

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 29. August	Dienstag, 30. August	Mittwoch, 31. August	Donnerstag, 01. September	Freitag, 02. September
SOUP  Selleriecrèmesuppe ca. 79.4 kcal	SOUP  Fenchelcrèmesuppe ca. 77.2 kcal	SOUP  Tomatencrèmesuppe ca. 121.5 kcal	SOUP  Zucchetticrèmesuppe ca. 74.0 kcal	SOUP  Gemüsecrèmesuppe ca. 82.0 kcal
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL  Schweinshalsrippli mit Honig und Thymian Senfsauce Kartoffelstampf Grüne Bohnen ca. 662.7 kcal / Rippli (Schwein): Schweiz	TRADITIONAL  Zitronen-Pouletbrust Orangen-Hollandaise Tomaten-Basilikum-Reis Zucchini provenzalische Art ca. 772.4 kcal / Poulet: Schweiz	TRADITIONAL  Rindshackfleisch-Auberginen-Spiess mit Olivenöl-Kreuzkümmel-Marinade Tahini-Joghurt-Dip Bulgur-Taboulé Tomaten-Zwiebelsalat ca. 554.1 kcal / Rind: Schweiz	TRADITIONAL  Pasta-Plausch Spaghetti mit 4 Saucen Bolognese, Pipistrella, Käserahmsauce, Tomaten-Pesto und Grana Padano ca. 999.5 kcal / Rind: Schweiz, Salami (Schwein, Rind): Schweiz	TRADITIONAL  Schweins-Cordon bleu Rösti-Kroketten Sommergemüse ca. 591.5 kcal / Cordon bleu (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  Schweinshalsrippli mit Honig und Thymian Senf Zaatar-Kartoffeln Grüne Bohnen ca. 598.6 kcal / Rippli (Schwein): Schweiz	TRADITIONAL SMART  Zitronen-Pouletbrust Orangen-Koriander-Salsa Roter Quinoa Zucchini provenzalische Art ca. 510.3 kcal / Poulet: Schweiz	TRADITIONAL SMART  Rindshackfleisch-Auberginen-Spiess mit Olivenöl-Kreuzkümmel-Marinade Zartweizensalat Griechische Art mit Feta, Tomaten, Basilikum und Olivenöl ca. 618.0 kcal / Rind: Schweiz	TRADITIONAL SMART  Pasta-Plausch Vollkorn-Spaghetti mit 4 Saucen Bolognese, Pipistrella, Käserahmsauce, Tomaten-Pesto und Grana Padano ca. 990.5 kcal / Rind: Schweiz, Salami (Schwein, Rind): Schweiz	TRADITIONAL SMART  Schweins-Cordon bleu Bunter Blattsalat mit Kernen, Apfel, Ei und Croûtons ca. 619.2 kcal / Cordon bleu (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  Acts of Green: Wasser Gebratener Halloumi Dörrtomaten-Oliven-Salsa Kartoffel-Gurken-Salat mit Dill Leinsamen und Traubenkernöl ca. 863.7 kcal	KARMA  Acts of Green: Wasser Kichererbsen-Tajine mit Karotten, Salz-Zitronen, Dörraprikosen und BIO Datteln Sojajoghurt mit Minze Lauwarmer Hirse-Taboulé Eingelegte rote Zwiebeln und Koriander ca. 758.5 kcal	KARMA  Pad Thai Reisnudelgericht mit Seitan, Tamarindensauce, Ei, Gemüse, Koriander und Erdnüssen ca. 835.0 kcal	KARMA  Acts of Green: Wasser Gefüllte Tomaten mit Kräutern, Oliven und Kapern Sommersalat mit Aprikosen, Himbeeren, Peterli, Radiesli, Peperoni und Feta Joghurt-Kräuter-Dressing ca. 456.0 kcal	KARMA  Acts of Green: Wasser Zucchini-Linsen-Tätschli Weisses Bohnenmus mit Zitronenthymian und Apfelessig Weisses Bohnen-Zucchini-Gemüse Blaubeeren und Portulak ca. 596.7 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  Poulet Curry Panang Jasminreis Sesam-Broccoli Koriander und Chili ca. 715.3 kcal / Poulet: Schweiz	WORLD BOWLS  Vietnamesische Nudelsuppe mit Crevetten, Konjak Nudeln, Tomaten, Röstzwiebeln, Kräuter, Spiegelei ca. 481.3 kcal / Crevetten: Vietnam	WORLD BOWLS  Acts of Green: Wasser Lachsforellenfilet Wildkräuter Safrangerste Gebackener Fenchel ca. 623.6 kcal / Forelle: Italien	WORLD BOWLS  Beef Korma Rindfleisch mit Curry-Mandelsauce Biryani-Reis Gerösteter Blumenkohl ca. 767.1 kcal / Rind: Schweiz	
12.50	12.90	12.90	12.90	
OVEN  Glutenfreie Pizza mit Bresaola, Steinpilze, Rucola und Grana Padanoflocken ca. 1066.3 kcal / Bresaola (Rind): Italien	OVEN  Pizza Crudo mit Rohschinken Typo Parma und Rucola ca. 970.9 kcal / Schinken (Schwein): Italien	OVEN  Chicken Tandoori mit Joghurt und Gewürzen Gurken-Raita Lauwarmer Taboulé Tomatensalat mit Zwiebeln und Koriander ca. 705.7 kcal / Poulet: Schweiz	OVEN  Pizza Tirolese mit Speck, Zwiebeln und Spiegelei ca. 1067.3 kcal / Speck (Schwein): Schweiz	
14.90	14.90	14.90	14.90	
OVEN VEGI 	OVEN VEGI 		OVEN VEGI 	

Glutenfreie Pizza mit Artischocken und
Oliven
ca. 1027.5 kcal

Pizza Margherita
Mozzarella, Basilikum, Tomaten
ca. 872.4 kcal

Pizza Margherita
Mozzarella, Basilikum, Tomaten
ca. 872.4 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