

**METRO**

NAGYKERESKEDELEM

BUSINESS 2023  
**Superbrands**

Superbrands díjas  
a METRO márka

# Gasztro

magazin

## A TE SIKERED A MI SZENVEDÉLYÜNK

### A tökéletes pecsenyelé

Jus, ahogy  
mi készítjük

### Fehérmártás nyárra hangolva

Velouté hal  
alapléből

### Menjünk ki a szabadba!

Terasz-tippek

### METRO Fenntartható Gasztronómia

Az idei példaképek





## FENNTARTHATÓ GASZTRONÓMIA

### DÍJAKKAL ÜNNEPELTÜK A FENNTARTHATÓ GASZTRONÓMIÁT

A tavaly útjára indított METRO Fenntartható Gasztronómiai Díjat 2023-ban személy kategóriában Szöllösi Réka független élelmiszerpolitikai elemző, Vendéglátóhely kategóriában a „The Planteen” vegán kávézó, szervezet kategóriában pedig a Dabasi Intézményfenntartó Központ nyerte el. A fenntartható gasztronómiában élen járók munkáját méltató díjat június 8-án aktuális fenntarthatósági témákat körüljáró szakmai fórum keretében adtuk át.

A szakértők egyetértettek abban, hogy a vendéglátásban és az élelmiszeriparban a fenntarthatósági fordulat elkerülhetetlen. De amíg a „hogyan” illetően rengeteg a bizonytalanság, a „mikorról” tudható, hogy ez egyre kevesebb időt jelent. Hogy segítsük az átállást, a metro.hu honlapon (a katalógusok között) már elérhető a fenntarthatósági fordulathoz módszertani útmutatót nyújtó „Az Én fenntartható éttermem” című e-book!

A Gasztróakadémián tanácskozással és a díjtadóval párhuzamosan zajlott a „Heti egy húsmentes nap” kampányhoz kapcsolódó Séf the World környezetvédelmi vetélkedő záró főzőshowja a Magyar Természetvédők Szövetsége és a Közétkeztetők és Élelmezésvezetők

Országos Szövetsége szervezésében, a METRO támogatásával. A Gasztróakadémia konyhaállásaiban 7-10. osztályos diákok mutatták be, hogyan készítenek el egy, a kortársaik körében népszerű fogást hús nélkül, fenntartható módon.

A fórumon olyan témák is terítékre kerültek, mint a jövő potenciális fehérje- és proteinforrásául szolgáló gasztronómiai felhasználású rovarok fogyasztása, a közétkeztetés modernizálása és fenntarthatóvá tétele, az élelmiszeripar legújabb nagy dobásának számító upcycling termékek térhódítása vagy a vendéglátóipar számára elérhető tiszta energiák kérdése.



A délelőtti szakmai programot egy kerekasztal-beszélgetés zárta: Bíró Lajos (Buja Disznók), Pallag Dávid (Rutin Gasztrolubickoló) és Zsolnay Gergely (The Planteen) saját tapasztalataikkal szemléltették a fenntartható gasztronómia gyakorlatának kihívásait és szépségeit. Három különböző karakter és gasztronómiai szemléletmód világította meg a fenntarthatóság egy-egy oldalát, optimista és pesszimista válaszokat egyaránt adva a felmerülő kérdésekre.

A programot a METRO Fenntartható Gasztronómia Díjak átadása koronázta meg, melyben részben a tavalyi díjazottak is közreműködtek: Zoltai Anna KÖZSZÖV-elnök, valamint a Növényi Konferencia szervezői nevében Bergovecz László és Miskolczi István (ő a szintén tavalyi díjazott, most megújult Veganeeta étterme nyitása miatt nem tudott jelen lenni az eseményen). Maga a díj üveg emléklakettből és Deák

Zsuzsanna iparművész műhelyéből származó egyedi üvegtáblából áll. A díjra a felterjesztést és a kiválasztást a METRO szakembereiből és a korábbi díjazottakból álló bizottság végzi. 2023-ban a METRO Fenntartható Gasztronómia Díj személy kategóriájában Szöllősi Réka élelmiszerpolitikai elemzőt ismerték el, aki hiteles előadásaival, írásaival és kommunikációval támogatja a fenntartható gasztronómia ügyét. A vendéglátóhely kategória díjazottja a The Planteen, az első növényi alapú kávézó lett, ahol a működést a veganizmuson túlmutató fenntarthatósági elvek szabályozzák. A szervezet kategóriában a Dabasi Intézményfenntartó Központot emelték ki, a dabasi svédasztalos menza bevezetéséért.

