

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 14. Juli	Dienstag, 15. Juli	Mittwoch, 16. Juli	Donnerstag, 17. Juli	Freitag, 18. Juli
SOUP  <p>Schwarze Bohnensuppe</p> <p><i>ca. 158.6 kcal</i></p>	SOUP  <p>Tomatensuppe mit Basilikum</p> <p><i>ca. 65.5 kcal</i></p>	SOUP  <p>Geflügelcrèmesuppe mit Gemüsewürfel</p> <p><i>ca. 114.8 kcal</i></p>	SOUP  <p>Vegane Süsskartoffelsuppe</p> <p><i>ca. 116.7 kcal</i></p>	SOUP  <p>Gemüsecrèmesuppe</p> <p><i>ca. 83.4 kcal</i></p>
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL <p>Riz Casimir Pouletgeschnetzeltes Currysauce Reis Früchte und Mandeln Broccoli</p> <p><i>ca. 670.6 kcal / Poulet: Schweiz</i></p>	TRADITIONAL <p>Schweinssteak Pommery-Senfsauce Kartoffelgratin Tagesgemüse</p> <p><i>ca. 706.7 kcal / Schwein: Schweiz</i></p>	TRADITIONAL <p>Schweinhalsrippli mit Honig und Thymian Portweinsauce Zitronen-Risotto Ratatouille</p> <p><i>ca. 717.8 kcal / Schwein: Schweiz</i></p>	TRADITIONAL <p>Pasta-Plausch Vollkorn-Spiralen mit 4 verschiedenen Saucen zur Auswahl Bolognese, Tonno, Aglio e olio, Cinque pi und Reibkäse</p> <p><i>ca. 799.7 kcal / Rind: Schweiz, Thon: Thailand</i></p>	TRADITIONAL <p>English Pub Food The Texas-Burger Rindsburger, Brioche-Bun, Eisberg, Cheddar, Röstzwiebeln, Honig-Speck, Tomate, Mayonnaise und BBQ-Sauce Pommes frites</p> <p><i>ca. 1402.7 kcal / Burger (Rind): Schweiz, Bun: Schweiz, Speck (Schwein): Schweiz</i></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
POP-UP  <p>Mariniertes Heilbuttfilet Senf-Meerrettich-Dip Gewürz-Bulgur Spinat</p> <p><i>ca. 821.2 kcal / Heilbutt: Nordwestatlantik</i></p>	POP-UP  <p>English Pub Food Fish and chips Dorsch im Backteig Mayonnaise Jumbo frites Erbsenpüree</p> <p><i>ca. 1084.4 kcal / Dorsch: Nordostatlantik</i></p>	POP-UP  <p>English Pub Food Philly Cheesesteak Weizenbrötchen gefüllt mit Rindssteak, Provolone, Jalapenos, gebratenen Zwiebeln und Pilzen Ofenkartoffeln</p> <p><i>ca. 749.0 kcal / Brot: Schweiz, Rind: Schweiz</i></p>	POP-UP  <p>English Pub Food Bangers and Mash Schweinsbratwurst Zwiebelsauce Kartoffelstock Erbsen</p> <p><i>ca. 785.2 kcal / Bratwurst (Schwein, Kalb): Schweiz</i></p>	POP-UP  <p>Lachsfilet Mango-Chili-Chutney Schwarzer Quinoa BIO Tagesgemüse</p> <p><i>ca. 700.9 kcal / Lachs: Norwegen</i></p>
8.90	9.80	9.80	9.80	8.90
KARMA  <p>Geräucherte BIO Tofuwürfel Power Salad mit Blattsalat, Quinoa, Champignons, Süsskartoffeln, Avocado, Tomaten und Maiskörner Dressing nach Wahl</p> <p><i>ca. 510.2 kcal</i></p>	KARMA  <p>Vegane Tortelloni mit Quinoa-Spinat-Füllung Kichererbsen-Gemüse-Ragout mit Tomatensauce</p> <p><i>ca. 584.7 kcal</i></p>	KARMA  <p>Indische Gemüse Samosas Kichererbsen-Curry Chana Masala Basmatireis Dattel-Chutney Papadam</p> <p><i>ca. 1038.5 kcal</i></p>	KARMA  <p>Gefüllte Aubergine mit Pflanzenprotein, Couscous und Gemüse</p> <p><i>ca. 399.7 kcal</i></p>	KARMA  <p>Gedämpfte Gyoza Grünes Kichererbsen Thai Curry Jasminreis</p> <p><i>ca. 637.4 kcal</i></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 Char siu Kantonesischer BBQ-Schweinshals Ramen-Nudeln Bimi Broccoli <i>ca. 573.8 kcal / Schwein: Schweiz</i>	WORLD BOWLS Nyonya Malaysisches Pouletcurry Kokosreis Curry-Aubergine <i>ca. 811.1 kcal / Poulet: Schweiz</i>		WORLD BOWLS Beef Hokkien Mee mit Rindsgeschnetzeltem, Hokkien-Nudeln, Pak Choi, Karotten, Kefen und Broccoli <i>ca. 727.9 kcal / Rind: Schweiz</i>	WORLD BOWLS Trutenbrustbraten Preiselbeersauce Ofen-Süsskartoffeln Rüebli mit Ahornsirup <i>ca. 499.6 kcal / Truten: Frankreich</i>
13.90	13.90		13.90	13.90
OCEAN & OVEN English Pub Food Shepard's Pie Kartoffelauflauf mit Lammfleisch, Wurzelgemüse, Käse und Glasierte Erbsen <i>ca. 776.7 kcal / Lamm: Schweiz</i>	OCEAN & OVEN Mariniertes Saiblingsfilet Zartweizen Spinat <i>ca. 449.6 kcal / Saibling: Island</i>	 OCEAN & OVEN Pochierte St. Pierrefilet Toscana-Salsa Tomaten, Oliven, Kapern und Zitronenthymian Zitronen-Gemüse-Couscous BIO Tagesgemüse <i>ca. 634.6 kcal / St.Pierre: Südwestpazifik</i>	OCEAN & OVEN Gebratenes Wolfsbarschfilet Kerbelquark Petersilienkartoffeln Gedämpfte Rüebli <i>ca. 536.5 kcal / Wolfsbarsch: Türkei</i>	 OCEAN & OVEN Pizza Don Pedro mit Speck, Spinat und Spiegelei <i>ca. 1104.5 kcal / Speck (Schwein): Schweiz</i>
incl. Soup or Salad: 8.90	incl. Soup or Salad: 12.90	incl. Soup or Salad: 8.90	incl. Soup or Salad: 8.90	incl. Soup or Salad: 12.90
	STREET EATS Create your Bowl Wähle Protein, Kohlenhydrate und Gemüse/Salat und Sauce und stelle deine eigene Wunsch-Bowl zusammen	STREET EATS Der Sommergrill ist eröffnet und bietet eine Auswahl an Fleisch-, Fisch- und vegetarischen Grilladen	STREET EATS Create your Bowl Wähle Protein, Kohlenhydrate und Gemüse/Salat und Sauce und stelle deine eigene Wunsch-Bowl zusammen	
	incl. Soup or Salad: 16.90	incl. Soup or Salad: 10.90	incl. Soup or Salad: 16.90	

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