













































Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

| Montag, 24. Juni | Dienstag, 25. Juni | Mittwoch, 26. Juni | Donnerstag, 27. Juni | Freitag, 28. Juni |
|--|---|---|--|--|
| SOUP    Wassermelonen-Minzenkaltschale mit Grenadinesirup <i>ca. 96.4 kcal</i> | SOUP    Vegane Kohlrabisuppe <i>ca. 68.4 kcal</i> | SOUP   Broccolicrèmesuppe <i>ca. 85.3 kcal</i> | SOUP   Maiscrèmesuppe <i>ca. 124.9 kcal</i> | SOUP    Vegane Gemüsesuppe <i>ca. 71.4 kcal</i> |
| 2.50 | 2.50 | 2.50 | 2.50 | 2.50 |
| TRADITIONAL  Schweinssteak Pizzaiolo mit Tomatensugo und Mozzarella überbacken Bramata-Polenta Zucchini mit frischen Kräutern <i>ca. 670.5 kcal / Schwein: Schweiz</i> | TRADITIONAL   Halbes Hendl Kartoffel-Gurken-Salat mit Dill <i>ca. 1220.9 kcal / Poulet: Schweiz</i> | TRADITIONAL   Pouletgeschnetzeltes Pommery-Senfrahmsauce Nudeln Broccoli <i>ca. 702.3 kcal / Poulet: Schweiz</i> | TRADITIONAL  Pasta-Plausch Penne mit Sauce Bolognese, Sugo con salsicca, Waldpilzrahmsauce, Aglio e olio und Reibkäse <i>ca. 904.3 kcal / Rind: Schweiz, Wurst (Schwein): Schweiz</i> | TRADITIONAL  Alfred's Schnitzel Paniertes Schweinsschnitzel Bratkartoffeln Tagesgemüse <i>ca. 683.9 kcal / Schwein: Schweiz</i> |
| incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 |
| TRADITIONAL SMART  Gebratenes Red Snapperfilet Indische Tomaten-Curry-Sauce Limetten-Couscous Broccoli <i>ca. 628.4 kcal / Red Snapper: Westlicher Pazifischer Ozean</i> | TRADITIONAL SMART   Mariniertes Heilbuttfilet Orangen-Dill-Sauce Dreifarbiges Kräuter-Quinoa Ofen-Rüebli <i>ca. 643.0 kcal / Heilbutt: Nordwestatlantik</i> | TRADITIONAL SMART    Wolfsbarschfilet mit Zwiebelmarmelade Rosmarinkartoffeln Tagesgemüse <i>ca. 558.8 kcal / Wolfsbarsch: Türkei</i> | TRADITIONAL SMART   Röstitaschen mit Frischkäse gefüllt Balsamico-Pilze Geschmorte Peperoni Mariniertes Rucola <i>ca. 494.1 kcal</i> | TRADITIONAL SMART  Crevetten Tomaten-Basilikum-Sauce Spinat-Tagliatelle Reibkäse <i>ca. 626.6 kcal / Crevetten: Vietnam</i> |
| incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 |
| KARMA   Vegane Hackbällchen auf Basis von Erbsenprotein Waldpilzsauc Penne Marinierter Rucola <i>ca. 747.8 kcal</i> | KARMA   Gemüse-Gyoza Teriyaki-Zitronengras-Sauce Jasminreis Wokgemüse <i>ca. 759.3 kcal</i> | KARMA    Sojaprotein-Geschnetzeltes Massaman-Currysauce Dreifarbiges Quinoa Grüne Bohnen <i>ca. 655.9 kcal</i> | KARMA   Süsskartoffel-Blumenkohl-Curry mit Kokossauce Soja-Gurken-Raita Grünes Gemüse Naanbrot <i>ca. 737.6 kcal</i> | KARMA    Sojaprotein-Geschnetzeltes Currysauce Basmatireis <i>ca. 618.8 kcal</i> |
| incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 | incl. Soup or Salad: 8.90 |
| WORLD BOWLS  Nyonya Malaysisches Pouletcurry Kokosreis Fruchtiger Rotkabbissalat <i>ca. 953.4 kcal / Poulet: Schweiz</i> | | WORLD BOWLS  Char siu Kantonesischer BBQ-Schweinschals Pork Belly Gebackener Schweinebauch mit Ingwer, Sojasauce und Reissig Hoisinsauce Pak Choi Jasminreis <i>ca. 1215.6 kcal / Schwein: Schweiz</i> Schwein: Schweiz | | |
| 13.90 | | 13.90 | | |
| OVEN Gnocchi al forno mit Rindfleisch-Bolognese, Mascarpone, Mozzarella und Reibkäse <i>ca. 884.2 kcal / Rind: Schweiz</i> | OVEN Diverse Dipsauce, Senf und Ketchup Verschiedene warme Beilagen Frische Rohkost- und Blattsalate mit verschiedenen Toppings und Dressings | OVEN Pizza Cacciatore mit Speck und Champignons <i>ca. 1045.5 kcal / Speck (Schwein): Schweiz</i> | OVEN Diverse Dipsauce, Senf und Ketchup Verschiedene warme Beilagen Frische Rohkost- und Blattsalate mit verschiedenen Toppings und Dressings | |
| 11.90 | 14.90 | 14.90 | 14.90 | |
| OVEN VEGI | OVEN VEGI | OVEN VEGI  | OVEN VEGI | |

Gnocchi mit Gorgonzolasauce,
Salatspinat, Frühlingszwiebeln und Haselnüssen

ca. 816.9 kcal

10.90

Diverse Dipsauce, Senf und Ketchup
Verschiedene warme Beilagen
Frische Rohkost- und Blattsalate mit
verschiedenen Toppings und Dressings

12.90

Pizza Margherita
Mozzarella, Basilikum, Tomaten

ca. 886.0 kcal

12.90

Diverse Dipsauce, Senf und Ketchup
Verschiedene warme Beilagen
Frische Rohkost- und Blattsalate mit
verschiedenen Toppings und Dressings

12.90

Öffnungszeiten Alfred's Kitchen: Montag bis Freitag: 11.15 Uhr bis 14.00 Uhr

Alle Preise in CHF inkl. MwSt.

Legende Icons: Glutenfrei, laktosefrei, vegetarisch (1 Blatt), vegan (2 Blätter), Smart Eating