### **Gratulálunk a díjazottaknak!**

A fenntarthatósági fordulathoz segítséget nyújtó digitális kézikönyvünk elérhető a metro.hu oldalon a katalógusok között.



**METRO**  
**IDŐ- ÉS  
MUNKAERŐ-  
KÍMÉLŐ  
MEGOLDÁSOK**

Megbízható, profi igényekre  
szabott termékek



**NÖVÉNYI ALAPÚ BURGER**

4x113,5 g/db



1 db:  
**3097,-**  
**3933,-**  
1 kg: 8663,-



**NÖVÉNY ALAPÚ NATÚR  
HÚSHELYETTESÍTŐ**

1 kg/db



1 db:  
**5747,-**  
**7299,-**



Üzleti esemény, céges kerti party vagy nyári fesztivál? – bármilyen rendezvényről is legyen szó, a METRO-ban mindent megtalálsz, amire szükséged lehet!

**METRO Professional** eszközeink segítségével gördülékenyen és profi módon bonyolíthatóak le a különböző rendezvények, a főzéstől és tálalástól kezdve, a berendezések beszerzésén keresztül egészen a dekorációig. Emellett a magas színvonalú vendéglátáshoz minden támogatást megadnak **METRO Chef** termékeink, legyen szó húsokról, halakról, köretekről vagy fűszerekről - a séf igényeinek megfelelő előkészítési fokon.

**Válassz alapanyagaink széles kínálatából és nyújts tökéletes gasztronómiai élményt!**

METRO  
Chef

## KENTUCKY CSÍPÓS CSIRKESZÁRNYAK

1 kg/db



1 db:  
**1519,-**  
**1930,-**

METRO  
Chef

## CHILIS-SAJTOS CSIRKEMELLCSÍKOK

1 kg/db



1 db:  
**1639,-**  
**2081,-**

METRO  
Chef

## EISBERG MIX

800 g/zacskó



6 zacskó esetén  
1 zacskó:

**1180,<sup>31</sup>**

**1499,-**

6 zacskó: 8994,-  
1 kg: 1873,75

3 zacskó esetén  
1 zacskó:

**1259,<sup>05</sup>**

**1599,-**

3 zacskó: 4797,-  
1 kg: 1998,75

1 zacskó:

**1337,<sup>80</sup>**

**1699,-**

1 kg: 2123,-

METRO  
Chef

## BÉCSI SERTÉSVIRSLI

kg



4 kg esetén 1 kg:

**2259,-**

**2568,-**

4 kg: 11476,-

2 kg esetén 1 kg:

**2240,-**

**3099,-**

2 kg: 6198,-

1 kg:

**2834,-**

**3599,-**

1 db: ,-

METRO  
Chef

## SZELETELT LILAHAGYMA

vakum csomagolt  
1 kg



1 db:  
**629,<sup>13</sup>**

**799,-**

METRO  
PROFESSIONAL

## FA VILLA

16 cm-es  
100 db/csomag



5 csomag esetén  
1 csomag:

**684,<sup>25</sup>**

**869,-**

5 csomag: 4345,-  
1 db: 8,69

2 csomag esetén  
1 csomag:

**857,<sup>48</sup>**

**1089,-**

2 csomag: 2178,-  
1 db: 10,89

1 csomag:

