



HEY

Schön, dass du im Mezzo bist!

Wir kochen täglich frisch und setzen dabei auf Qualität und Regionalität. Erlebt eine gute Zeit in unserem leger gemütlichen Ambiente. Und das von früh bis spät!

FRÜHSTÜCK

9-15 UHR

✓ = vegan

KLASSISCH

Oslo Rührei mit Lachs, Butter & zwei Scheiben rustikales Mehrkornbrot	14,5
B&B Rührei mit Bacon, Butter & drei Scheiben Weißbrot	12,0
Käse & Wurst Schnittkäse, Brie, Geflügelwurst, ital. Salami, ital. Landschinken, Butter & Vollkorn- und Weißbrötchen	12,5
Alles Käse Brie, Ziegenkäsecreme, Schnittkäse, Butter, Obst & Vollkorn- und Weißbrötchen	10,9
Mezzo für Zwo Schnittkäse, Mozzarella, Tomate, Tête de Moine, ital. Landschinken, ital. Salami, Rührei, Beerenquark, Butter, Obst & je zwei Vollkorn- und Weißbrötchen, dazu zwei Gläser Rübenkick 0,2	37,5

MIT STADTKIND

VEGAN

✓ Frühstreich drei hausgemachte Aufstriche, Obst, Gemüse & Vollkorn- und Weißbrötchen	10,3
✓ Vezzo Rührtofu, Aufstrich, Räuchertofu, Sojajoghurt mit Granola & Vollkorn- und Weißbrötchen	13,5
✓ Kross-Ant gebratenes Croissant, Rote-Bete-Creme, Räuchertofu, Gurke & Spicy Granola	10,9

SÜSS

Armer Ritter mit Ahornsirup	7,3
Reicher Ritter mit Ahornsirup, Bacon & Beerenkompott	9,9
Joghurt mit Nussgranola, Kokos, Haferflocken, getr. Schwarzkirschen & frischem Obst	8,2
✓ wahlweise mit veganem Sojajoghurt	

BELEGTE BRÖTCHEN

mit ital. Landschinken oder ital. Salami	5,0
mit Räucherlachs & Senfmeerrettich-Creme	7,9
mit mittelaltem Gouda oder Brie	4,2
mit Tomate, Mozzarella & Pesto	5,9
mit gekochtem Ei	4,2

DAZU

gekochtes Ei oder Spiegelei	2,5
Rührei aus drei Eiern	5,4
Rührtofu mit Kalanamak-Salz	6,1
Bacon kross gebraten	4,5
ital. Landschinken oder ital. Salami	4,6
Räucherlachs mit Senfmeerrettich-Creme	6,5
Gouda, Brie, Bergkäse oder Ziegenkäse	4,6
Tomate-Mozzarella mit Pesto	6,5
Kräuterquark, Ziegenkäsecreme, veganer Aufstrich, Marmelade oder Nutella	2,0
Butter oder veganer Block	2,0

BROT & BRÖTCHEN

Weißbrötchen von Buck's	0,9
Dinkelecke von Buck's	1,6
Vollkornbrötchen von LindenBackt	1,6
Glutenfreies Brötchen von Flour Rebels	2,4
Drei Scheiben Weißbrot von Buck's	1,9
Croissant vegan aus dem Ofen	2,2

AUCH SPÄTER SÜSS

DEN GANZEN TAG

Beerenquark	4,5
Vanillequark mit Kompott & Nussgranola	4,9
✓ Kokosmilchreis mit Kompott	6,5
Crumble mit Kompott & Vanilleeis	6,9
Pfannkuchen natur + Ahornsirup, Nutella oder Kompott	4,9 6,2

KUCHEN

DEN GANZEN TAG

Käsekuchen	4,8
✓ Saftiger Apfelkuchen	4,8
Schwedische Mandeltarte	4,6
Pastel de Nata Vanilletörtchen	3,0

SPEISEN

SUPPE & EINTOPF

Tagessuppe ab 4,6

Linsencurry mit roten Linsen, Gemüse, Mais & Kokosmilch
+ Weizenfladen 7,2 + Reis 9,3

