

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 24. März	Dienstag, 25. März	Mittwoch, 26. März	Donnerstag, 27. März	Freitag, 28. März
SOUP  <p>Bärlauchcrèmesuppe ca. 103.2 kcal</p>	SOUP <p>Maissuppe mit Popcorn ca. 200.1 kcal</p>	SOUP  <p>Romanescocrèmesuppe ca. 76.2 kcal</p>	SOUP  <p>Vegane Rüeblisuppe ca. 75.5 kcal</p>	SOUP   <p>Gemüsecrèmesuppe ca. 83.4 kcal</p>
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL <p>Züri G'schnätzlets Schweinsgeschnetzeltes mit Champignonsauce Nudeln Romanesco ca. 678.8 kcal / <i>Schwein: Schweiz</i></p>	TRADITIONAL <p>Schweinsbraten mit Dörräpfeln Kartoffelpüree Schmorsauce BIO Tagesgemüse ca. 688.1 kcal / <i>Schwein: Schweiz</i></p>	TRADITIONAL <p>Pasta-Plausch Penne mit Sauce Bolognese, Sugo con saliccia, Waldpilzrahmsauce, Aglio e olio und Reibkäse ca. 890.4 kcal / <i>Rind: Schweiz, Wurst (Schwein): Schweiz</i></p>	TRADITIONAL <p>Poulet Piccata Pouletschnitzel mit Ei und Reibkäse Tomatensauce Spaghetti BIO Tagesgemüse ca. 809.6 kcal / <i>Poulet: Schweiz</i></p>	TRADITIONAL <p>Schweins-Cordon bleu mit Bärlauch-Frischkäse Pommes frites BIO Tagesgemüse ca. 918.9 kcal / <i>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>Jamaikanisches Lamm-Curry Reis mit Erbsen Fladenbrot und Bananenchips ca. 944.4 kcal / <i>Brot: Schweiz, Lamm: Schweiz</i></p>	POP-UP <p>Backpackers: Africa Kuku wa ukwaju Swahili Pouleteintopf Tamarinden-Ananas-Sauce Okra-Tomaten und Chapati-Brot ca. 960.0 kcal / <i>Poulet: Schweiz, Brot: Singapur</i></p>	POP-UP <p>Backpackers: Africa Jollof Rice Senegalesischer Tomatenreis Gebratenes Doradenfilet Bunter Frühlingssalat mit Karotte und Kabis ca. 643.6 kcal / <i>Dorade: Türkei</i></p>	POP-UP  <p>Backpackers: Africa Chakalaka & Putu Pap Südafrikanischer Gemüseintopf mit gebackenen Bohnen und Wurzelgemüse Maisbrei Eingelegtes Gemüse ca. 649.8 kcal</p>	POP-UP  <p>Gebratenes Harissa- Wolfsbarschfilet Couscous-Perlen BIO Tagesgemüse ca. 559.1 kcal / <i>Wolfsbarsch: Türkei</i></p>
9.80	9.80	9.80	9.80	8.90
KARMA  <p>Gemüse-Frühlingsrollen Sweet-Chili-Sauce Asiatischer Salat mit Glasnudeln, Pak Choi, Edamame, Broccoli, Peperoncini und Koriander ca. 665.7 kcal</p>	KARMA  <p>Indisches Kichererbsen-Linsen-Dal Basmatireis Raita Papadum ca. 740.1 kcal</p>	KARMA  <p>Indische Gemüse Samosas Raita Gebratenes Curry-Gemüse Basmatireis ca. 680.2 kcal</p>	KARMA  <p>Plant-based Nuggets Ratatouille Süsskartoffel ca. 606.2 kcal</p>	KARMA  <p>Süsskartoffelstrudel Kürbis-Pflaumen-Kichererbsen- Tajine ca. 427.0 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>Lachsfilet mit Tom-Yum Marinade Grüne Thai-Curry-Sauce mit Mango, Bimi-Broccoli, Salatspinat und Thai-Basilikum Jasminreis</p>	WORLD BOWLS <p>Entengeschnetzeltes Massaman-Currysauce Jasminreis Pak Choi mit Ananas und Chili</p>	WORLD BOWLS <p>Beef Chow Fun Kantonesisches Reismüchelgericht mit Rindfleisch, Sojasprossen und Frühlingszwiebeln</p>	WORLD BOWLS <p>Larb Lauwarmer Thai- Schweinshackfleischsalat Kokosreis</p>	WORLD BOWLS <p>Nyonya Malaysisches Pouletcurry Pouletragout Kokos-Sambal</p>

<i>ca. 862.9 kcal / Lachs: Färöer Inseln</i>	<i>ca. 828.4 kcal / Ente: Ungarn</i>	<i>ca. 756.3 kcal / Rind: Schweiz</i>	<i>ca. 720.8 kcal / Schwein: Schweiz</i>	Basmatireis Asiatische Gemüse-Pickles <i>ca. 990.1 kcal / Poulet: Schweiz</i> <i>Poulet: Schweiz</i>
13.90	13.90	13.90	13.90	13.90
OCEAN & OVEN Gnocchi al forno mit Rindfleisch-Bolognese, Mascarpone, Mozzarella und Reibkäse <i>ca. 861.9 kcal / Rind: Schweiz</i>	OCEAN & OVEN Mariniertes rotes Forellenfilet Radiesli-Vinaigrette Bulgur mit grünen Linsen BIO Tagesgemüse <i>ca. 749.9 kcal / Lachsforelle: Italien</i>	 OCEAN & OVEN Zitronen-Pouletbrust Bärlauch-Vinaigrette Schwarzer Quinoa Rosenkohl <i>ca. 601.4 kcal / Poulet: Schweiz</i>	 OCEAN & OVEN Gebratenes Kabeljaufilet Glasierete Randen Zartweizen <i>ca. 465.3 kcal / Kabeljau: Nordostatlantik</i>	 OCEAN & OVEN Pizza Mamma mia mit scharfem Salami und Gorgonzola <i>ca. 1172.9 kcal / Chorizo (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: 12.90
	STREET EATS Hausgemachte BIO Pasta ai gamberoni e Pesto rosso mit Crevetten, Tomaten-Pesto und Rucola <i>ca. 1048.7 kcal / Crevetten: Vietnam</i>		STREET EATS Rindshuft am Stück gebraten Chimichurri Mediterraner Brotsalat mit Datteltomaten, Mozzarella, Peperoni, Zwiebeln und Rucola <i>ca. 734.9 kcal / Rind: Schweiz</i> <i>Brot: Schweiz</i>	
	incl. Soup or Salad: 12.90		incl. Soup or Salad: 13.80	

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