

Alfred's Kitchen / Quai Zurich Campus

Montag, 03. Februar	Dienstag, 04. Februar	Mittwoch, 05. Februar	Donnerstag, 06. Februar	Freitag, 07. Februar
SOUP Kürbiscrèmesuppe <i>ca. 124.6 kcal</i>	SOUP Vegane Karotten-Ingwer-Suppe <i>ca. 76.0 kcal</i>	SOUP Getrüffelte Schwarzwurzelsuppe <i>ca. 142.7 kcal</i>	SOUP Maiscrèmesuppe <i>ca. 125.6 kcal</i>	SOUP Gemüsecrèmesuppe <i>ca. 83.4 kcal</i>
2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
TRADITIONAL Schweinssteak Portweinsauce Safranrisotto Blattspinat <i>ca. 744.8 kcal / Schwein: Schweiz</i>	TRADITIONAL Paradise Tuesday Züri G'schnätzlets Sojageschnetzeltes mit Champignonsauce Teigwaren BIO Tagesgemüse <i>ca. 674.3 kcal</i>	TRADITIONAL St. Galler Olma-Bratwurst Bier-Zwiebelsauce Lyoner Kartoffeln Romanesco <i>ca. 795.1 kcal / Wurst (Schwein, Kalb): Schweiz</i>	TRADITIONAL Spaghetti-Plausch Spaghetti mit 4 verschiedenen Saucen zur Auswahl Bolognese, Putanesca, Käserahmsauce, Pesto und Reibkäse <i>ca. 707.0 kcal / Rind: Schweiz</i>	TRADITIONAL The Mexican Chicken Burger Pouletburger, Mais-Bun, Chili-Käse, Gurke, Tomate, Eisbergsalat, Koriander, Onion-Rings und Chipotle-Sauce Frittierte Kartoffelschnitze <i>ca. 1269.7 kcal / Brot: Schweiz, Burger (Poulet): 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
POP-UP Pulled Lachs-Tacos mit Guacamole, Mango-Salsa, eingelegte rote Zwiebeln und Eisbergsalat Gemüserais <i>ca. 1003.1 kcal / Lachs: Norwegen</i>	POP-UP Paradise Tuesday Mezzeteller mit Falafel, Hummus, Baba Ganoush, Tomatensalat, Tabouleh und Pitabrot <i>ca. 994.3 kcal</i>	POP-UP Pouletbrust mit Honig, Zimt und Pinienkerne Safran-Kurkuma-Maghrabieh Gebackene Auberginen und Tomaten <i>ca. 599.5 kcal / Poulet: Schweiz</i>	POP-UP Poulet Stroganoff Brazil style Pilaw-Reis BIO Tagesgemüse <i>ca. 1026.2 kcal / Poulet: Schweiz</i>	POP-UP Mariniertes Eglifilet Orangen-Fenchel-Gemüse mit Tomaten Safran-Quinoa <i>ca. 461.6 kcal / Egli: Russland (Föderation)</i>
8.90	9.80	8.90	8.90	8.90
KARMA Sojaprotein Burger im schwarzen Bun mit BBQ-Sauce, Chili-Kürbis, Rucola und frittierten Zwiebeln Ofen-Kartoffelschnitze <i>ca. 712.4 kcal / Bun: Schweiz</i>	KARMA Paradise Tuesday Dal mit schwarzen Linsen Limetten-Chili-Chutney Basmatireis	KARMA Vegane Tortelloni mit Quinoa- Spinat-Füllung Federkohl-Wirz-Gemüse <i>ca. 501.3 kcal</i>	KARMA Empanadas Verdura Kichererbsen-Gemüse-Ragout mit Tomatensauce <i>ca. 386.8 kcal</i>	KARMA Orientalische Moussaka Frittierte Aubergine mit Kichererbsen, Peperoni und Zucchini Basmatireis mit Vermicelli <i>ca. 723.2 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 Khao Man Gai Pochiertes Poulet Chili-Dip Aromatisierter Jasminreis Gurkensalat <i>ca. 600.0 kcal / Poulet: Schweiz</i>	WORLD BOWLS Paradise Tuesday Geröstete Aubergine mit Buttermilchsauce und Granatapfel Polentaschnitze mit Dörrtomaten <i>ca. 501.2 kcal</i>	WORLD BOWLS Entenbrust Hoisinsauce Jasminreis Asiatisches Gemüse mit Pilzen <i>ca. 927.7 kcal / Ente: Frankreich</i>	WORLD BOWLS Poke shrimps Bowl mit Crevetten, Sushireis, Avocado, Ananas, Koriander, Sesam, Ingwer, Wasabi und Sojasauce <i>ca. 598.8 kcal / Crevetten:</i>	WORLD BOWLS Red Thai Curry mit Rindfleisch Jasminreis Gebratenes Gemüse mit Mu-Err- Pilzen <i>ca. 663.6 kcal / Rind: Schweiz</i>

				Vietnam	
13.90	8.90	13.90	13.90	13.90	13.90
OCEAN & OVEN	 OCEAN & OVEN	 OCEAN & OVEN	 OCEAN & OVEN	OCEAN & OVEN	OCEAN & OVEN
Rotes Forellenfilet Grüne Mole Sauce Lauwarme Beluga-Linsen mit Cherrytomaten, Stangensellerie und Petersilie <i>ca. 620.8 kcal / Lachsforelle: Türkei</i>	 Paradise Tuesday Gnocchi al forno mit Tomaten-Gemüse-Sauce, Mascarpone, Mozzarella und Reibkäse <i>ca. 823.8 kcal</i>	 Gebratenes Doradenfilet Orangen-Dill-Vinaigrette Fenchel à la crème Zitronen-Zartweizen <i>ca. 713.3 kcal / Dorade: Türkei</i>	 Forellenfilet mit Zitronenkruste Dörrtomaten-Oliven-Salsa Gebackenes mediterranes Gemüse <i>ca. 517.7 kcal / Forelle: Italien</i>	Forellenfilet mit Zitronenkruste Dörrtomaten-Oliven-Salsa Gebackenes mediterranes Gemüse <i>ca. 517.7 kcal / Forelle: Italien</i>	Pizza Nina mit Vorderschinken, Speck und Spiegelei <i>ca. 1121.9 kcal / Schinken (Schwein): Schweiz, Speck (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	incl. Soup or Salad: 12.90
	STREET EATS	 		STREET EATS	
	Paradise Tuesday Laksa Lemak Würzig-scharfe Kurkuma- Kokossuppe mit knusprigem Tofu, Reisnudeln, Champignons und Gemüse Limette, Koriander und Peperoncini <i>ca. 643.3 kcal</i>			Pho heo Vietnamesische Nudelsuppe mit knusprigen Schweinebauch, Reisflakes, Chinakohl, Peperoni und Champignons <i>ca. 621.6 kcal / Schwein: Schweiz</i>	
	incl. Soup or Salad: 10.90			incl. Soup or Salad: 10.90	

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