**1085,<sup>83</sup>**

**1379,-**

1 db: 13,79

METRO  
PROFESSIONAL

## LEBOMLÓ TÁNYÉR CUKORNÁDBÓL

18 cm-es  
50 db/csomag



1 csomag:  
**2085,<sup>83</sup>**

**2649,-**

1 db: 52,98

METRO  
PROFESSIONAL

## AIRLAID SZALVÉTA

többféle színben  
40x40 cm-es  
60 db/csomag



1 csomag:  
**2495,<sup>28</sup>**

**3169,-**

1 db: 52,82

# Ismerd meg saját márkáinkat!



**METRO**  
Chef



**METRO**  
Chef

**BBQ SZÓSZ**  
500 g/db



8 db esetén 1 db:

**605,<sup>51</sup>**  
**769,-**

8 db: 6152,-  
1 kg: 1538,-

4 db esetén 1 db:

**731,<sup>50</sup>**  
**929,-**

4 db: 3716,-  
1 kg: 1858,-

1 db:

**944,<sup>10</sup>**  
**1199,-**

1 kg: 2398,-

**METRO**  
Chef

**CSÖVES CSEMEGE KUKORICA**  
2,5 kg/db



4 db esetén 1 db:

**1771,-**  
**2249,-**

4 db: 8996,-  
1 kg: 900,-

2 db esetén 1 db:

**1905,-**  
**2419,-**

2 db: 4838,-  
1 kg: 968,-

1 db:

**2298,-**  
**2919,-**

1 kg: 1168,-

**METRO**  
Chef

**MÁRTOGATÓS HASÁBBURGONYA**  
2,5 kg/db



1 db:

**2204,-**

**2799,-**

1 kg: 1120,-

2,5 kg

**METRO**  
Chef

**KOKTÉL SERTÉS VIRSLI**  
kg



1 kg:

**2906,-**

**3690,-**

# Kiváló Minőségek A döntés a Tiéd! Spórolj saját márkáinkkal!

## MEGGLE MINIVAJ

100x10 g/db



1 gyűjtő:

**5312,<sup>71</sup>**

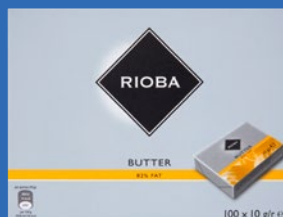
**6269,-**

**1 kg: 6269,-**

**-22%\***

## VAJ

100x10 g/gyűjtő



1 db:

**1400,<sup>85</sup>**

**4839,-**

**1 kg: 4839,-**

## MCCAIN MINI HAGYMAKARIKA

1 kg/db



1 db:

**2172,-**

**2759,-**



**-26%\***



METRO

Chef

## PANÍROZOTT HAGYMAKARIKA

1 kg/db

1 db:

**1598,-**

**2029,-**

## HAPPY FRUCHT FELEZETT ŐSZIBARACK

2600 g/db

Töltőtömeg: 1600 g/db



1 db:

**3070,<sup>08</sup>**

**3899,-**

**1 kg: 2436,88**

**-21%\***

## FELEZETT ŐSZIBARACK

3060 g/db

Töltőtömeg: 1815 g/db

METRO

Chef



1 db:

**2747,<sup>24</sup>**

**3489,-**

**1 kg: 1922,31**

\* A kedvezmény% feltüntetése mindig a bruttó egységárak alapján történik.

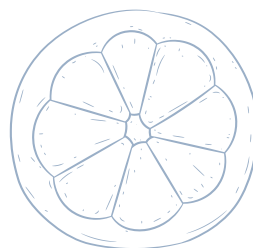
További ajánlatainkat keresd áruházainkban.

**METRO**



METRO

# HAL VELOUTÉ



## Hozzávalók

- 500 g hal - csont, fej, úszók
- 1 db édeskömény
- 1 kis csokor petrezselyem szára
- 1/2 db citrom
- 30 g liszt
- 40 g vaj
- só

Az alapléhez a halaprólékot 1 l hideg vízben édesköménnyel, petrezselyemszárral és citrommal főzni kezdjük. Felforrástól számított 10 percet főzzük, majd leszűrjük.



Egy másik kis lábasban felolvasztjuk a vajat, megszórjuk a liszttel. Közepes lángon hevítjük, közben simára keverjük.



