Mitarbeiterrestaurant Eldora - Roche Quadra Terra / Quadra

Montag, 13. November	Dienstag, 14. November	Mittwoch, 15. November	Donnerstag, 16. November	Freitag, 17. November
SUPPE Kohlrabisuppe *ca. 171 kcal*	**SUPPE** Karottensuppe mit Ingwer *ca. 85 kcal*	**SUPPE** Zucchetti-Tomatensuppe *ca. 70 kcal*	**SUPPE** Kürbiscremesuppe *ca. 179 kcal*	**SUPPE** Bouillon mit Backerbsen *ca. 18 kcal*
INT / EXT CHF 1.80 / 2.50	INT / EXT CHF 1.80 / 2.50	INT / EXT CHF 1.80 / 2.50	INT / EXT CHF 1.80 / 2.50	INT / EXT CHF 1.80 / 2.50
ALPENKÜCHE Trutenbraten Aprikosenrahmsauce Pappardelle Zucchetti *ca. 902 kcal / Herkunft Ungarn*	**ALPENKÜCHE** Gemischte Hacksteak Cognacsauce Griessgnocchi Grilltomate mit Pesto *ca. 885 kcal / Schwein, Herkunft Schweiz*	**ALPENKÜCHE** Rindsgulasch mit Paprika & Zwiebeln Semmelknödel Geschmorte Bohnen *ca. 755 kcal / Rind, Herkunft Schweiz*	**ALPENKÜCHE** Schweinsgeschnetzeltes an Kräuterrahmsauce Butterrösti Winterliches Räbengemüse *ca. 945 kcal / Schwein, Herkunft Schweiz*	**ALPENKÜCHE** Dorschknusperli im Bierteig Tartarsauce Salzkartoffeln Zitronen Schnitz Rahmspinat *ca. 778 kcal / Herkunft Frankreich*
INT / EXT CHF 8.50 / 11.50	INT / EXT CHF 8.50 / 11.50	INT / EXT CHF 8.50 / 11.50	INT / EXT CHF 8.50 / 11.50	INT / EXT CHF 8.50 / 11.50
SMART EATING Schweins Paillard Ofenkartoffel mit Kräuterquark Gemüsespiess *ca. 525 kcal / Schwein, Herkunft Schweiz*	**SMART EATING** Geschmorter Rindschulterbraten Kreolenreis Chinakohl *ca. 553 kcal / Rind, Herkunft Schweiz*	**SMART EATING** Thunfischsteak auf Erbsenpüree mit Tomaten-Avocado Salsa Kartoffelschnitze *ca. 572 kcal / Fisch, Herkunft Philippinen*	**SMART EATING** Gebratenes Saiblingfilet Rosmarin Kartoffeln Lauch mit Rahm *ca. 739 kcal / Fisch, Herkunft Dänemark, Island*	**SMART EATING** Marinierter Lammspiess Marokkanisches Couscous *ca. 550 kcal / Herkunft Neuseeland*
INT / EXT CHF 11.50 / 14.50	INT / EXT CHF 11.50 / 14.50	INT / EXT CHF 11.50 / 14.50	INT / EXT CHF 11.50 / 14.50	INT / EXT CHF 11.50 / 14.50
VEGI MENU Blumenkohlragout in Tomatensauce Wildreis mit Gemüse Bayrischkraut *Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*	**VEGI MENU** Soja Bolognesesauce Nudeln Peperonata *Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*	**VEGI MENU** Herbstliche Spätzlipfanne mit Kürbis, Pilzen, Marroni & Rosenkohl Käsekuchen mit Zwiebeln Ofenkarotten mit Thymian *Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*	**VEGI MENU** Linsen Dal Jasminreis Fenchel mit Kräutern *Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*	**VEGI MENU** Maisgalettini mit Peperoniwürfeln Basilikumsauce Rotweinrisotto Broccoli, Blumenkohl & Romanesco *Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*
INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g
HOT BUFFET Indisches Rindscurry mit Gemüse & Koriander Glasnudeln mit Gemüse, Sprossen, Soja, Ingwer & Sesam Kefen *Rind, Herkunft Schweiz Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*	**HOT BUFFET** Pouletstreifen im Tempurateig Sweet Chili Sauce Süsskartoffelstampfi mit Erdnüssen Wokgemüsepfanne *Herkunft Schweiz Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*	**HOT BUFFET** Schweinspiccata Tomatensauce Spaghetti Broccoli mit Mandeln *Schwein, Herkunft Schweiz Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*	**HOT BUFFET** Schudel Aktion Pouletbrust mit Bratäpfel-Crumble Dunkelbiersauce Gersten-Risotto Nüsslisalat mit Kernöldressing *Herkunft Schweiz Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*	**HOT BUFFET** Hacksteak mit Raclettekäse Basmatireis Federkohl *Rind, Schwein, Herkunft Schweiz Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.*
INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 11.50 / 14.50	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g
GREEN MARKET Am Green Market finden Sie immer eine vegetarische und allergenfreie Auswahl.	**GREEN MARKET** Am Green Market finden Sie immer eine vegetarische und allergenfreie Auswahl.	**GREEN MARKET** Am Green Market finden Sie immer eine vegetarische und allergenfreie Auswahl.	**GREEN MARKET** Am Green Market finden Sie immer eine vegetarische und allergenfreie Auswahl.	**GREEN MARKET** Am Green Market finden Sie immer eine vegetarische und allergenfreie Auswahl.
INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g

DESSERT	DESSERT	DESSERT	DESSERT	DESSERT
Apfel-Schaumcreme *ca. 380 kcal*	Kürbis-Brownie *ca. 400 kcal*	Himbeermousse *ca. 259 kcal*	Schokoladen-Birnentorte *ca. 192 kcal*	Bananen-Joghurtcreme *ca. 213 kcal*
INT / EXT CHF 1.80 / 2.50	INT / EXT CHF 1.80 / 2.50	INT / EXT CHF 1.80 / 2.50	INT / EXT CHF 1.80 / 2.50	INT / EXT CHF 1.80 / 2.50