

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 04. April	Dienstag, 05. April	Mittwoch, 06. April	Donnerstag, 07. April	Freitag, 08. April
SOUP  Zucchetticrèmesuppe ca. 74.0 kcal	SOUP  Bärlauchcrèmesuppe ca. 107.5 kcal	SOUP  Vegane Rüebisuppe ca. 75.7 kcal	SOUP  Schwarzwurzelcrèmesuppe ca. 98.6 kcal	SOUP  Gemüsecrèmesuppe ca. 82.0 kcal
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL Geschmorter Rindfleischvogel Rotweinsauce Spätzli Grüne Bohnen ca. 840.6 kcal / Fleischvogel (Rind, Schwein): Schweiz	TRADITIONAL  Veganer Burger im schwarzen Bun mit Chili-Kürbis und gebackenen Zwiebeln Pommes frites Randen-Apple-Salat ca. 1006.3 kcal	TRADITIONAL Coq au vin Geschmorter Pouletschenkel mit Rotwein, Gemüse, Silberzwiebeln und Croûtons Gerösteter Broccoli Kartoffelpüree ca. 815.4 kcal / Poulet: Schweiz	TRADITIONAL Pasta-Plausch Penne mit Sauce Bolognese, Cacciatore, Waldpilzrahmsauce, Aglio e olio und Grana Padano ca. 888.8 kcal / Rind: Schweiz, Poulet: Schweiz	TRADITIONAL Paniertes Schweinsschnitzel Zitronenschnitz Erbsli und Rüebli Bratkartoffeln ca. 721.9 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 Geschmorter Rindfleischvogel Rotweinsauce Nudeln Grüne Bohnen ca. 816.3 kcal / Fleischvogel (Rind, Schwein): Schweiz	TRADITIONAL SMART  Veganer Burger im schwarzen Bun mit Chili-Kürbis und gebackenen Zwiebeln Pommes frites Randen-Apple-Salat ca. 1006.3 kcal	TRADITIONAL SMART Coq au vin Geschmorter Pouletschenkel mit Rotwein, Gemüse, Silberzwiebeln und Croûtons Gerösteter Broccoli Zartweizen ca. 778.6 kcal / Poulet: Schweiz	TRADITIONAL SMART Pasta-Plausch Vollkorn-Penne mit Sauce Bolognese, Cacciatore, Waldpilzrahmsauce, Aglio e olio und Grana Padano ca. 882.8 kcal / Rind: Schweiz, Poulet: Schweiz	TRADITIONAL SMART  Paniertes Schweinsschnitzel Zitronenschnitz Erbsli und Rüebli Couscous ca. 730.9 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
KARMA  Veganes Kichererbsen-Curry Chana Masala Basmatireis Dattel-Chutney Papadam ca. 831.3 kcal	KARMA  Frühlingsrollen mit Gemüse Sweet-Chili Sauce Gebratener Reis Gurkensalat ca. 716.8 kcal	KARMA  Agnolotti mit Bärlauch-Ricotta-Füllung, Tomatensauce, Frühlingsgemüse und Grana Padanoflocken ca. 576.8 kcal	KARMA  Phat kaphrao tao hoo Tofu mit Thai-Basilikum, Spiegelei, Jasminreis, Mungobohnen und Peperoncini ca. 651.1 kcal	KARMA  Randen-Risotto mit Büffel-Mozzarella, Thymian, karamellierte Nüsse und Brunnenkresse ca. 812.2 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 #Wanderlust Mexico Poulet-Fajita Mexicana mit Cheddar-Käse, Eisberg, Guacamole und Peperoni-Bohnen-Salsa Nacho-Chips Chunky-Dip ca. 893.8 kcal / Poulet: Schweiz	WORLD BOWLS  Veganer Vollkorn-Burrito mit BIO Seitanhack, Bohnen, Reis, Gemüse, Guacamole und Sojajoghurt Nachos ca. 1032.6 kcal	WORLD BOWLS  #Wanderlust Mexico Pulled-Brisket Chili con carne mit Bohnen und Peperoni Gebackene Süßkartoffel Sauerrahm, Koriander und Peperoncini ca. 680.3 kcal / Rind: Schweiz	WORLD BOWLS #Wanderlust Mexico The Mexican Chicken Burger Pouletburger, Mais-Bun, Chili-Käse, Gurke, Tomate, Eisbergsalat, Koriander, Onion-Rings und Chipotle-Sauce Frittierte Kartoffelschnitze ca. 1145.8 kcal / Burger (Poulet): Schweiz	WORLD BOWLS #Wanderlust Mexico Tacos de Pescado Dorschrückenfilet im Mais-Backteig mit Taco Shells, Lattich, Tomate, roten Zwiebeln, Avocado, Koriander und Zitronen-Mayonnaise Maiskolben vom Grill mit Kräuterbutter ca. 1211.1 kcal / Dorsch: Nordwestpazifik
12.90	12.90	14.00	14.00	12.90
OVEN Pinsa mit Speck, Zwiebeln und Knoblauch ca. 1138.6 kcal / Speck (Schwein): Schweiz	OVEN  Pizza Quattro formaggi mit Gorgonzola, Taleggio, Mozzarella und Grana Padano ca. 1192.3 kcal	OVEN Dürüm Döner Kebab Fladenbrot gefüllt mit Kalbfleisch, Eisberg, Tomaten, Zwiebeln Cocktail-, Joghurtsauce dazu türkischer Hirtensalat ca. 869.7 kcal / Kalb: Schweiz	OVEN  Glutenfreie Pizza mit Landrauschschinken und Spiegelei ca. 1149.9 kcal / Schinken (Schwein): Schweiz	

14.90	14.90	10.90	14.90
OVEN VEGI	 OVEN VEGI		OVEN VEGI  
Pinsa Romana Margherita <i>ca. 625.6 kcal</i>	Pizza Margherita Mozzarella, Basilikum, Tomaten <i>ca. 872.4 kcal</i>		Glutenfreie Pizza mit Büffelmozzarella und Basilikum <i>ca. 1092.7 kcal</i>
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