

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 18. Juli	Dienstag, 19. Juli	Mittwoch, 20. Juli	Donnerstag, 21. Juli	Freitag, 22. Juli
SOUP  Kressecrèmesuppe ca. 102.3 kcal	SOUP  Maiscrèmesuppe ca. 125.6 kcal	SOUP  Vegane Artischockensuppe ca. 68.1 kcal	SOUP  Miso Suppe ca. 86.9 kcal	SOUP  Gemüsecrèmesuppe ca. 82.0 kcal
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL  Schweinshalsbraten Kräuter-Rotweinsauce Polentaschnitte mit Dörrtomaten Sommergemüse ca. 641.0 kcal / Schwein: Schweiz	TRADITIONAL  Kalbsgeschnetzeltes Steinpilzsauce Bratkartoffeln Broccoli ca. 496.5 kcal / Kalb: Schweiz	TRADITIONAL  Rinds-Hackfleischkugeln Tomaten-Basilikum-Sauce Penne ca. 660.6 kcal / Rind: Schweiz	TRADITIONAL  Gebratene Pouletbrust Peperonisauce Schwarzer Quinoa Cocobohnen ca. 476.2 kcal / Poulet: Schweiz	TRADITIONAL  Geschmorter Rindfleischvogel Rotweinsauce Sommergemüse Rösti-Kroketten ca. 658.0 kcal / Fleischvogel (Rind, Schwein): Schweiz
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  Schweinshalsbraten Lattichsalat mit Gurken und Tomaten ca. 393.9 kcal / Schwein: Schweiz	TRADITIONAL SMART  Kalbsgeschnetzeltes Steinpilzsauce Beluga Linsen mit Gemüse-Brunoise und Basilikumöl Broccoli ca. 528.6 kcal / Kalb: Schweiz	TRADITIONAL SMART  Rinds-Hackfleischkugeln Tomaten-Basilikum-Sauce Vollkorn-Penne ca. 655.8 kcal / Rind: Schweiz	TRADITIONAL SMART  Pouletbrust Aji-Amarillo Gemüsesalat mit Rucola, Minze, Petersilie, Olivenöl und Zitronensaft ca. 310.4 kcal / Poulet: Schweiz	TRADITIONAL SMART  Geschmorter Rindfleischvogel Rotweinsauce Zartweizen Sommergemüse ca. 565.7 kcal / Fleischvogel (Rind, Schwein): Schweiz
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  Veganes Red Thai Curry Frittierter Tofu, Gemüse Sesamreis Mungosprossen und Peperoncini ca. 618.1 kcal	KARMA  Pad Thai Reisnudelgericht mit Seitan, Tamarindensauce, Ei, Gemüse, Koriander und Erdnüssen ca. 835.0 kcal	KARMA  Vegane Shawarma Bowl mit marinierten Seitanstreifen, gerösteter Blumenkohl, Kichererbsen, Quinoa, Tomaten-Gurkensalat, Tahini-Zitronen- Dressing und Koriander ca. 664.6 kcal	KARMA  Tortelloni mit Ricotta-Spinat Füllung, Salbeibutter, gebratener Radicchio und Haselnüssen ca. 634.7 kcal	KARMA  Crunchy-Red-Mountain-Burger mit Guacamole, Gurken und Rucola dazu Nachips mit Soja-Joghurt-Dip ca. 1013.1 kcal
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  Geschnetzelte Rindsleber Calvadossauce Rösti-Kroketten Grüne Bohnen ca. 595.0 kcal / Rind: Schweiz	WORLD BOWLS  BBQ im Quai Café Rindsentrecôte Pouletbrust BIO Tofusteak Kalbsbratwurst Diverse Dipsauce, Senf und Ketchup Verschiedene warme Beilagen Frische Rohkost- und Blattsalate mit verschiedenen Toppings und Dressings ca. 956.3 kcal / Rind: Schweiz Poulet: Schweiz Wurst (Schwein, Kalb): Schweiz	WORLD BOWLS  Green Thai Curry mit Poulet Jasminreis Gebratenes Gemüse mit Mu-Err-Pilzen Mungosprossen und Koriander ca. 758.1 kcal / Poulet: Schweiz	WORLD BOWLS  BBQ im Quai Café Rindschuftsteak Pouletbrust Wiediker Rostbratwurst BIO Paneersteak Diverse Dipsauce, Senf und Ketchup Verschiedene warme Beilagen Frische Rohkost- und Blattsalate mit verschiedenen Toppings und Dressings ca. 1134.6 kcal / Rind: Schweiz Poulet: Schweiz Schwein: Schweiz	
15.90	15.90 / 14.50 / 12.50 / 12.50	15.90 / 12.90	15.90 / 14.50 / 12.50 / 12.50	
OVEN  Glutenfreie Pizza mit Salami Milano, Gorgonzola und Spinat ca. 1258.4 kcal / Salami (Schwein, Rind): Schweiz		OVEN Pizza Corleone mit Speck, Zwiebeln und Knoblauch ca. 1036.4 kcal / Speck (Schwein): Schweiz		
14.90		14.90		

OVEN VEGI



Glutenfreie Pizza mit Artischocken und
Oliven
ca. 1027.5 kcal

12.90

OVEN VEGI



Pizza Margherita
Mozzarella, Basilikum, Tomaten
ca. 872.4 kcal

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