Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 27. November	Dienstag, 28. November	Mittwoch, 29. November	Donnerstag, 30. November	Freitag, 01. Dezember
SOUP Ratatouillecrèmesuppe *ca. 64.8 kcal*	**SOUP** Vegane Erbsensuppe *ca. 115.5 kcal*	**SOUP** Vegane Peperonisuppe *ca. 70.4 kcal*	**SOUP** Vegane Romanescocrèmesuppe *ca. 66.1 kcal*	**SOUP** Vegane Gemüsesuppe *ca. 71.5 kcal*
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL Schweinssteak Pizzaiolo mit Tomatensugo und Mozzarella überbacken Gnocchi Glasierte Erbsen *ca. 901.3 kcal / Schwein: Schweiz*	**TRADITIONAL** Pouletbrust im Quinoamantel Harissa-Hollandaise Geschmorter Kürbis *ca. 589.3 kcal / Poulet: Schweiz*	**TRADITIONAL** Schweinsgeschnetzeltes Zürcher Art mit Champignonrahmsauce Nudeln Grüne Bohnen *ca. 690.0 kcal / Schwein: Schweiz*	**TRADITIONAL** Spaghetti-Plausch Spaghetti mit 4 verschiedenen Saucen zur Auswahl Bolognese, Cinque pi, Käserahmsauce, Pesto und Reibkäse *Auf Wunsch auch mit glutenfreier Pasta erhältlich *ca. 766.5 kcal / Rind: Schweiz*	**TRADITIONAL** Halbes Poulet Aioli picante Rosmarinkartoffeln *ca. 1543.3 kcal / Poulet: 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 Mariniertes Heilbuttfilet Kerbel-Salsa Schwarzer Quinoa BIO Tagesgemüse *ca. 649.7 kcal / Heilbutt: Nordwestatlantik*	**TRADITIONAL SMART** Gebratenes Skreifilet Salsa verde Bulgur BIO Tagesgemüse *ca. 788.4 kcal / Skrei (Kabeljau): Nordostatlantik*	**TRADITIONAL SMART** Wolfsbarschfilet mit Zwiebelmarmelade Lauwarmer Taboulé Romanesco *ca. 591.7 kcal / Wolfsbarsch: Türkei*	**TRADITIONAL SMART** Acts of Green Sämiges Topinambur-Risotto mit gebackener Petersilienwurzel, Petersilienöl, Reibkäse und Chips *ca. 588.2 kcal*	**TRADITIONAL SMART** Rindstatar mit Toast, Butter, Kapernäpfel und roten Zwiebeln *ca. 701.7 kcal / Rind: 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 Vollkorn-Burrito mit BIO Seitanhack, Bohnen, Reis, Gemüse, Guacamole und Soja-Dip Nachos *ca. 1031.7 kcal*	**KARMA** Maunaloa Poke Bowl Avocado, Karotten, Gurken, gepickelter Blumenkohl, knusprige Gemüse-Pakora und Sushireis mit Mahalo Spicy Lime Sauce, Kresse und Sesam-Topping *ca. 573.9 kcal*	**KARMA** Süsskartoffel-Falafel Tomaten-Hummus Zitronen-Couscous Gerösteter Blumenkohl Pinienkerne *ca. 593.6 kcal*	**KARMA** Kichererbsen-Curry Chana Masala Basmatireis Dattel-Chutney Papadam *ca. 803.9 kcal*	**KARMA** BIO Okara-Bällchen Massaman-Currysauce Gebackener Butternut-Kürbis Jasminreis *ca. 755.0 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 Red Thai Curry mit Poulet Mie Nudeln Gebratenes Gemüse mit Mu-Err-Pilzen *ca. 709.8 kcal / Poulet: Schweiz*	**WORLD BOWLS** Pho heo Vietnamesische Nudelsuppe mit knusprigen Schweinebauch, Reisflakes, Chinakohl, Peperoni und Champignons *ca. 616.5 kcal / Schwein: Schweiz*	**WORLD BOWLS** Phat kaphrao kai Thailändisches Pouletgeschnetzeltes mit Basilikum, Spiegelei, Jasminreis, Mungobohnen, Peperoncini *ca. 684.1 kcal / Poulet: Schweiz*	**WORLD BOWLS** Char siu Kantonesischer BBQ-Schweinshals Hoisinsauce Dampfreis Gebratenes Gemüse *ca. 856.2 kcal / Schwein: Schweiz*	
13.90	16.50	13.90	13.90	
OVEN Würziges Shakshuka aus dem Ofen Geröstetes Weissbrot Safranreis mit Datteln und Mandeln Brunnenkresse mit Sumach *ca. 693.3 kcal*	**OVEN** Pizza Quattro formaggi mit Gorgonzola, Taleggio, Mozzarella und Grana Padano *ca. 1200.1 kcal*	**OVEN** Pizza Nina mit Vorderschinken, Speck und Spiegelei *ca. 1122.1 kcal / Schinken (Schwein): Schweiz, Speck (Schwein): Schweiz*	**OVEN** Kalbfleisch-Döner Cocktail- oder Joghurtsauce Pommes frites Salatgarnitur *ca. 814.1 kcal / Kalb: Schweiz*	
14.90	14.90	14.90	12.90	
	OVEN VEGI	**OVEN VEGI**		

	Pizza Margherita Mozzarella, Basilikum, Tomaten *ca. 886.2 kcal*	Pizza Margherita Mozzarella, Basilikum, Tomaten *ca. 886.2 kcal*
	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