

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 03. Juni	Dienstag, 04. Juni	Mittwoch, 05. Juni	Donnerstag, 06. Juni	Freitag, 07. Juni
SOUP  Kartoffel-Trüffelsuppe ca. 139.0 kcal	SOUP   Tomaten-Zucchini-Suppe mit Koriander ca. 109.0 kcal	SOUP  Broccolicrèmesuppe ca. 85.3 kcal	SOUP   Brunnenkressesuppe ca. 77.9 kcal	SOUP   Vegane Gemüsesuppe ca. 71.4 kcal
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL  Schweinssteak Grüne Pfefferrahmsauce Kartoffelpüree BIO Tagesgemüse ca. 554.4 kcal / Schwein: Schweiz	TRADITIONAL   Quorn-Stroganoff Paprikasauce mit Champignons und Essiggurken Nudeln Ofengemüse ca. 652.3 kcal	TRADITIONAL  Schweinsschulterbraten Dunkelbiersauce Spätzli BIO Tagesgemüse ca. 841.0 kcal / Schwein: Schweiz	TRADITIONAL  Pasta-Plausch Vollkorn-Spiralen mit 4 verschiedenen Saucen zur Auswahl Bolognese, Tonno, Aglio e olio, Cinque pi und Reibkäse ca. 760.8 kcal / Rind: Schweiz, Thon: Thailand	TRADITIONAL  Schweinsschnitzel Wiener Art Pommes frites ca. 842.9 kcal / 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  Gebratenes Tilapiafilet Limetten-Chili-Chutney Petersilienkartoffeln Gebackenes BIO Ofengemüse ca. 545.4 kcal / Fisch: China	TRADITIONAL SMART   Spargel-Kartoffel-Auflauf mit getrockneten Tomaten, Bergkäse und Spiegelei ca. 591.7 kcal	TRADITIONAL SMART   Summer Bowl mit Linsen, Spinat, Erdbeeren, Broccoli und crispy planted.chicken mit Erdbeer-Dressing ca. 743.0 kcal	TRADITIONAL SMART   Mariniertes Lachsfilet Piri-Piri-Salsa Bratkartoffeln BIO Tagesgemüse ca. 764.4 kcal / Lachs: Färöer Inseln	TRADITIONAL SMART  Kalbsgeschnetzeltes mit Rüebl und Champignons Kräutersauce Teigwaren BIO Tagesgemüse ca. 673.5 kcal / Kalb: 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  Shawarma Bowl mit marinierten Seitanstreifen, gerösteter Blumenkohl, Kichererbsen, Quinoa, Tomaten-Gurkensalat und Tahini-Zitronen- Dressing ca. 734.3 kcal	KARMA   Vegane Reissnudel-Bowl mit BIO Tempeh, Gemüse und Erdnussbutter-Dressing ca. 728.6 kcal	KARMA   Gemüse-Frühlingsrollen Sweet-Chili-Sauce Asiatischer Salat mit Glasnudeln, Pak Choi, Edamame, Broccoli, Peperoncini und Koriander ca. 661.3 kcal	KARMA  Panierte planted.-Streifen Indisches Linsencurry Basmatireis Raita Papadam ca. 1215.5 kcal	KARMA  Mariniertes Seitangeschnetzeltes Rote Thai-Currysauce Jasminreis Grünes Saison Gemüse ca. 760.3 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  Beef Rendang Indonesisches Rindfleischcurry mit Kokos Basmatireis Gebratenes Curry-Gemüse Papadum ca. 863.7 kcal / Rind: Schweiz	WORLD BOWLS  Pulled Jackfruit Burger Pulled Jackfruit, Ciabatta-Bun, Cole slaw, Zwiebeln und Lattich Nachips ca. 724.4 kcal	WORLD BOWLS    Crevetten-Ceviche Mango-Leche de tigre mit Peperoni, Zwiebeln, Mais, Stangensellerie und Avocado Gebackene Süsskartoffeln ca. 392.5 kcal / Crevetten: Vietnam	WORLD BOWLS  Chicken Biryani Reisgericht mit Poulet, Kreuzkümmel, Karotten, Erbsen, Sultaninen, Röstzwiebeln und Raita ca. 653.6 kcal / Poulet: Schweiz	
13.90	12.90	13.90	13.90	
	OVEN  Pizza Quattro formaggi mit Gorgonzola, Taleggio, Mozzarella und Grana Padano ca. 1205.8 kcal	OVEN  Pizza Prosciutto e funghi mit Vorderschinken und Champignons ca. 958.1 kcal / Schinken (Schwein): Schweiz	OVEN  Kalbfleisch-Döner Cocktail- oder Joghurtsauce Pommes frites Salatgarnitur ca. 815.9 kcal / Kalb: Schweiz	
	14.90	14.90	14.90	
OVEN VEGI  Mac and cheese Makkaroni-Gemüse-Auflauf mit Béchamelsauce und Cheddarkäse	OVEN VEGI  Pizza Margherita Mozzarella, Basilikum, Tomaten	OVEN VEGI  Pizza Margherita Mozzarella, Basilikum, Tomaten		

ca. 898.6 kcal

ca. 889.4 kcal

ca. 889.4 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