Jól áthevítjük, felengedjük 600 ml halalaplével, sózzuk, majd alaposan kiforraljuk.



Tálalás előtt átszűrjük és kívánt sűrűségűre hígítjuk az alaplével.





## PISZTRÁNG ZSIGERELT

200-350 g  
kg



10 kg esetén 1 kg:

2475,<sup>24</sup>

**2599,-**

10 kg: 25990,-  
1 kg: 2599,-

5 kg esetén 1 kg:

2665,<sup>71</sup>

**2799,-**

5 kg: 13995,-  
1 kg: 2799,-

1 kg:

2856,<sup>19</sup>

**2999,-**

1 kg: 2999,-

## ARANYDURBINCS

250-330 g  
kg

METRO  
Premium



10 kg esetén 1 kg:

3522,<sup>86</sup>

**3699,-**

10 kg: 36990,-  
1 kg: 3699,-

5 kg esetén 1 kg:

3808,<sup>57</sup>

**3999,-**

5 kg: 19995,-  
1 kg: 3999,-

1 kg:

3999,<sup>05</sup>

**4199,-**

1 kg: 4199,-

## KEZELETLEN CITROM

500 g/háló



1 háló:

**471,65**

**599,-**

1 kg: 1198,-

## CITROMFŰ

cserepes



1 db:

**353,54**

**449,-**

## BIO TÁRKONY

cserepes

METRO

Chef



1 db:

**550,39**

**699,-**

## FODROS PETREZSELYEM- ZÖLD

1 csokor

METRO

Chef



1 db:

**627,13**

**799,-**

## KAPORZÖLD

1 csokor

METRO

Chef



1 csokor:

**627,13**

**799,-**

## PETREZSELYEM- ZÖLD

1 csokor

METRO

Chef



1 csokor:

**627,13**

**799,-**

## FERNWAY SAUVIGNON BLANC

alk.: 13% V/V  
0,75 l/üveg



6 db esetén 1 db:

**2609,45**

**3314,-**

6 db: 19884,-

1 l: 4419,-

1 db: 3899,-

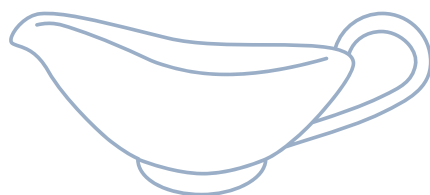
1 l: 5199,-

METRO



METRO

# MARHA JUS



## Hozzávalók

- 2000 g marha húsos csont
- 1000 g marhafarok
- marhahús formázásából maradt levágott részek
- zöldségek (opcionális):  
sárgarépa  
zeller  
hagyma
- 1 csokor kakukkfű
- vaj
- só



A marha részeket zsírpapírral bélelt tepsin, 150°C-os sütőben 1,5-2 órát sütjük.

A megsült részeket egy nagy fazékba tesszük, a tepsibe odasült részeket hideg vízzel feloldjuk és ráöntjük. Hozzáadjuk a zöldségeket (opcionális). Felengedjük annyi hideg vízzel, ami elfedi, majd lassú tűzön legalább 8 órát főzzük. Leszűrjük, majd  $\frac{1}{4}$  ére redukáljuk.



Felhasználás előtt tetszés szerint ízesíthetjük borral, frissíthetjük friss fűszerekkel.

Ízesítés után átszűrjük, majd levesszük a tűzről és még forrón, majdnem jéghideg felkockázott vajjal egyenmőre keverjük.



**FRISS MARHA  
HŰSÖS CSONT**



1 kg:  
**1140,<sup>95</sup>**  
**1449,-**

**FRISS MARHA FAROK EU**

vákuumcsomagolt  
kg



1 kg:  
**3148,<sup>82</sup>**  
**3999,-**



**BORJÚ LÁBSZÁR SZELET,  
OSSOBUCO**

vákuumcsomagolt  
kg



1 kg:  
**5117,<sup>32</sup>**  
**6499,-**

**FRISS KACSA SZÁRNYTŐ**



1 kg:  
**1522,<sup>86</sup>**  
**1599,-**

**FRISS CSIRKE SZÁRNY**

vákuumcsomagolt  
kb. 1-3 kg/csomag



4 kg esetén 1 kg:	2 kg esetén 1 kg:	1 kg:
<b>1099,-</b>	<b>1149,-</b>	<b>1199,-</b>
<b>1154,-</b>	<b>1206,-</b>	<b>1259,-</b>
4 kg: 4616,-	2 kg: 2413,-	

