

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 04. Dezember	Dienstag, 05. Dezember	Mittwoch, 06. Dezember	Donnerstag, 07. Dezember	Freitag, 08. Dezember
SOUP  <p>Vegane Blumenkohlsuppe ca. 96.3 kcal</p>	SOUP  <p>Pastinakencrèmesuppe ca. 100.4 kcal</p>	SOUP  <p>Vegane Selleriesuppe ca. 69.1 kcal</p>	SOUP  <p>Kürbis-Apfel-Suppe ca. 97.7 kcal</p>	SOUP  <p>Vegane Gemüsesuppe ca. 71.5 kcal</p>
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL  <p>Gebratene Maispoularde Thymiansauce Semmelknödel Rotkraut</p> <p>ca. 758.9 kcal / Poulet: Frankreich</p>	TRADITIONAL  <p>Panierte planted.-Streifen Kichererbsen-Gemüse-Ragout mit Tomatensauce</p> <p>ca. 534.9 kcal</p>	TRADITIONAL  <p>Rindsgeschnetzeltes Stroganoff Paprikasauce mit Champignons und Essigurken Spätzli BIO Tagesgemüse</p> <p>ca. 1169.6 kcal / Rind: Schweiz</p>	TRADITIONAL  <p>Pasta-Plausch Spiralen mit 4 verschiedenen Saucen zur Auswahl Bolognese, Tonno, Aglio e olio, Cinque pi und Reibkäse *Auf Wunsch auch mit glutenfreier Pasta erhältlich ca. 773.7 kcal / Rind: Schweiz, Thon: Thailand</p>	TRADITIONAL  <p>Paniertes Schweinsschnitzel Pommes frites Gebackene farbige Rüebli</p> <p>ca. 900.3 kcal / Schwein: 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	incl. Soup or Salad: 8.90
TRADITIONAL SMART  <p>Marinierter Crevettenspiess mit Kräutern Schnittlauch-Quark-Dip Roter Naturreis BIO Tagesgemüse</p> <p>ca. 583.3 kcal / Crevetten: Vietnam</p>	TRADITIONAL SMART  <p>Fusion Food: Japan Miso-Suppe mit Fideli, Sojageschnetztes, Rosenkohl, Kürbis und Federkohl</p> <p>ca. 392.4 kcal</p>	TRADITIONAL SMART  <p>Fusion Food: Japan Okonomiyaki-Rösti Japanisches Omelett mit Kartoffeln, Weisskabis, Frühlingszwiebeln und Dashi Specktranchen Hoisin-Sauce und Schnittlauch-Sauerrahm ca. 682.0 kcal / Speck (Schwein): Schweiz</p>	TRADITIONAL SMART  <p>Fusion Food: Japan Dorschfilet in Pankopanade Wasabi-Mayonnaise und Zitrone Salzkartoffeln Rahmspinat</p> <p>ca. 905.1 kcal / Dorsch: Nordwestpazifik</p>	TRADITIONAL SMART  <p>Gebrautes Lachsfilet Weissweinsauce Safranreis BIO Tagesgemüse</p> <p>ca. 865.3 kcal / Lachs: Norwegen</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
KARMA  <p>Indisches Linsencurry Basmatireis Raita Papadam ca. 846.7 kcal</p>	KARMA  <p>Gratinierter Crêpe gefüllt mit Ratatouille Béchamelsauce Wirsing mit Apfel Karamellisierte Haselnüsse ca. 619.8 kcal</p>	KARMA  <p>Tofu in Cornflakes-Panade Sweet-Chili Sauce Gebratener Reis Chinakohlsalat ca. 729.8 kcal</p>	KARMA  <p>Frühlingsrollen Gemüse-Curry mit Kokosmilch Basmatireis ca. 862.8 kcal</p>	KARMA  <p>Tom ka phak Thailändische Kokos-Zitronengrassuppe mit Tofu, Pilzen, Chili und Limette Jasminreis ca. 619.6 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	incl. Soup or Salad: 8.90
WORLD BOWLS  <p>Rock the Wok Kreieren Sie Ihre eigenes Wok-Gericht. Zwei Proteinkomponenten und Saucen zur Auswahl Mit Jasminreis und Gemüse vom Buffet</p>	WORLD BOWLS  <p>Plant-based Chicken Tikka Masala Gebackene Aubergine Naanbrot</p> <p>ca. 801.1 kcal</p>	WORLD BOWLS  <p>Laksa Lemak Würzig scharfe Nudelsuppe mit Crevetten, Tofu, Reismudeln, Gemüse und Ei</p> <p>ca. 557.9 kcal / Crevetten: Vietnam</p>	WORLD BOWLS  <p>Katsu Chicken Tonkatsu-Sauce Hirata-Brot Farbiger Krautsalat</p> <p>ca. 827.0 kcal / Poulet: Schweiz</p>	
14.90	10.90	14.90	13.90	
OVEN  <p>Bündner Capuns Vegetarische Bündner Capuns mit Gemüswürfel, Milchsud und gratiniert mit Bergkäse</p> <p>ca. 988.9 kcal / Rind, Schwein: Schweiz</p>	OVEN  <p>Vegane Pizza Paesana mit Steinpilzen, Spinat und Knoblauch</p> <p>ca. 822.2 kcal</p>	OVEN  <p>Schweins Gyros Tzatziki Pommes frites Griechischer Salat Gurken, Tomaten, Peperoni, Feta und Oliven ca. 834.3 kcal / Schwein: Schweiz</p>	OVEN  <p>Pizza Prosciutto e funghi mit Vorderschinken und Champignons</p> <p>ca. 953.7 kcal / Schinken (Schwein): Schweiz</p>	
14.90	14.90	14.90	13.90	
OVEN VEGI  <p>Vegetarische Bündner Capuns mit</p>	OVEN VEGI  <p>Pizza Margherita</p>		OVEN VEGI  <p>Pizza Margherita</p>	

Gemüsewürfel, Milchsud und gratiniert mit
Bergkäse
ca. 454.0 kcal

Mozzarella, Basilikum, Tomaten
ca. 886.2 kcal

Mozzarella, Basilikum, Tomaten
ca. 886.2 kcal

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