68 |
| 165 葡汁焗四寶蔬<br>Baked Four Kinds of Vegetable with Coconut Milk Sauce                   | \$68  | 179 香芋BB班<br>Crispy Taro "Baby-Fish"                    | \$58 |
| 166 金針雲耳冬菇炸酥<br>Golden mushroom, Dried Mushroom with Baked Bran                       | \$68  | 180 香荔炸酥卷<br>Fried Taro Rolls                           | \$58 |
| N166 豉油皇陳皮靈絲蒸鮑魚仔<br>Steamed Vegetarian Baby-Abalone                                   | \$108 | 185 鹽焗花枝片<br>Spicy Salted Vegetarian Cuttle Fish        | \$75 |
| 167 鐵板焗蠔豉汁菌<br>Baked Vegetarian Oyster and Mushrooms in Hot-Plate                     | \$78  | 186 鬼馬叉燒<br>Paramita Specially-Made Vegetarian Pork-Rib | \$78 |
| 168 嗜嗜海參素鷄煲<br>Vegetarian Sea-Cucumber and Chicken in Hot-Pot                         | \$78  | 187 香燒蒜蓉豆腐<br>Deep Fried To-Fu with Mushroom & Carrot   | \$78 |
| 169 麻辣素牛煲 (微Hot)<br>Spicy Vegetarian Beef in Hot-Pot                                  | \$78  | 188 鵝蛋泰式炒飯 (有蛋/With Egg)                                | \$68 |
| 171 東江豆腐煲<br>To-Fu and Vegetables Soup in Hot-Pot                                     | \$72  | 190 鮮菇牛柳焗飯 (有蛋/With Egg)                                | \$68 |
| 173 魚香茄子煲 (微Hot)<br>Fry Eggplant in Hot-Pot                                           | \$62  | 191 乾炒牛河<br>Fried Vegetarian Beef/Broad Noodle          | \$62 |
| 175 沙薑枝竹排骨煲<br>Bean Curd Piece-Rolls Fry with Vegetarian Rib in Special Ginger Flavor | \$68  | 195 紅米蛋白炒飯 (有蛋/With Egg)                                | \$65 |
| 177 椰汁荔芋鮮竹煲<br>Taro with Bean-Curd Piece-Rolls in Coconut Milk Sauce                  | \$62  | 196 海苔香香炒飯<br>Fried Rice with Seaweed and Almond        | \$68 |











**波羅密素食**  
Paramita Vegetarian Restaurant

營業時間  
11:00am - 11:00pm

下午茶 11:00am - 2:00pm  
晚飯 2:00pm - 11:00pm  
(天天供應 9:00am 至凌晨 1:00am)

歡迎電話訂座

到會外賣 歡迎預訂

中西合璧 創製素食 優質食材 食得健康

銅鑼灣(利華中心店)  
香港銅鑼灣利華中心99號利華廣場7樓B座  
(近銅鑼灣地鐵站時代廣場A出口)  
7B, Leo Theatre Plaza, 99 Percival Street, Causeway Bay, Hong Kong.  
Tel: 2317 6908 / 2317 6909 Fax: 2517 6110

尖沙咀(海防道店)  
九龍尖沙咀海防道35-37號利華中心3樓  
(近尖沙咀地鐵站海防道A1出口沙咀上樓上)  
3/F, Daily House, 35-37 Hai Phong Road, Tsim Sha Tsui, Kowloon.  
Tel: 2736 3939 / 2736 3989 Fax: 2736 3919

# Vegetarian Appetizer

Creamy Avocado Dip With  
Scallions



Oregano-Marinaded Tomato  
Salad



# Vegetarian Soup

Butternut Squash Chipotle Chili  
with Avocado



Quinoa Vegetable Soup with Kale



# Vegetarian Main Course

Falafel curry with spinach



Aubergine milanese with spaghetti



# Vegetarian Dessert

Tofu Cheesecake



Vegan Banana Cake





**TERIMA KASIH**