**VEGYESZÖLDSÉG**

1 csomó



<https://www.metro.hu/ajanlataink/katalogusok/arlistak>

**SÁRGARÉPA**

1 csomó



<https://www.metro.hu/ajanlataink/katalogusok/arlistak>

**ÉDESKÖMÉNY**

1 db



<https://www.metro.hu/ajanlataink/katalogusok/arlistak>

**ZELLERGUMÓ**

kg



<https://www.metro.hu/ajanlataink/katalogusok/arlistak>

**TAKLER  
CABERNET FRANC**

alk.: 14% V/V  
0,75 l/üveg



6 db esetén 1 db:  
**1806,<sup>30</sup>**  
**2294,-**

6 db: 13764,-  
1l: 3059,-  
1 db: 2699,-  
1l: 3599,-

## TILÁPIA FILÉ

140-200 g  
kg

1 kg:

~~4284,<sup>76</sup>~~

**4499,-**



## KÍGYÓMAKRELA FILE

kg

1 kg:

~~7141,<sup>90</sup>~~

**7499,-**



## MAKRÉLA ZSIGERELT

200-500 g  
kg



1 kg:

~~4094,<sup>28</sup>~~

**4299,-**

## FRISS SZELETELT SERTÉS KARAJ

védőgázban  
400 g/db



8 db esetén 1 db:

**1179,-**

**1238,-**

8 db: 9907,-  
1 kg: 3095,-

4 db esetén 1 db:

**1229,-**

**1290,-**

4 db: 5162,-  
1 kg: 3225,-

1 db:

**1269,-**

**1332,-**

1 db: 3330,-

## FRISS GRILL CSIRKE

kb. 1-1,5 kg



1 kg:

~~1237,<sup>14</sup>~~

**1299,-**

## GRILL LASKAGOMBA

400 g/doboz



1 doboz:

~~550,<sup>39</sup>~~

**699,-**

1 kg: 1747,50

## PADRON GRILL PAPRIKA

200 g/doboz



1 doboz:

~~550,<sup>39</sup>~~

**699,-**

1 kg: 3495,-

## FRISS BORJÚ TOMAHAWK



1 kg:

~~11 810,<sup>24</sup>~~

**14 999,-**



## FŐTT KUKORICA

900 g/csomag



1 csomag:

