

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 12. Mai	Dienstag, 13. Mai	Mittwoch, 14. Mai	Donnerstag, 15. Mai	Freitag, 16. Mai
SOUP Fenchelcrèmesuppe <i>ca. 73.7 kcal</i> 2.50	 SOUP Tomatensuppe mit Basilikum <i>ca. 63.4 kcal</i> 2.50	 SOUP Melonensuppe mit Minze <i>ca. 83.4 kcal</i> 2.50	 SOUP Gemüsecrèmesuppe <i>ca. 77.6 kcal</i> 2.50	 SOUP  Indische Kichererbsensuppe mit Kokosmilch <i>ca. 174.7 kcal</i> 2.50
TRADITIONAL Lasagne verdi al forno mit Rindfleisch, Béchamelsauce und Reibkäse <i>ca. 682.1 kcal / Rind: Schweiz</i> incl. Soup or Salad: 8.90	 TRADITIONAL Zitronen-Pouletbrust Limetten-Hüttenkäse-Dip Spargel-Risotto BIO Tagesgemüse <i>ca. 683.6 kcal / Poulet: Schweiz</i> incl. Soup or Salad: 8.90	 TRADITIONAL Schweinshalsbraten Pommery-Senfrahmsauce Tagliatelle BIO Tagesgemüse <i>ca. 882.8 kcal / Schwein: Schweiz</i> incl. Soup or Salad: 8.90	TRADITIONAL Eurovision Älplermagronen mit Käserahmsauce, Speck, Kartoffeln, Zwiebeln und Apfelmus <i>ca. 1016.4 kcal / Speck (Schwein): Schweiz</i> incl. Soup or Salad: 8.90	TRADITIONAL Cheeseburger Rindsburger, Brioche-Bun, Kopfsalat, Tomate, Cheddarkäse und Cocktailsauce Pommes frites <i>ca. 1347.3 kcal / Burger (Rind): Schweiz, Bun: Schweiz</i> incl. Soup or Salad: 8.90
POP-UP Schweins-Gyros Tzatziki Pitabrot Griechischer Salat <i>ca. 685.4 kcal / Schwein: Schweiz</i> 8.90	POP-UP Eurovision Bangers and Mash Schweinsbratwurst Zwiebelsauce Kartoffelstock Erbsen <i>ca. 784.9 kcal / Bratwurst (Schwein, Kalb): Schweiz</i> 8.90	POP-UP Eurovision Rindfleisch-Cevapcici mit Avjar Bratkartoffeln Tomaten-Peperoni-Salat mit Zwiebeln und Petersilie <i>ca. 751.6 kcal / Cevapcici (Rind): Schweiz</i> 8.90	 POP-UP Eurovision Fish and chips Dorsch im Backteig Mayonnaise Jumbo frites Erbsenpüree <i>ca. 1086.3 kcal / Dorsch: Nordostatlantik</i> 8.90	 POP-UP Schweins-Saltimbocca Kräuter-Bratensauce Polenta BIO Tagesgemüse <i>ca. 616.0 kcal / Schwein: Schweiz</i> 8.90
KARMA   Frittierter Tofu Gemüse-Gyoza Reisessig-Dip Lauwarmer Glasnudelsalat mit Pilzen, Gemüse, Erdnüssen und Kräutern <i>ca. 919.8 kcal</i> incl. Soup or Salad: 8.90	 KARMA  Vollkorn-Burrito mit BIO Seitanhack, Bohnen, Reis, Gemüse, Guacamole und Soja-Dip Nachos <i>ca. 951.7 kcal</i> incl. Soup or Salad: 8.90	 KARMA BIO Tempeh Poke Bowl Gebackene Peperoni, Edamame, Ananas, Radiesli, Sushi-Reis, Wakame, Mungobohnensprossen mit Spicy Lime Sauce Peperoncini und Sesam-Topping <i>ca. 654.3 kcal</i> incl. Soup or Salad: 8.90	 KARMA  Gemüse-Pakora Indisches Kichererbsen-Linsen-Dal Basmatireis <i>ca. 976.5 kcal</i> incl. Soup or Salad: 8.90	KARMA  BIO Tofu Sweet and sour Jasminreis Sesam <i>ca. 684.2 kcal</i> incl. Soup or Salad: 8.90
WORLD BOWLS Red Thai Curry mit Poulet Jasminreis Gebratenes Gemüse mit Mu-Err-Pilzen	WORLD BOWLS Pouletschenkelsteak "Satay" Erdnussauce Jasminreis	WORLD BOWLS Pad Krapow Gai Pouletschenkelgeschnetzeltes mit Thai-Basilikum und Chili	WORLD BOWLS Rindstatar Pecorino Jani Italy mit Brioche-Toast, roten Zwiebeln, Essiggurke und Butter	 WORLD BOWLS Lachsfilet mit Tom-Yum Marinade Grüne Thai-Curry-Sauce mit Mango, Bimi-Broccoli, Salatspinat

ca. 748.9 kcal / Poulet: Schweiz	Asiatisches Gemüse Erdnüsse ca. 851.0 kcal / Poulet: Schweiz	Jasminreis Spiegelei ca. 704.0 kcal / Poulet: Schweiz	ca. 860.9 kcal / Rind: Schweiz, Sardellen: Spanien, Brot: Schweiz	und Thai-Basilikum Jasminreis ca. 865.4 kcal / Lachs: Färöer Inseln
13.90	13.90	13.90	13.90	13.90
OCEAN & OVEN 	OCEAN & OVEN	OCEAN & OVEN 	OCEAN & OVEN 	OCEAN & OVEN
Wolfsbarschfilet mit Kräutern und Rauchsalz Orangen-Fenchel-Gemüse mit Tomaten Venerereis Marinierter Portulak ca. 495.9 kcal / Wolfsbarsch: Türkei	Elsässer Flammkuchen mit Sauerrahm, Speck, Zwiebeln und Schnittlauch ca. 517.5 kcal / Speck (Schwein): Schweiz	Rotes Forellenfilet Kürbiskern-Vinaigrette Bulgur Gebackene Randen ca. 578.9 kcal / Lachsforelle: Italien	Gebratener Halloumi Dörrtomaten-Oliven-Salsa Kartoffel-Gurken-Salat mit Dill Leinsamen und Traubenkernöl ca. 863.9 kcal	Pizza Corleone mit Speck, Zwiebeln und Knoblauch ca. 1090.1 kcal / Speck (Schwein): Schweiz
incl. Soup or Salad: 14.90	incl. Soup or Salad: 14.90	incl. Soup or Salad: 14.90	incl. Soup or Salad: 14.90	incl. Soup or Salad: 12.90
	STREET EATS 		STREET EATS	
	Crevetten-Ceviche Mango-Leche de tigre mit Peperoni, Zwiebeln, Mais, Stangensellerie und Avocado Knoblauch-Baguette ca. 704.1 kcal / Crevetten: Bangladesch		Beef Brisket glasiert mit schwarzem Knoblauch und Soja Süßkartoffelpüree Buntes Ofengemüse ca. 722.1 kcal / Rind: Schweiz	
	incl. Soup or Salad: 10.90		incl. Soup or Salad: 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