
































Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 28. November	Dienstag, 29. November	Mittwoch, 30. November	Donnerstag, 01. Dezember	Freitag, 02. Dezember
SOUP  <p>Süsskartoffelcrèmesuppe ca. 139.0 kcal</p>	SOUP   <p>Vegane Karotten-Ingwer-Suppe ca. 75.6 kcal</p>	SOUP   <p>Indische Linsensuppe mit Spinat ca. 115.0 kcal</p>	SOUP   <p>Vegane Steinpilzsuppe ca. 112.3 kcal</p>	SOUP   <p>Vegane Gemüsesuppe ca. 71.5 kcal</p>
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL <p>Schweins-Krustenbraten Dunkelbiersauce Rotkraut Schupfnudeln ca. 874.9 kcal / Schwein: Schweiz</p>	TRADITIONAL <p>Poulet-Piccata Pouletschnitzel mit Ei und Parmesan Tomaten-Basilikum-Sauce Safranrisotto Zucchetti provenzalische Art ca. 819.8 kcal / Poulet: Schweiz</p>	TRADITIONAL <p>Rindsschmorbraten Rotweinsauce Ofen-Polenta Gebackene farbige Rüebli ca. 521.4 kcal / Rind: Schweiz</p>	TRADITIONAL <p>Pasta-Plausch Penne mit Sauce Bolognese, Sugo con salsicca, Waldpilzrahmsauce, Aglio e olio und Grana Padano ca. 883.9 kcal / Rind: Schweiz, Wurst (Schwein): Schweiz</p>	TRADITIONAL  <p>Züri G'schnätzlets Kalbsgeschnetzeltes mit Champignonsauce Rösti Tagesgemüse ca. 612.3 kcal / Kalb: Schweiz</p>
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  <p>Schweins-Krustenbraten Dunkelbiersauce Rotkraut Getreide-Mix ca. 753.8 kcal / Schwein: Schweiz</p>	TRADITIONAL SMART   <p>Trutenschnitzel Tomaten-Basilikum-Sauce Safran-Quinoa Zucchetti provenzalische Art ca. 533.5 kcal / Trute: Frankreich</p>	TRADITIONAL SMART <p>Rindsschmorbraten Rotweinsauce Getreide-Mix Gebackene farbige Rüebli ca. 519.1 kcal / Rind: Schweiz</p>	TRADITIONAL SMART <p>Pasta-Plausch Vollkorn-Penne mit Sauce Bolognese, Sugo con salsicca, Waldpilzrahmsauce, Aglio e olio und Grana Padano ca. 877.9 kcal / Rind: Schweiz, Wurst (Schwein): Schweiz</p>	TRADITIONAL SMART  <p>Thunfischsteak Pico de Gallo Blattspinat mit Ingwer und Kreuzkümmel Gemüse-Couscous ca. 494.2 kcal / Thunfisch: Westlicher Pazifischer Ozean</p>
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   <p>Veganes Kichererbsen-Curry Chana Masala Basmatireis Dattel-Chutney Papadam Marinierter Portulak ca. 828.3 kcal</p>	KARMA <p>Vegetarischer Mezzeteller mit Falafel, Hummus, Baba ganoush, Tomatensalat, Taboulé und Pitabrot ca. 913.5 kcal</p>	KARMA  <p>Kürbis-Rüebli-Ravioli Weissweinsauce Gebratene Kürbiswürfel, Rucola Grana Padanoflocken und Kürbiskerne Microgreens ca. 767.2 kcal</p>	KARMA    <p>Veganes Quinoa-Randen-Tätschli Dilljoghurt Wintergemüse mit Birnen ca. 457.5 kcal</p>	KARMA   <p>Veganes grünes Thai-Curry mit Plant-based-Chicken Jasminreis Wokgemüse Rote Peperoncini ca. 699.0 kcal</p>
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  <p>Pouletgeschnetzeltes Tikka Masala Sauce Naanbrot Makai Na Bharta ca. 786.3 kcal / Poulet: Schweiz</p>	WORLD BOWLS  <p>Phat kaphrao nuea Thailändisches Rindsgehacktes mit Basilikum, Spiegelei, Jasminreis, Mungobohnen, Peperoncini ca. 701.0 kcal / Rind: Schweiz</p>	WORLD BOWLS  <p>Pouletgeschnetzeltes Thailändische Erdnussauce Gebratener Reis mit Ei Kokos-Sambal ca. 788.8 kcal / Poulet: Schweiz</p>	WORLD BOWLS   <p>Panang Thai Curry mit Crevetten Jasminreis Gebratenes Gemüse mit Mu-Err-Pilzen Mungosprossen und Koriander ca. 615.1 kcal / Crevetten: Vietnam</p>	
12.90	10.80	12.90	12.90	
OVEN <p>Pinsa mit Rohschinken Typo Parma und Rucola ca. 865.0 kcal / Schinken (Schwein): Italien</p>	OVEN   <p>Paradise Tuesday Vegane Pizza Melanzane mit Auberginen, Cherrytomaten und Rucola ca. 898.1 kcal</p>	OVEN <p>Poulet Kebab Gefülltes Fladenbrot mit mariniertem Poulet, Knoblauch-Sesam-Dip, Gurken, Tomaten und Weisskabis Lauwarmer Taboulé ca. 1048.8 kcal / Poulet: Schweiz</p>	OVEN <p>Halbe Pizza Bufala & Crudo mit Rohschinken Typo Parma, Büffelmozzarella und Basilikum dazu gemischter Salat Dressing zur Auswahl ca. 532.4 kcal / Schinken (Schwein): Italien</p>	
14.90	14.90	10.90	12.00	
OVEN VEGI 			OVEN VEGI 	

Pinsa Romana Margherita

ca. 701.7 kcal

12.90

Halbe Pizza Margherita
mit Mozzarella, Basilikum, Tomaten
dazu gemischter Salat
Dressing zur Auswahl
ca. 464.5 kcal

10.90

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