~~707,<sup>87</sup>~~

**899,-**

1 kg: 999,-



**HALAK FÚSZERKEVERÉK**  
270 g/db



**UNIVER SALÁTAÖNTET**

többféle  
50 g/db



1 db:  
**156,<sup>69</sup>,-**  
**199,-**

1 db:  
**1495,<sup>27</sup>,-**  
**1899,-**  
1 kg: 7033,-



**STAR ALAPLÉ**

többféle  
1 l/db

1 db:  
**786,<sup>61</sup>,-**  
**999,-**

**AVIKO STEAKHOUSE BURGONYAGEREZD**

2,5 kg/db



**AVIKO HÁZIAS HÉJAS HASÁBBURGONYA**

2,5 kg/db



**SÁGA VEGÁN BURGER**

450 g/db



8 db esetén 1 db:  
**1802,-**  
**2289,-**  
8 db: 18 312,-  
1 kg: 916,-

5 db esetén 1 db: 1952,-  
2479,-  
5 db: 12 395,-  
1 kg: 992,-

1 db: 2251,-  
2859,-  
1 kg: 1144,-

4 db esetén 1 db:  
**1810,-**  
**2299,-**  
4 db: 9196,-  
1 kg: 920,-

2 db esetén 1 db: 1960,-  
2489,-  
2 db: 4978,-  
1 kg: 996,-

1 db: 2361,-  
2999,-  
1 kg: 1200,-

1 db:  
**2868,-**  
**3642,-**  
1 kg: 8093,-



**VÁGOTT HULLÁMOS CUKKINI**

2,5 kg/db



**ARDO OLASZ GRILL ZÖLDSÉGKEVERÉK**

1 kg/db



**ÖRDÖGSZEKÉR GOMBA**

1 kg/db



1 db:  
**1480,-**  
**1879,-**  
1 kg: 752,-



1 db:  
**2235,-**  
**2839,-**



1 db:  
**2523,-**  
**3205,-**



**TÖBBET  
OLCSÓBBAN!**

# NAGYOBB MENNYISÉG, KEDVEZŐBB ÁR!

## NANNA TOPPING HABSPRAY

250 ml/db



24 db esetén 1 db:

**490,<sup>68</sup>**  
**579,-**

24 db: 13897,-  
1 l: 2317,-

12 db esetén 1 db:

**524,<sup>58</sup>**  
**619,-**

12 db: 7429,-  
1 l: 2477,-

1 db:  
**583,<sup>90</sup>**  
**689,-**

1 l: 2757,-



## MASCARPONE

500 g/db



6 db esetén 1 db:

**1295,<sup>76</sup>**  
**1529,-**

6 db: 9174,-  
1 kg: 3058,-

3 db esetén 1 db:

**1431,<sup>36</sup>**  
**1689,-**

3 db: 5068,-  
1 kg: 3379,-

1 db:

**1694,<sup>07</sup>**  
**1999,-**

1 kg: 3999,-



## SZENDVICSSONKA

kg



9 kg esetén 1 kg:

**2047,-**  
**2599,-**

9 kg: 23 391,-

6 kg esetén 1 kg:

**2141,-**  
**2719,-**

6 kg: 16 314,-

1 kg:

**2598,-**  
**3299,-**

1 kg: 3299,-

## STEAK HOUSE HAMBURGER

1 kg/db



4 db esetén 1 db:

**1432,-**  
**1819,-**

4 db: 7276,-

2 db esetén 1 db:

**1543,-**  
**1959,-**

2 db: 3918,-

1 db:

**1857,-**  
**2359,-**

1 kg: 2359,-



## BLACK ANGUS MARHABURGER

6x200 g/db



3 db esetén 1 db:

**4747,-**  
**6029,-**

3 db: 18 087,-  
1 kg: 5024,-

2 db esetén 1 db:

**4897,-**  
**6219,-**

2 db: 12 438,-  
1 kg: 5183,-

1 db:

**5432,-**  
**6899,-**

1 kg: 5749,-

## ABSOLUT VODKA

alk.: 40% V/V  
1 l/db



4 db esetén 1 db:

**5503,<sup>15</sup>**  
**6989,-**

4 db: 47 956,-

3 db esetén 1 db:

**6109,<sup>45</sup>**  
**7759,-**

3 db: 23 277,-

1 db:

**7007,<sup>09</sup>**  
**8899,-**

1 kg: 8899,-

## MUTTI PIZZA SZÓSZ

kétféle  
4,1 kg/db



6 db esetén 1 db:

**3975,<sup>59</sup>**  
**5049,-**

6 db: 30 294,-  
1 kg: 1231,46

3 db esetén 1 db:

**6109,<sup>45</sup>**  
**7759,-**

3 db: 23 277,-

1 db:

**7007,<sup>09</sup>**  
**8899,-**

1 kg: 1516,83

## HELLMANN'S BBQ SZÓSZ

4,8 kg/db



3 db esetén 1 db:

**6841,<sup>73</sup>**  
**8689,-**

3 db: 26 067,-  
1 kg: 1810,-

2 db esetén 1 db:

**7085,<sup>83</sup>**  
**8999,-**

2 db: 17 998,-  
1 kg: 1875,-

1 db:

**7794,<sup>49</sup>**  
**9899,-**

1 kg: 2062,-

## BOLYHOS SZŐLŐ VAGY VEGYES PÁLINKA

alk.: 50% V/V  
1 l/db

+Betétdíj: 215,90 Ft



6 db esetén 1 db:

**5621,<sup>26</sup>**  
**7139,-**

6 db: 42 834,-

3 db esetén 1 db:

**6298,<sup>43</sup>**  
**7999,-**

3 db: 23 997,-

1 db:

**6928,<sup>35</sup>**  
**8799,-**

1 kg: 8799,-

## TÖBBET OLCSÓBBAN

Tegyel a bevásárlókocsira többet, takaríts meg többet!



