

# Mensa PHZH

## Mittagsmenü

### 09. bis 15.09.2024

Für den digitalen Menüplan mit allen Infos den QR-Code scannen!



#### GRASGRÜNEN

#### FARMFrisCH

#### Montag

Kichererbsen-Broccoli Nuggets, Tzatziki Dip, Pommes Rissolées, Randen-Balsamico Salat ○

CHF 10.60 / 12.60 / 13.60

Tandoori Chicken, Pilawreis, Frühlingszwiebeln ○

CHF 10.80 / 12.80 / 14.80

#### Dienstag

«Mejadra» Reisgericht mit Linsen und Röstzwiebeln, Fried Tofu, Sojajoghurt mit Pfefferminze ○

CHF 10.60 / 12.60 / 13.60

Schweinsgeschnetzeltes Zürcher Art, Rösti, Rüeblen ○

CHF 10.80 / 12.80 / 14.80

#### Mittwoch

Süsskartoffeln Bowl, mit Blumenkohl, Blattspinat, Planted chicken, Tahina Dip ○

CHF 10.60 / 12.60 / 13.60

Ramen mit Gemüse, Poulet und Ei, Sprossen ○



CHF 10.80 / 12.80 / 14.80

#### Donnerstag

Penne mit cinque Pi Sauce, Vegane Hackbällchen, Röstzwiebeln, Reibkäse ○

CHF 10.60 / 12.60 / 13.60

paniertes Scheinschnitzel, Ketchup, Pommes Frites, Gurkensalat ○

CHF 10.80 / 12.80 / 14.80

#### Freitag

Risotto mit Champignons, geröstete Wurzelgemüse, Baumnusskerne ○

CHF 10.60 / 12.60 / 13.60

Rotbarschfilet, Dill Rahmsauce, Bouillon Kartoffel, Blattspinat ○

CHF 10.80 / 12.80 / 14.80

#### Samstag

Vegane Bratwurst, Bohneneinragout, Pilawreis, Tomatensalat

CHF 10.60 / 12.60 / 13.60

Luganighe Wurst, Bohneneinragout, Pilawreis, Tomatensalat ○

CHF 10.80 / 12.80 / 14.80

Allfällige Änderungen einzelner Menü-Komponenten werden jeweils direkt an der Speiseausgabe schriftlich kommuniziert. Bei Unklarheiten zu Allergenen oder Bedarf an weiterführenden Informationen können Sie sich jederzeit an unsere Fachpersonen wenden.

Preise in CHF inkl. MwSt.



Klimawirkung der Mahlzeiten entdecken ...

#### Klimawirkung

- hoch
- mittel
- niedrig



#### Ausgewogenheit

- Proteine
- Kohlenhydrate
- Gemüse & Früchte

... und ausgewogene Ernährung erkennen.