



MENIU



+40793 551 375

mezemeze

www.mezemeze.ro

FEL PRINCIPAL

GYROS DE PUI/PORC LA FARFURIE (450 G)

49 LEI

carne pui/porc* 140g, cartofi prăjiți* 140g, salată 10g, roșii 10g, ardei kapia 5g, brânză feta 20g, tzatziki 50g, sos capere 25g, pita 40g / **Alergeni:** gluten, ouă, soia, lapte, susan / **Valori Nutriționale:** energie: 945 kcal (pui), 1055 kcal (porc), proteine: 53.6g, carbohidrați: 87.7g, grăsimi: 50.9g, sare: 4.42g

GYROS MIXT LA FARFURIE (450 G)

52 LEI

carne pui* 75g, carne porc* 75g, cartofi prăjiți* 140g, salată 10g, roșii 10g, ardei kapia 5g, brânză feta 20g, tzatziki 50g, sos capere 25g, pita 40g / **Alergeni:** gluten, ouă, soia, lapte, susan / **Valori Nutriționale:** energie: 994kcal, proteine: 51.0g, carbohidrați: 85.7g, grăsimi: 60.4g, sare: 4.68g

GYROS DE PUI/PORC ÎN PITA (450 G)

45 LEI

carne porc/pui* 120g, cartofi prăjiți* 90g, salată 20g, roșii 30g, ceapă roșie 10g, tzatziki 40g, sos capere 30g, pita 110g / **Alergeni:** gluten, soia, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 878kcal (pui), 956kcal (porc), proteine: 48.0g, carbohidrați: 104.0g, grăsimi: 38.5g, sare: 4.03g

GYROS MIXT ÎN PITA (450 G)

49 LEI

carne pui* 60g, carne porc* 60g, cartofi prăjiți* 90g, salată 20g, roșii 30g, ceapă roșie 10g, tzatziki 40g, sos capere 30g, pita 110g / **Alergeni:** gluten, soia, lapte / **Valori Nutriționale:** 918 kcal, proteine: 45.0g, carbohidrați: 104.0g, grăsimi: 46.3g, sare: 4.21g

SOUVLAKI DE PUI (465 G)

44 LEI

pulpă pui* 145g, cartofi prăjiți* 140g, salată 20g, roșii 15g, ardei kapia 10g, brânză feta 20g, tzatziki 50g, sos capere 25g, pita 40g / **Alergeni:** gluten, ouă, soia, lapte, susan / **Valori Nutriționale:** energie: 939 kcal, proteine: 60.1g, carbohidrați: 86.4g, grăsimi: 53.1g, sare: 4.71g

STIFADO DE VITĂ CU OREZ (440 G)

57 LEI

carne de vită 190g, orez 200g, ceapă 5g, ardei kapia 5g, cimbru 1g, nucușoară 1g, scorțișoară 1g, sos roșii 37g / **Alergeni:** - / **Valori Nutriționale:** energie: 710kcal, proteine: 53.7g, carbohidrați: 68.0g, grăsimi: 36.8g, sare: 0.57g

CREVEȚI SAGANAKI (440 G)

52 LEI

creveți* 120g, ardei kapia 40g, ardei iute 10g, roșii 50g, ceapă roșie 20g, brânză feta 70g, sos roșii 60g, unt 25g, usturoi 5g, oregano, pita 40g / **Alergeni:** gluten, crustacee, soia, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 658kcal, proteine: 17.2g, carbohidrați: 43.3g, grăsimi: 35.5g, sare: 2.76g

MOUSAKA MIXTĂ (VINETE ȘI CARTOFI) CU CARNE (400 G)

38 LEI

carne tocată 160g, cartofi 50g, vinete 50g, sos roșii 40g, ardei gras 20g, oregano 5g, ceapă 20g, usturoi 10g, bechamel 20g, vin 20g, pătrunjel 5g / **Alergeni:** gluten, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 533kcal, proteine: 33.6g, carbohidrați: 36.0g, grăsimi: 41.7g, sare: 2.24g

CIORBĂ DE PUI A LA GREC (480 G)

24 LEI

carne pui* 60g, morcovi, ceapă albă, țelină, smântână, ou, apă, orez, ardei iute 20g, pita 40g / **Alergeni:** gluten, ouă, lapte, țelină / **Valori Nutriționale:** energie: 410kcal, proteine: 23.7g, carbohidrați: 41.5g, grăsimi: 5.8g, sare: 1.35g

PULPĂ DE PUI ÎN STIL GRECESC (455 G)

