Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 22. Mai	Dienstag, 23. Mai	Mittwoch, 24. Mai	Donnerstag, 25. Mai	Freitag, 26. Mai
SOUP Vegane Lauchsuppe *ca. 68.2 kcal*	**SOUP** Vegane Selleriesuppe *ca. 69.1 kcal*	**SOUP** Champignoncrèmesuppe *ca. 124.0 kcal*	**SOUP** Curry-Geflügel-Suppe *ca. 119.0 kcal*	**SOUP** Wassermelonen-Minzenkaltschale mit Grenadinesirup *ca. 88.0 kcal*
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL Riz Casimir Pouletgeschnetzeltes Currysauce Reis Früchte und Mandeln Broccoli *ca. 665.0 kcal / Poulet: Schweiz*	**TRADITIONAL** Pasta-Plausch Orecchiette mit 5 verschiedenen Saucen zur Auswahl Kalbfleisch-Bolognese, All'amatriciana, Tomaten-Mascarpone, Putanesca, Pesto und Grana Padano *ca. 761.2 kcal / Kalb: Schweiz, Speck (Schwein): Schweiz*	**TRADITIONAL** Ofenfleischkäse Spiegelei Pommes frites Rahmspinat *ca. 962.8 kcal / Fleischkäse (Schwein): Schweiz*	**TRADITIONAL** Rinds-Jägersteak mit Speck Jägersauce Grüne Bohnen Bramata-Polenta *ca. 652.2 kcal / Steak (Rind), Speck (Schwein): Schweiz*	**TRADITIONAL** Paniertes Schweinsschnitzel Kartoffel-Kroketten Tagesgemüse Zitronenschnitz *ca. 834.8 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 Saiblingsfilet Blanc battu mit geräuchertem Paprika Dreifarbiger Quinoa-Salat mit Antipasti-Gemüse und Kräuter-Vinaigrette *ca. 580.6 kcal / Saibling: Island*	**TRADITIONAL SMART** Pochiertes Seelachsfilet Aprikosen-Sonnenblumenkern-Vinaigrette Randen-Gersten-Bratlinge Gedämpfte Erbsen *ca. 609.9 kcal / Seelachs: Nordostatlantik*	**TRADITIONAL SMART** Trutenschnitzel Bratkartoffeln Wassermelonen-Rucola-Salat mit Feta und Honig-Orangen-Dressing *ca. 562.1 kcal / Trute: Frankreich*	**TRADITIONAL SMART** Flaacher Spargelragout vom Spargelhof Spaltenstein im Blätterteig-Pastetli Schwarzer Reis Grünes Saisongemüse *ca. 616.5 kcal*	**TRADITIONAL SMART** Gebratenes Lachsfilet Rucolasalat mit Spargel, Gurken, Cherrytomaten und Sonnenblumenkerne Apfel-Senf-Vinaigrette *ca. 558.7 kcal / Lachs: Färöer Inseln*
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 Gebratener grüner Spargel Kerbelsauce Confierte Cherrytomaten Pappardelle *ca. 538.3 kcal*	**KARMA** Hawaiian Vegan Burger Black-Bun, Sojaburger, Cheddar, Garlic-Mayonnaise und karamellisierte Ananas Spicy Potato Wedges *ca. 974.4 kcal*	**KARMA** Miso Aubergine Soja-Joghurt-Dip mit Minze Sushireis Asiatische Gemüse-Pickles *ca. 717.8 kcal*	**KARMA** Indisches Ofen-Gemüse-Curry mit Kichererbsen Basmatireis Gurken-Raita *ca. 761.7 kcal*	**KARMA** Tom ka phak Thailändische Kokos-Zitronengrassuppe mit Tofu, Pilzen, Chili und Limette Jasminreis Mungosprossen und Koriander *ca. 619.6 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 Pho bo Vietnamesische Nudelsuppe mit Rindfleisch, Reisnudeln, Karotten, Mu-Err-Pilzen, Chinakohl, Pak Choi und Limetten *ca. 467.1 kcal / Rind: Schweiz*	**WORLD BOWLS** Karamellisiertes Schweinefleisch Reisnudeln Pak Choi mit Sesam und Chili *ca. 737.4 kcal / Schwein: Schweiz*	**WORLD BOWLS** Panang Thai Curry mit Crevetten Jasminreis Gebratenes Gemüse mit Mu-Err-Pilzen Mungosprossen und Koriander *ca. 622.3 kcal / Crevetten: Vietnam*	**WORLD BOWLS** Maispoularde Rote Thai-Curry-Sauce Karotten-Pomelo-Salat mit Chili-Dressing Naanbrot *ca. 767.8 kcal / Poulet: Frankreich*	
12.50	12.50	12.50	12.50	
OVEN Älplermagronen mit Käserahmsauce, Speck, Kartoffeln, Zwiebeln und Apfelmus *ca. 1011.7 kcal / Speck (Schwein): Schweiz*	**OVEN** Pizza Diavola mit scharfem Salami, Speck, Peperoncini, Zwiebeln *ca. 1148.9 kcal / Salami (Schwein, Rind): Schweiz, Speck (Schwein): Schweiz*	**OVEN** Kebab im Taschenbrot Joghurtsauce mit Schnittlauch Sambal Oelek Karotten-, Kabisstreifen Eisbergsalat und Zwiebeln Pommes frites *ca. 1131.5 kcal / Kebab (Poulet, Rind, Kalb): Schweiz*	**OVEN** Pizza Calzone mit Vorderschinken, Champignons und Spinat *ca. 1019.4 kcal / Schinken (Schwein): Schweiz*	
14.90	14.90	14.90	14.90	
OVEN VEGI	**OVEN VEGI**		**OVEN VEGI**	

Rösti mit Waldpilzragout überbacken mit Appenzeller Käse *ca. 474.3 kcal*	Pizza Margherita Mozzarella, Basilikum, Tomaten *ca. 886.2 kcal*	Pizza Margherita Mozzarella, Basilikum, Tomaten *ca. 886.2 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