Hähnchenchili mit Mais, Kidneybohnen, Jalapeño & Tomate
+ Brot 7,2 + Reis 9,3

SALAT

✓ **Gemischter Salat** mit Brot & Kräuter-Senf-Vinaigrette, Cassis- oder Petersiliendressing 9,8

+ Mozzarella + 2,8 + krosser Bacon + 4,5

+ Ei + 2,5 + Räucherlachs + 5,5

+ gebratener Tofu + 4,9 + Hühnchen + 4,9

+ marinierte Oliven + 3,8

1001 Nacht Blattsalate mit gegrilltem Hühnchen, Sprossen, Haselnuss-Kern-Mix & Cassisdressing, dazu Brot 15,9

✓ wahlweise mit gebratenem Tofu

2001 Nacht Blattsalate mit Honig & Rosmarin gratinierter Ziegenkäsecreme auf Brot & Kräuter-Senf-Vinaigrette 15,9

✓ **3001 Nacht** frisches Salatgemüse, Edamame, Dips, Reis & Petersiliendressing 14,9

LANDBROT

AUCH ZUM FRÜHSTÜCK

Tomate-Mozzarella mit Pesto 9,6

Ziegenkäsecreme mit Honig & Rosmarin 9,6

Schinkenstreifen mit zwei Spiegeleiern 10,4

Räucherlachs mit Senfmeerrettich-Creme & Ei 13,1

✓ **Erbse-Minz-Dip** mit frischem Meerrettich & Edamame 9,9

+ zwei Spiegeleier 12,5

AUS DEM OFEN

Lasagne vom Rind mit Tomatensauce 13,5

Spicy Chicken Wings mit Farmersalat & Kartoffelecken 14,9

✓ **Bratcurry** mit pikantem Mango-Ketchup, Nachocrunch, Jalapeños, Kartoffelecken & Salat 14,9

✓ **Kartoffelecken** mit Salat oder mediterranem Gemüse, dazu Kräuterquark oder Tahinidip 12,5

Weizenfladen Mexiko gefüllt mit Hühnchenchili, überbacken mit Käse, dazu Sour Cream & Jalapeños 13,9

Weizenfladen Orient gefüllt mit pikant gewürztem Rinderhack & Gemüse, überbacken mit Käse, dazu Sour Cream 14,9

Knusperfladen mit Tomate, überbacken mit Käse 6,9

✓ wahlweise mit veganem Käse

FLAMMKUCHEN

AB 17 UHR

Gerda 1 mit Speck, Zwiebeln & Schmand 10,9

Gerda 2 mit Rote-Bete-Creme, Walnüssen, Oliven & Rucola 12,8

Gerda 3 mit Bauernkäse, Oliven, Peperoni, Zwiebeln & Schmand 11,8

Gerda 4 mit Kartoffeln, Bauernkäse, Rosmarin & Schmand 11,0

Gerda 5 mit Räucherlachs, Spinat, roten Zwiebeln & Schmand 14,9

✓ **Gerda 6** mit Spinat, Oliven, Tomatensauce & Sonnenblumenkernen 10,9

SNACK

✓ **Kartoffelecken** mit Kräuterquark wahlweise mit Tahinisauce 5,9

Marinierte Oliven mit Brot 5,0

Nussmix in Karaffe 4,8

Nachos Spezial mit Käse überbacken, Jalapeños, Sour Cream & Sweet Chili + pikant gewürztes Rinderhack 9,5

12,5

Nachos mit Dip 5,6

Nachos mit Käse überbacken & Dip 7,6

Dips - Cheddar, Tomate oder Sour Cream

Eine Information zu Allergenen und Zusatzstoffen halten wir auf Anfrage bereit.

Schau auch gerne auf unsere Wochenkarte. Diese findest du ebenfalls auf unserer Webseite.