39 LEI

pulpă pui* 180g, cartofi la cuptor* 200g, salată grecească 50g, sos capere 25g / **Alergeni:** lactoză / **Valori Nutriționale:** energie: 660kcal, proteine: 48.5g, carbohidrați: 52.2g, grăsimi: 31g, fibre: 5-6g

INELE DE CALAMAR CU CARTOFI PRĂJIȚI CU FETA ȘI TZATZIKI (450 G)

39 LEI

inele calamar* 140g, cartofi prăjiți* 140g, tzatziki 65g, salată 20g, ardei kapia 10g, roșii 15g, feta 60g / **Alergeni:** gluten, ouă, lapte, susan, moluște / **Valori Nutriționale:** energie: 990kcal, proteine: 38.8g, carbohidrați: 91.2g, grăsimi: 52.8g, sare: 4.19g

FRIGĂRUI DE CREVEȚI CU SALATĂ ORZO (440 G)

56 LEI

frigăruie creveți (3 buc) 150g, ardei kapia 30g, ceapă roșie 15g, castraveți 30g, roșii 30g, pătrunjel 5g, lămâie 25g, orzo 120g, sare 5g, ulei măsline 5g, lămâie 25g / **Alergeni:** gluten, crustacee / **Valori Nutriționale:** energie: 520kcal, proteine: 42g, grăsimi: 10g, carbohidrați: 63g, fibre: 6g

PLATOU MEZE MEZE 2 PERS. (870 G)

89 LEI

chifteluțe dovlecel 155g, inele calamar 120g, souvlaki 145g, cartofi prăjiți* 100g, salată grecească 165g, pita 40g, tzatziki 120g, sos capere 25g / **Alergeni:** gluten, lapte, moluște / **Valori Nutriționale:** energie: 1470kcal, proteine: 74g, carbohidrați: ~123g, grăsimi: ~105g

MENIU COPII

KIDS GYROS (245 G)

32 LEI

carne pui/porc* 75g, cartofi prăjiți* 75g, salată verde 10g, ardei 10g, roșii 10g, tzatziki 25g, feta 20g, pita 20g / **Alergeni:** gluten, soia, lapte, susan / **Valori Nutriționale:** energie: 498kcal (pui), 515kcal (porc), proteine: 28.9g, carbohidrați: 45.5g, grăsimi: 24.4g, sare: 2.35g

KIDS SOUVLAKI (245 G)

30 LEI

pulpă pui* 75g, cartofi prăjiți* 75g, salată verde 10g, ardei 10g, roșii 10g, tzatziki 25g, feta 20g, pita 20g / **Alergeni:** gluten, soia, lapte, susan / **Valori Nutriționale:** energie: 498kcal, proteine: 28.9g, carbohidrați: 45.5g, grăsimi: 24.4g, sare: 2.35g

*Provine din produs congelat

SALATE

SALATĂ MEZE MEZE MARE (390 G)

38 LEI

roșii 55g, feta 65g, ceapă roșie 30g, salată verde 45g, ardei gras 35g, măsline 40g, castraveți 40g, dressing 20g, oregano 5g, pita 55g / **Alergeni:** gluten, soia, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 512kcal, proteine: 16.8g, carbohidrați: 46.0g, grăsimi: 38.4g, sare: 3.47g

SALATĂ MEZE MEZE MICĂ (205 G)

22 LEI

roșii 45g, feta 50g, ceapă roșie 10g, salată verde 25g, ardei gras 20g, măsline 20g, dressing 10ml, oregano uscat 5g, castraveți 20g / **Alergeni:** lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 240kcal, proteine: 8.5g, carbohidrați: 9.5g, grăsimi: 22.6g, sare: 1.92g

SALATĂ CU HALLOUMI (390 G)

38 LEI

salată verde 50g, roșii 50g, castraveți 45g, ceapă roșie 40g, măsline 50g, halloumi 85g, dressing 10g, pita 55g, pătrunjel 5g / **Alergeni:** gluten, soia, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 547kcal, proteine: 26.2g, carbohidrați: 44.0g, grăsimi: 30.2g, sare: 3.83g

SALATĂ GYROS (400 G)

40 LEI

carne pui* 100g, salată verde 50g, roșii 55g, ardei 40g, castraveți 30g, măsline 40g, ceapă roșie 20g, pătrunjel 5g, dressing iaurt 20g, pita 40g / **Alergeni:** lapte, gluten / **Valori Nutriționale:** energie: 410kcal, proteine: 33.2g, carbohidrați: 34.6g, grăsimi: 15.4g, sare: 2.75g

SALATĂ ORZO CUPUI ȘI FETA (360 G)

