

# Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 29. April	Dienstag, 30. April	Donnerstag, 02. Mai	Freitag, 03. Mai
<b>SOUP</b>  <p>Süskartoffelcrèmesuppe ca. 139.0 kcal</p> <p>2.50</p>	<b>SOUP</b>  <p>Blumenkohlcrèmesuppe ca. 113.9 kcal</p> <p>2.50</p>	<b>SOUP</b> <p>Vegane Maissuppe ca. 115.2 kcal</p> <p>2.50</p>	<b>SOUP</b>   <p>Kartoffel-Petersilien-Suppe ca. 114.4 kcal</p> <p>2.50</p>
<b>TRADITIONAL</b> <p>Pouletbrust Stroganoffsauce Gnocchi Grüne Bohnen</p> <p>ca. 712.3 kcal / Poulet: Schweiz</p>	<b>TRADITIONAL</b> <p>Schweinschulter Champignonrahmsauce mit Peterli Tagliatelle</p> <p>ca. 643.5 kcal / Schwein: Schweiz</p>	<b>TRADITIONAL</b> <p>Spaghetti-Plausch Spaghetti mit 4 verschiedenen Saucen zur Auswahl Bolognese, Carbonara, Cacciatore-Sauce und Pesto Reibkäse ca. 778.7 kcal / Rind: Schweiz, Speck (Schwein): Schweiz, Poulet: Schweiz</p>	<b>TRADITIONAL</b> <p>Egglifelet im Bierteig Tartarsauce Langkornreis Blattspinat</p> <p>ca. 994.8 kcal / Egli: Estland</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
<b>TRADITIONAL SMART</b>  <p>frische markt fisch, Lachsforelle, wolfsbarsch und dorsche, mit tricolor quinoa, brokkoli und blumenkohl, zitreone vinigarette</p> <p>ca. 767.6 kcal / Rotzunge: Nordostatlantik</p>	<b>TRADITIONAL SMART</b>  <p>Spinat-Risotto mit gebackenem Käse und karamellisierten Nüssen Marinierter Salatspinat</p> <p>ca. 960.2 kcal</p>	<b>TRADITIONAL SMART</b>  <p>Gebratenes Lachsfilet Rustikaler Salat mit Radieschen, Gurken, Karotten, Lattich und Kresse Ofenkartoffeln mit Schnittlauch-Sauerrahm</p> <p>ca. 845.4 kcal / Lachs: Färöer Inseln</p>	<b>TRADITIONAL SMART</b>    <p>Zitronen-Pouletbrust Rustikaler Salat mit Radieschen, Gurken, Karotten, Lattich und Kresse Pommes frites</p> <p>ca. 846.9 kcal / Poulet: 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
<b>KARMA</b>   <p>Aubergine-Couscous-Bratling Glasnudelsalat mit Sesamol-Limetten-Dressing</p> <p>ca. 789.3 kcal</p>	<b>KARMA</b>   <p>Samosa mit Kartoffel-Gemüse-Füllung Linsen-Dal Naan-Brot Gurken-Raita</p> <p>ca. 644.9 kcal</p>	<b>KARMA</b> <p>Gemüse-Gyoza Teriyaki-Zitronengras-Sauce Jasminreis Wokgemüse</p> <p>ca. 758.0 kcal</p>	<b>KARMA</b>   <p>Grüner Spargel mit Olivenöl Zitronen-Veggynaise Gebackene neue Kartoffeln</p> <p>ca. 611.6 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
<b>WORLD BOWLS</b>   <p>Red Thai Curry mit Rindfleisch Jasminreis Gebratenes Gemüse mit Mu-Err-Pilzen</p> <p>ca. 703.4 kcal / Rind: Schweiz</p>	<b>WORLD BOWLS</b>  <p>Chicken Korma Pouletragout mit Curry-Mandelsauce Biryani-Reis Gurken-Raita</p> <p>ca. 800.3 kcal / Poulet: Schweiz</p>		
13.90	13.90		
<b>OVEN</b> <p>Elsässer Flammkuchen mit Sauerrahm, Speck, Zwiebeln und Schnittlauch</p> <p>ca. 509.6 kcal / Speck (Schwein): Schweiz</p>	<b>OVEN</b> <p>Pizza Toscana mit scharfem Salami, Peperoni, Oliven und Zwiebeln</p> <p>ca. 1104.5 kcal / Salami (Schwein, Rind): Schweiz</p>	<b>OVEN</b>  <p>Glutenfreie Pizza mit Vorderschinken, Champignons und Spinat</p> <p>ca. 1101.3 kcal / Schinken (Schwein): Schweiz</p>	
14.90	14.90	14.90	
<b>OVEN VEGI</b>  <p>Vegetarischer Flammkuchen mit Peperoni, Frühlingszwiebel und Lauch</p> <p>ca. 523.6 kcal</p>	<b>OVEN VEGI</b>  <p>Pizza Margherita Mozzarella, Basilikum, Tomaten</p> <p>ca. 889.4 kcal</p>	<b>OVEN VEGI</b>  <p>Glutenfreie Pizza mit Tomatenwürfel, Rucola und Grana Padanoflocken</p> <p>ca. 1042.8 kcal</p>	
12.90	12.90	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