WOCHENKARTE

21.05.-27.05.2026

V | Blumenkohl-Fenchelsuppe 7,9
mit Kokoschips

Spargel-Artischockensalat 15,9
mit getrockneten Tomaten, Oliven
und Burrata

V | Portion Spargel 12,9
mit Kartoffeln & Hollandaise

Gebratener Zander 18,9
mit Bandnudeln,
Zucchini-Lauchgemüse,
Cocktailtomate und Vanilleöl

V | Landbrot 11,6
mit Muhammara und
geröstetem Blumenkohl

Ab 17 Uhr:

Gerda Spezial 12,9
mit Hummus, Oliven,
roten Zwiebeln und Rucola

Riesling
vom Weingut Keth
aus Rheinhessen
0,2l 5,9

V | Kokosmilchreis 6,5
mit Mango-Maracujakompott

Lauwarmer 6,9
Rhabarber - Crumble
mit einer Kugel Vanilleeis

Vanillequark 4,9
mit Himbeerkompott
und Nussgranola





FRÜHLINGSZEIT

LUPINENKAFFEE

ohne Koffein & säurearm,
aus der Region, kräftig geröstet aus
heimischen Süßlupinen

z.B. Lupinen - Cappuccino 3,9

WÄRMEND

Pink Latte 0,2l 4,1

Rote Bete mit Espresso,
Caramel und Kuhmilch

Goldene Milch 0,2l (vegan) 5,2

Wärmende Gewürze mit Hafermilch &
Agavendicksaft

Ingwerwasser 0,3l 4,4

Frischer Ingwer im heißen Wasser

Ingwer- Minz Tee 0,3l 4,8

Frischer Ingwer und Minze im heißen
Wasser

HEISSE INGE!

Inge!, Minze, Limette & Orange 4,2

LECKER LIMO

INGE! (0,5l) 5,6

Ingwerlimonade, mit Minze, Limette &
Orange


GURKENLIMO (0,5l) 5,6

mit Limejuice, Gurke
und Limette

SPRITZIG

HUGO Alkoholfrei 0,3l 8,2

wie Hugo mit Holunderblütensirup,
Minze und Limette, nur ohne Alkohol ☺



GETRÄNKE

☉ = alkoholfrei ☺ = koffeinfrei

KAFFEE & CO

Becher Kaffee	2,8
Americano · Schümli	3,2
Espresso	2,6
Espresso Doppio	3,8
Cappuccino	3,9
☺ Lupinen-Cappu	3,9
Flat White	4,5
Milchkaffee Schale	4,6
Latte Macchiato	4,6
☺ Getreidemilchkaffee Schale	4,8
Moccacino	4,6
Affogato Espresso & Vanilleeis	4,5
Heiße Schokolade Kuh oder Hafer	4,6
+ Sahne	4,9
Goldene Milch wärmende Gewürze, Hafermilch & Agavendicksaft	5,2
Pink Latte Espresso, Rote Bete & Karamellsirup	5,2
EXTRAS Molke Hafermilch statt Kuh	0,0
Honig, Agave, Karamell-, Vanille- oder Zimtsirup	0,6

TEE

Schwarz Darjeeling, Assam, Earl Grey	3,9
Grün Morning Sencha, Jasmin, Gunpowder	3,9
Kräuter Rotbusch, Mezzomischung, Classic Yoga, Herbal & Fruits, Kamille	3,9
Frischer Ingwertee	4,4
Frischer Minztee	4,4
Frischer Ingwer-Minztee	4,8

WASSER

	0,2l	0,4l	1,0l
--	------	------	------

Tafelwasser laut oder leise	1,8	3,2	5,3
-----------------------------	-----	-----	-----

LIMO

	0,2l	0,4l
Coca Cola	2,8	4,8
Coca Cola Zero	2,8	4,8
Zitronenlimo	2,8	4,8
INGE! Ingwerlimo	0,5l	5,6
Thomas Henry Tonic, Ginger Ale, Grapefruit, Mystic Mango	0,2l	3,6
Flaschenlimo Afri Cola, Afri Cola Zuckerfrei, Bluna, Paulaner Spezi, Club Mate, Müller Malz	0,33l	3,9
Lütt's Landlust Holunder, Johannisbeere-Apfel, Streuobst-Apfel	0,33l	3,8

SAFT · NEKTAR

	0,2l	0,4l
Apfelsaft, Orangensaft, Maracujasaft	2,9	5,0
... als Schorle	2,8	4,8
Rhabarbertrunk, Kirschsaff, Traubensaft	3,4	6,0
... als Schorle	3,0	5,2
KiBa Kirsche & Banane	3,2	5,6
Rübenkick Feldmöhre, Orangensaft & Ingwer	0,5l	6,8

