

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 19. September	Dienstag, 20. September	Mittwoch, 21. September	Donnerstag, 22. September	Freitag, 23. September
SOUP    Tomatensuppe mit Basilikum <i>ca. 65.6 kcal</i>	SOUP   Kohlrabicrèmesuppe <i>ca. 78.2 kcal</i>	SOUP   Champignoncrèmesuppe <i>ca. 124.0 kcal</i>	SOUP    Vegane Linsensuppe <i>ca. 131.5 kcal</i>	SOUP    Vegane Gemüsesuppe <i>ca. 71.5 kcal</i>
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL Schweinssteak Orangen-Hollandaise Kartoffel-Kroketten Romanesco <i>ca. 798.9 kcal / Schwein: Schweiz</i>	TRADITIONAL  Kalbsgeschnetzeltes Steinpilzsauce Bramata-Polenta Glasierte farbige Rüebl <i>ca. 571.7 kcal / Kalb: Schweiz</i>	TRADITIONAL    Mariniertes rotes Forellenfilet Radiesli-Vinaigrette Gerste mit Safran Blattspinat <i>ca. 755.4 kcal / Forelle: Italien</i>	TRADITIONAL Poulet-Piccata Pouletschnitzel mit Ei und Parmesan Tomatensauce Spaghetti Gebackene Zucchini Grana Padano gerieben <i>ca. 851.5 kcal / Poulet: Schweiz</i>	TRADITIONAL Schweins-Cordon bleu Zitronenschnitz Pommes frites Sommergemüse <i>ca. 720.8 kcal / Cordon bleu (Schwein): Schweiz</i>
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   Schweinssteak Kräuter-Bratensauce Dreifarbiges Quinoa Romanesco <i>ca. 525.4 kcal / Schwein: Schweiz</i>	TRADITIONAL SMART   Kalbsgeschnetzeltes Steinpilzsauce Zartweizen Glasierte farbige Rüebl <i>ca. 442.4 kcal / Kalb: Schweiz</i>	TRADITIONAL SMART    Mariniertes rotes Forellenfilet Radiesli-Vinaigrette Salzkartoffeln Blattspinat <i>ca. 626.6 kcal / Forelle: Italien</i>	TRADITIONAL SMART Poulet-Piccata Pouletschnitzel mit Ei und Parmesan Tomatensauce Vollkorn-Spaghetti Gebackene Zucchini Grana Padano gerieben <i>ca. 844.3 kcal / Poulet: Schweiz</i>	TRADITIONAL SMART  Paniertes Schweinsschnitzel Zitronenschnitz Sommersalat mit Blattsalat, Cherrytomaten, Radiesli, Sonnenblumenkerne und Schnittlauch <i>ca. 482.4 kcal / Schwein: Schweiz</i>
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  Ravioli mit Eierschwämmli-Füllung Tomaten-Mascarpone-Sauce Mariniertes Rucola Geröstete Nüsse <i>ca. 825.7 kcal</i>	KARMA   Vegane Cevapcici Ajvar Zwiebelkartoffeln Geschmorter Weisskabis <i>ca. 778.7 kcal</i>	KARMA   Gebackener Blumenkohl mit Tahini, Rauchpaprika und Granatapfel Hummus Bulgur-Taboulé <i>ca. 758.1 kcal</i>	KARMA    Quinoa-Tätschli mit rote Linsen und Karotten Ratatouille Mariniertes Blattspinat Papadum <i>ca. 303.1 kcal</i>	KARMA   Samosa mit Kartoffel-Gemüse-Füllung Linsen-Dal Roti-Brot Vegane Gurken-Raita <i>ca. 635.7 kcal</i>
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  Momos mit Rindfleisch Piri-Piri-Salsa Reisessig-Dip mit Ingwer Japanischer Kohlsalat <i>ca. 416.4 kcal / Momo Rind: Schweiz</i>	WORLD BOWLS   Panierte Crevetten Wasabi-Mayonnaise Peruanischer Kartoffelsalat <i>ca. 1009.2 kcal / Crevetten: Vietnam</i>	WORLD BOWLS   Beef Rendang Indonesisches Rindfleischgericht Biryani-Reis Sambal Oelek und Koriander <i>ca. 737.6 kcal / Rind: Schweiz</i>	WORLD BOWLS  Pad Thai Reismüchelgericht mit Poulet, Spiegelei, Tamarindensauce, Gemüse und Erdnüssen <i>ca. 911.8 kcal / Poulet: Schweiz</i>	
12.90	12.90	12.90	12.90	
OVEN Wähenbuffet Verschiedene süsse und salzige Wähen zur Auswahl	OVEN Kebab im Taschenbrot Joghurtsauce mit Schnittlauch Sambal Oelek Karotten-, Kabisstreifen Eisbergsalat und Zwiebeln <i>ca. 698.8 kcal / Kebab (Poulet, Rind, Kalb): Schweiz</i>	OVEN    Aloo Gobi-Bowl Tandoori Plant-based-Chicken, Blumenkohl, Kichererbsen, Tomaten, Basmatireis und Koriander-Joghurt-Dip <i>ca. 613.6 kcal</i>	OVEN Halbe Pizza della Nonna mit Speck, Salami, Peperoni und Oliven dazu gemischter Salat Dressing zur Auswahl <i>ca. 498.2 kcal / Schinken (Schwein): Schweiz</i>	
4.90	11.50	10.80	14.90	

OVEN VEGI



Halbe Pizza Margherita
mit Mozzarella, Basilikum, Tomaten
dazu gemischter Salat
Dressing zur Auswahl
ca. 464.5 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