Nem kell többé akciók után szaladgálnod!



Ha nagyobb mennyiséget vásárolsz, nálunk olcsóbb lesz a termék.



Ez több mint 4500 termékünkre érvényes folyamatosan, egész évben.



Több darab vásárlásakor az adott termék izvariációiból szabadon válogathatsz.

Keressz 3 szintű árjelölésünket!



8 db esetén 1 db:

**413,-**

8 db: 3 304,-  
1 kg: 1 033,-

4 db esetén 1 db:

**584,-**

4 db: 2 337,-  
1 kg: 1 461,-

1 db:

**799,-**

1 kg: 1 998,-

Kedvezményes ajánlataink a feltüntetett darabszám esetén lépnek életbe.

1 db vásárlása esetén érvényes ár.

**METRO**  
NAGYKERESKEDELEM

Árlista: [tobbetolcsobban.hu](http://tobbetolcsobban.hu)

Termékeink aktuális árát  
ITT tekintheted meg.



SZTÁRAJÁNLAT



**BIZTOSAN  
JÓL JÁRSZ!**

**SZTÁRAJÁNLATAINK  
ÜTŐS ÁRON!**

Legfontosabb termékeid árát  
folyamatosan alacsonyan tartjuk.

IRATKOZZ FEL HÍRLEVELÜNKRE, HOGY HETENTE  
ELSŐKÉNT ÉRTESSÜLJ KEDVEZŐ ÁRAINKRÓL!



[www.metro.hu/sztarajanlataink](http://www.metro.hu/sztarajanlataink)



### TERNI NAPERNYŐ

Csz.: 144060, 29705  
• Átmérő: 2 m



1 db:  
**5503,<sup>94</sup>**  
**6990,-**



### ÖSSZECSUKHATÓ SÁTOR\*\*\*

Csz.: 226577  
• Mérete: 3x6 m

• Acélváz, 160 g/m<sup>2</sup> poliészter UPF50+



1 db:  
**86 606,<sup>30</sup>**  
**109 990,-**

### ÁLLÓ SÖRASZTAL

Csz.: 54922  
• Méret: 1,2 m



1 db:  
**31 488,<sup>19</sup>**  
**39 990,-**

Tarrington House

### KERTI PAVILON\*\*

Csz.: 144733  
• Mérete: 3x3 m



1 db:  
**14 165,<sup>35</sup>**  
**17 990,-**

Tarrington House

### HELENA FÜGGŐ NAPERNYŐ\*

Csz.: 29505, 29523  
• Szín: ezüst/szürke, humus/szürke  
• Átmérő: 3 m

1 db:  
**19 677,<sup>17</sup>**  
**24 990,-**



### GASZTRO SÖRPAD GARNITÚRA

Csz.: 23122  
• Anyag: svédanyag, UV lakk  
• Asztal méretei: 50x220x78 cm  
• Pad méretei: 25x220x48 cm



1 szett:  
**47 236,<sup>22</sup>**  
**59 990,-**

\*A budakalászi áruházunkban korlátozott számban elérhető. \*\*A székesfehérvári, kecskeméti áruházunkban korlátozott számban elérhető. \*\*\*A székesfehérvári áruházunkban korlátozott számban elérhető.





