

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 05. Dezember	Dienstag, 06. Dezember	Mittwoch, 07. Dezember	Donnerstag, 08. Dezember	Freitag, 09. Dezember
SOUP   Vegane Peperonisuppe <i>ca. 70.4 kcal</i>	SOUP  Gerstensuppe <i>ca. 95.5 kcal</i>	SOUP   Kressesuppe <i>ca. 92.0 kcal</i>		SOUP   Vegane Gemüsesuppe <i>ca. 71.5 kcal</i>
2.50	2.50	2.50		2.50
TRADITIONAL Pouletragout Weissweinsauce Teigwaren Gebackener Rosenkohl <i>ca. 763.4 kcal / Poulet: Schweiz</i>	TRADITIONAL   Paradise Tuesday Green Balls-Sandwich mit Erbsen-Hummus, Orangen-Karottensalat, Dill, Rucola und eingelegten Zwiebeln Nachips Tomaten-Salsa <i>ca. 832.7 kcal</i>	TRADITIONAL Pasta-Plausch Orecchiette mit 4 verschiedenen Saucen zur Auswahl Kalbfleisch-Bolognese, Tomaten-Mascarpone, Ricotta-Eierschwämmli-Sauce, Pesto und Grana Padano <i>ca. 735.3 kcal / Kalb: Schweiz</i>	TRADITIONAL Champagnersuppe mit Pesto-Espuma *** Auberginen-Tatar auf Schwarzbrot-Erde Zucchini-Chips Feigen-Senf-Dressing *** Rindsfilet Wellington Morcheljus Pastinaken-Purée Gebackenes Wurzelgemüse *** Weisses Schoggi-Mohn-Mousse mit Blutorangengelée und Pistaziencrumble <i>ca. 1983.1 kcal / Rind: Schweiz, Kalb: Schweiz, Trute: Schweiz</i>	TRADITIONAL  Smart Eating Nordic Vinterfest Fедer Kohl-Kartoffel-Stampf Gebackene Pastinake Hirschragout mit Blaubeeren Fедer Kohl-Chips <i>ca. 462.0 kcal / Hirsch: Österreich</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   Smart Eating Nordic Fisk Soppa mit Wirz, Apfel, Kartoffeln, Lachs und Meerrettich-Crème <i>ca. 507.5 kcal / Lachs: Norwegen</i>	TRADITIONAL SMART    Smart Eating Nordic Paradise Tuesday Raggmunk Gebackenes Wurzelgemüse Pilze, Reibekuchen und Kräuter-Skyr Geröstete Baumnüsse <i>ca. 481.8 kcal</i>	TRADITIONAL SMART    Smart Eating Nordic Fiskermåltid Randenpüree Brunnenkresse Gerste Kabeljau mit Pumpnickelkruste <i>ca. 519.9 kcal / Kabeljau: Nordatlantik</i>		TRADITIONAL SMART Gebratenes Lachsforellenfilet Zitronensauce Safranreis Blattspinat <i>ca. 713.4 kcal / Forelle: Italien</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
KARMA   Vegane Cevapcici Ajvar Zwiebelkartoffeln Geschmorter Weisskabis <i>ca. 779.3 kcal</i>	KARMA   Paradise Tuesday Samosa mit Kartoffel-Gemüse-Füllung Mango-Chili-Chutney Biryani-Reis Mais mit Tomaten und Garam Masala Indisches Linsen-Gemüse-Dal <i>ca. 1093.3 kcal</i>	KARMA  Aloo Matar Indisches Kartoffel-Erbsengericht Gurken-Raita Kurkuma-Auberginen Naanbrot <i>ca. 586.8 kcal</i>	KARMA  Champagnersuppe mit Pesto-Espuma *** Auberginen-Tatar auf Schwarzbrot-Erde Zucchini-Chips Feigen-Senf-Dressing *** Hokkaido-Kürbis im Salzmantel gebacken mit Macadamia-Thymian-Kruste Soja-Joghurt-Dip mit Kräutern Gebackene Petersilienwurzel *** Weisses Schoggi-Mohn-Mousse mit Blutorangengelée und Pistaziencrumble <i>ca. 1543.0 kcal</i>	KARMA  Plant-based Chicken Currysauce Bulgur Früchte und Mandeln <i>ca. 668.9 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  	WORLD BOWLS  	WORLD BOWLS 		

Crevetten BIO Tempeh Rote Thai-Currysauce Sesam-Soja-Sauce Gemüse vom Buffet Jasminreis <i>ca. 903.1 kcal / Crevetten: Vietnam</i>	Paradise Tuesday Vegane Udon Nudeln mit BIO Tofu, Sojasauce, Federkohl, Mungosprossen und Sesam <i>ca. 582.4 kcal</i>	Pad Thai Reisnudelgericht mit Poulet, Spiegelei, Tamarindensauce, Gemüse und Erdnüssen <i>ca. 911.8 kcal / Poulet: Schweiz</i>
12.50	14.90	12.50
OVEN Pinsa mit Salami Milano, Gorgonzola, Champignons und Peperoni <i>ca. 1066.9 kcal / Salami (Schwein, Rind): Schweiz</i>	OVEN Pizza Santa Catarina mit Taleggio und Pesto <i>ca. 1192.7 kcal</i>	 OVEN Kalbfleisch-Döner Cocktail- oder Joghurtsauce Pommes frites Salatgarnitur <i>ca. 781.9 kcal / Kalb: Schweiz</i>
14.90	14.90	14.90
OVEN VEGI Pinsa Romana Margherita <i>ca. 701.7 kcal</i>	 OVEN VEGI Pizza Margherita Mozzarella, Basilikum, Tomaten <i>ca. 872.4 kcal</i>	
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