SPRITZIG

Prosecco Va Bene DOC 11% · 0,1l	4,1
Frizzante Rosé 10,5% · 0,2l	5,1
☉ Vinnocence Mousseux · 0,1l	4,3
Aperol Spritz ·	8,2
Sarti Spritz ·	8,5
Limoncino Spritz ·	8,2
Campari Soda ·	7,2
☉ Undone NO5 Spritz ·	8,5
☉ VeneZero Tonic ·	7,6

BIER

	0,3l	0,5l
Gilde 4,9%	3,6	5,4
Jever 4,9%	3,6	5,4
Spaten Helles 4,9%	3,8	5,7
Hanöversch Öko 4,8%	3,9	5,9
Mashsee TrainingsLager 5,5%	4,5	6,9
Schneider Weiße 5,4%	3,9	5,8
⊖ Schneider Weiße Alkoholfrei <0,5%	3,9	5,8
⊖ Jever Fun <0,5%	0,33l	3,8
⊖ Warsteiner Naturradler 0,0%	0,33l	3,8

WEISSWEIN

	0,2l	0,5l	0,75l
Trovati Grillo 13% Sizilien intensiv mit leichten Gewürznoten	5,9	14,3	21,1
Keth Grauburgunder 12% Rheinhessen füllig, elegant & leicht	6,1	14,8	21,9
Prisma Pecorino 12,5% Terre di Chieti IGP fruchtig strukturierter Wein & gelbe, tropische Früchte	6,4	15,5	23,0

ROSÉWEIN

	0,2l	0,5l	0,75l
Bischel Rosé 12% Rheinhessen erfrischend & fruchtige Leichtigkeit	6,8	16,5	24,5

ROTWEIN

	0,2l	0,5l	0,75l
Becco · Primitivo 12% Puglia würzig-rauchige Noten, schwarze Beeren & etwas Nelke	6,6	16,0	
Burbero · Montepulciano d'Abruzzo DOP 14% dunkle Beeren, Vanille & etwas Holz	6,3	15,3	
La Belle Vie · Syrah, Grenache, Carignan AOP Corbières 14% ausgewogen mit Schmelz, Länge & Wärme	6,8	16,5	24,5

BIERCOCKTAILS

Hanöversch Lime Bier, Limette, Zuckersirup & Lime Juice	7,5
Hanöversch Kirsch Bier, Kirschsafte, Limette & Zuckersirup	7,5
Hanöversch Hugo Bier, Limette, Minze & Holunderblütensirup	7,5

LONGDRINKS & COCKTAILS

Bulldog Gin Tonic	8,9
Tanqueray Rangpur Lime Gin Tonic	9,5
Mojito Havana, Minze & Limette	8,5
Cuba Libre Havana, Cola & Limette	8,5
Meister Mango Jägermeister, Limette & Mystic Mango	8,6
Paloma Tequila El Jimador, Limettensaft, Meersalz & Pink Grapefruit	8,9
Caipirinha oder Caipi Kirsch Cachaça 51 & Limette (& Kirschsafte)	7,9

MOCKTAILS

⊖ Pink Palmito Pink Grapefruit, Limettensaft & Meersalz	7,2
⊖ Ipanema Ginger Ale, Rohrzucker, Limette & Minze	7,2

2cl

Finlandia Vodka 40% ·
Jägermeister 35% · **Ouzo** 40% ·
El Jimador Tequila 38% ·
Linie Aquavit 41,5% · **43er** ·
Berliner Luft 18% · **Sambuca** 31% ·
Baileys 17% · **Jim Beam** 42% ·
Johnny Walker 40% · je 3,0

Jameson Whiskey 40% · **Grappa** 42% ·
INGE Ingwerlikör 19% · je 3,9

Limoncello 32% ·
Mexikaner 9% · je 2,9

SHOTS

Wein enthält Sulfite.
Eine Information zu Allergenen und Zusatzstoffen
halten wir auf Anfrage bereit.