

Mitarbeiterrestaurant Eldora - Roche Quadra Terra / Quadra

Montag, 12. Februar	Dienstag, 13. Februar	Mittwoch, 14. Februar	Donnerstag, 15. Februar	Freitag, 16. Februar
SUPPE 	SUPPE 	SUPPE 	SUPPE 	SUPPE 
Blumenkohlcremesuppe ca. 72 kcal	Rindsbouillon mit Gemüsestreifen ca. 11 kcal / Rind	Vegetarische Bündner Gerstensuppe ca. 152 kcal	Kartoffel-Rosenkohlsuppe mit Croûtons ca. 118 kcal	Steinpilzcremesuppe ca. 106 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	ALPENKÜCHE 	ALPENKÜCHE	ALPENKÜCHE	ALPENKÜCHE
Fleischkäse aus dem Ofen Kräuterjus Bäckerinnenkartoffeln Wurzelgemüse ca. 977 kcal / Schwein, Herkunft Schweiz	Ravioli mit feiner Ricotta-Eierschwämmchen Füllung Broccoliröschen mit Salbeibutter Parmesanflocken Menusalat ca. 395 kcal	Geschmorte Schweinshaxe mit kräftiger Rotweinsauce Safranrisotto Lattichgemüse mit Gemüsewürfelchen ca. 1072 kcal / Schwein, Herkunft Schweiz	Zanderfilet im Bierteig Tartarsauce Pettersilienkartoffeln Rahmspinat ca. 969 kcal / Fisch, Herkunft Polen	Geschnetzeltes Kalbfleisch nach Zürcher Art Butterrösti BIO Karottenstengeli ca. 870 kcal / Herkunft Schweiz
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 	SMART EATING 	SMART EATING 	SMART EATING 	SMART EATING 
MSC Schwertfisch-Tomaten Tajine mit Chermoula Safran-Sauerrahm Sautierter Lauch Naan Brot ca. 569 kcal / Herkunft Chile	Marinierte Pouletfilet mit Soja & Sesam Sweet Chili Sauce Gebratener Reis mit Eier Pak Choi ca. 452 kcal / Herkunft Schweiz	Gebratene Calamares-Tubes mit Oliven & roten Zwiebeln Tomatenvinaigrette Thymiankartoffeln Glasierter Stangensellerie ca. 545 kcal / Fisch, Herkunft Spanien	Linsen-Gemüse-Pfanne mit Kokos Camargue Reis Gerösteter Blumenkohl mit Sesam ca. 555 kcal	Zartes Rindsschnitzel mit Limetten Dipp Tomaten-Focaccia Artischockengemüse ca. 570 kcal / Rind, Herkunft Schweiz
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 	VEGI MENU 	VEGI MENU 	VEGI MENU 	VEGI MENU 
Grünkohl-Hanf-Bällchen Halloumikäse gebraten Joghurt-Minze Dipp Rotkabis aus dem Ofen Taboulesalat mit Granatapfelkernen Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.	Linsenküchlein BIO Saitangeschnitzeltes an orientalischer Sauce Duftreis mit Sternanis Blattspinat mit Olivenöl & Pinienkernen Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.	Griechische Kartoffelpfanne mit Kräuter Feta Rührei mit Jungzwiebeln Kohlraben mit Dill Gurkensalat mit Sauerrahm Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.	Arancini mit Tomaten-Mozzarellafüllung auf mediterranem Gemüse Quark-Oregano Dipp Kleine Kartoffeln mit Knoblauch Zucchetti aus dem Ofen Bohnen-Tomatentopfanne Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.	Gebratene Auberginen Kurkuma Salsa Kichererbsen mit Minze Karotten-Ingwerpüree Glasierte Randenspalten 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	HOT BUFFET	HOT BUFFET	HOT BUFFET	HOT BUFFET
Rindswürfel an indischer Ingwersauce Sesamnudeln Gebratener Chinakohl Rind, Herkunft Schweiz Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.	MSC Nordisches Fischragout an Schnittlauchsauc Kartoffelstampf Tomatierter Fenchel Fisch, Herkunft Norwegen Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.	Kalbfleisch Hacksteak an pikanter Mais-Paprikasauce Frittierte Kartoffel Schnitze Rote Bohnen Herkunft Schweiz Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.	Pouletragout an Estragonsauce Polenta mit Mascarpone Karotten mit Kerbel Herkunft Schweiz Auf unseren Buffets finden Sie immer vegetarische, vegane sowie laktose- und glutenfreie Gerichte. Bitte beachten Sie die tagesaktuellen Beschriftungen am Buffet.	Käse-Spätzli mit Greyerzer & Appenzeller Mostbröckli Gebratener Rosenkohl Zimt-Zwetschgenragout Rind, 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 2.80 / 3.80 pro 100 g	INT / EXT CHF 2.80 / 3.80 pro 100 g
GREEN MARKET    	GREEN MARKET    	GREEN MARKET    	GREEN MARKET    	GREEN MARKET    
Am Green Market finden Sie immer eine vegetarische und allergenfreie Auswahl.	Am Green Market finden Sie immer eine vegetarische und allergenfreie Auswahl.	Am Green Market finden Sie immer eine vegetarische und allergenfreie Auswahl.	Am Green Market finden Sie immer eine vegetarische und allergenfreie Auswahl.	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 Cappuccino Creme <i>ca. 356 kcal</i>	DESSERT Orangenmousse <i>ca. 231 kcal</i>	DESSERT Grosis Schokoladenkuchen <i>ca. 652 kcal</i>	DESSERT BIO-Apfel Tiramisu <i>ca. 414 kcal</i>	DESSERT Jogurt-Papaya Dessert <i>ca. 347 kcal</i>
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