40 LEI

orzo 120g, castraveți 25g, ardei 20g, ceapă roșie 20g, roșii 26g, carne pui* 100g, feta 33g, ulei măsline 10g, pătrunjel 5g / **Alergeni:** gluten, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 495kcal, proteine: 35.9g, carbohidrați: 40.0g, grăsimi: 22.1g, sare: 2.27g

SALATĂ CU TON (400 G)

40 LEI

ton 55g, salată 60g, roșii cherry 55g, ardei 40g, castraveți 40g, măsline verzi 45g, ceapă roșie 20g, capere 20g, dressing lămâie 20g, lămâie 5g, pita 40g / **Alergeni:** pește, gluten / **Valori Nutriționale:** energie: 305kcal, proteine: 21.3g, carbohidrați: 37.9g, grăsimi: 8.0g, sare: 2.75g

GUSTĂRI

ICRE (140 G)

19 LEI

icre crap 100g, ulei, lămâie, ceapă roșie, pita 40g / **Alergeni:** gluten, pește, soia / **Valori Nutriționale:** energie: ~620kcal, proteine: 12g, carbohidrați: 35g, grăsimi: 48g, sare: 3.4g

CHIFTELUTE DE DOVLECEL CU SALATĂ ȘI TZATZIKI (450 G)

39 LEI

dovlecei 230g, ou, făină, pătrunjel, mărar, roșii 40g, castraveți 20g, feta 25g, ceapă roșie 10g, salată verde 30g, ardei gras 10g, măsline 20g, dressing 5g, tzatziki 65g, oregano / **Alergeni:** gluten, ouă, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 541kcal, proteine: 11.4g, carbohidrați: 29.8g, grăsimi: 22.6g, sare: 2.28g

CARTOFI PRĂJIȚI CU FETA (200 G)

20 LEI

cartofi prăjiți* 140g, ulei, feta 60g / **Alergeni:** gluten, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 593kcal, proteine: 14.0g, carbohidrați: 59.8g, grăsimi: 33.6g, sare: 2.46g

OREZ (200 G)

12 LEI

orez, sare, ulei de măsline / **Alergeni:** - / **Valori Nutriționale:** energie: 250kcal, proteine: 5g, carbohidrați: 56-58g, grăsimi: 0.4-0.6g, sare: 2g

TZATZIKI (240 G)

19 LEI

castraveți 140g, iaurt grecesc 50g, oregano 2g, mentă 2g, mărar 2g, usturoi 2g, suc portocală & lămâie 2g, pita 40g / **Alergeni:** gluten, soia, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 163kcal, proteine: 32.6g, carbohidrați: 32.6g, grăsimi: 0.4g, sare: 0.54g

CREVEȚI SKORDALIA (240 G)

31 LEI

făină, bere brună, creveți* 120g, salată 16g, ceapă 16g, măsline 16g, lămâie 5g, sos capere și usturoi 65g / **Alergeni:** gluten, crustacee, ouă, susan / **Valori Nutriționale:** energie: ~680kcal, proteine: 40g, carbohidrați: 40g, grăsimi: 38g, sare: 3g

PITA (110 G)

8 LEI

făină de grâu, apă, făină de secară, drojdie, ulei vegetal, zahăr, sare, conservant: propinat de calciu / **Alergeni:** gluten, soia / **Valori Nutriționale:** energie: ~300kcal, proteine: 9g, carbohidrați: 55g, grăsimi: 5g, sare: 1.2g

DESERT

PORTOKALOPITA (200 G)

20 LEI

foi de plăcintă 40g, iaurt grecesc 60g, ouă 50g, portocale 20g, unt 15g, zahăr 15g / **Alergeni:** gluten, ouă, lapte / **Valori Nutriționale:** energie: 435 kcal, proteine: 12.3g, carbohidrați: 46g, grăsimi: 24g, sare: 0.54g

BĂUTURI

AYRAN (0,33L)	9 LEI
APĂ PLATĂ (0,5 L)	9 LEI
APĂ MINERALĂ (0,5 L)	9 LEI
CAPPY (0,33 L)	11 LEI
COLA (0,5 L)	11 LEI
COLA O (0,5 L)	11 LEI
FANTA (0,5 L)	11 LEI
FUZE TEA (0,5 L)	11 LEI
SCHWEPPES (LEMON, MANDARIN, TONIC) (0,5 L)	11 LEI
SPRITE (0,5 L)	11 LEI
BERE MYTHOS (0,33 L)	12 LEI

*Prețul include garanția SGR în valoare de 0,50 LEI

MEZE
MEZE

+40793 551 375

f @ mezemeze

www.mezemeze.ro