### MŰANYAG SNAPSZOS POHÁR

2-4 cl-es  
50 db/csomag

1 csomag:  
**597,<sup>64</sup>**

**759,-**

1 db: 15,18



### MŰANYAG ÁTLÁTSZÓ POHÁR

300 ml-es  
50 db/csomag

1 csomag:  
**1125,<sup>20</sup>**

**1429,-**

1 db: 28,58



### PAPÍR SZÍVÓSZÁL EGYESÉVEL CSOMAGOLT

500 db/csomag

1 csomag:  
**2203,<sup>94</sup>**

**2799,-**

1 db: 5,60



### LEBOMLÓ SZÓSZOS TAL TETŐVEL CUKORNÁDBÓL

59 ml/db  
100 db/csomag

1 csomag:  
**1731,<sup>50</sup>**

**2199,-**

1 db: 21,99



### HAMBURGERDOBOZ

kraft  
75 db/csomag

1 csomag:  
**4014,<sup>96</sup>**

**5099,-**

1 db: 67,99



### LEBOMLÓ MENÜDOBOZ

1200 ml-es  
50 db/csomag

1 csomag:  
**4825,<sup>98</sup>**

**6129,-**

1 db: 122,58



### MŰANYAG VÖDÖR TETŐVEL

870 ml-es  
10 db/csomag

1 csomag:  
**1515,<sup>75</sup>**

**1925,-**

1 db: 192,50



### HUHTAMAKI BAGASSE 2 REKESZES ÉLVI TELES DOBOZ

22x15 cm-es  
50 db/csomag



**5 csomag esetén  
1 csomag:**

**3148,<sup>82</sup>**

**3999,-**

5 csomag: 19 995,-  
1 db: 79,98



2 csomag esetén  
1 csomag:

**3408,<sup>56</sup>**

**4329,-**

2 csomag: 8658,-  
1 db: 86,58

1 csomag:

**4109,<sup>45</sup>**

**5219,-**

1 db: 104,38



### PIZZADOBOZ

33x33 cm-es  
100 db/csomag

**5 csomag esetén  
1 csomag:**

**11 015,<sup>75</sup>**

**13 990,-**

5 csomag: 69 950,-  
1 db: 139,90



3 csomag esetén  
1 csomag:

**11 803,<sup>15</sup>**

**14 990,-**

3 csomag: 44 970,-  
1 db: 149,90

1 csomag:

**13 377,<sup>95</sup>**

**16 990,-**

1 db: 169,90

**ÚJ!**
**GASZTRONÓMIAI  
ÉLMÉNY**

# Veggie Fries

**EGYEDI ÉS  
STÍLUSOS**
**MINDIG ÉS  
MINDEN  
ESETBEN  
ROPOGÓS**


1 db:  
**4566,-**  
**5799,-**  
1 kg: 2320,-

**A TÖKÉLETES  
INSTAGRAM  
KÉPEKHEZ**

Sárgarépa, cékla és paszternák hasáb könnyű és ropogós hármass kombinációja az édes és földes ízek és textúrák tökéletes párosításáért. A közkedvelt köret új és modern változata finom, szórakoztató és színes formában.



McCain Foodservice Magyarország

[www.mccain-foodservice.hu](http://www.mccain-foodservice.hu)

## Neked is van egy Mizo termékünk!


**MIZO CSÖKKENTETT  
ZSÍRTARTALMÚ  
TEAVAJ**

 kétféle  
100 g/db


1 db:  
**304,<sup>24</sup>**  
**359,-**  
1 kg: 3590,-

**MIZO  
UHT TEJ  
3,5%  
1 l/db**

1 db:  
**437,<sup>14</sup>**  
**459,-**


**Mizo**  
Válassz szívből.

**MIZO UHT TEJ 1,5%  
laktózmentes  
1 l/db**

1 db:  
**380,<sup>51</sup>**  
**449,-**


*Egy jótzű társ  
a konyhában!*
**GRILL  
FŰSZERKEVERÉK**  
1 kg/db

**FŰSZER-  
PAPRIKA  
ŐRLEMÉNY  
II. OSZTÁLYÚ  
ÉDES**  
1 kg/db

**6 db esetén 1 db:**

**2070,<sup>10</sup>**  
**2629,-**  
6 db: 15774,-

3 db esetén 1 db:

**2306,<sup>30</sup>**  
**2929,-**  
3 db: 8787,-

1 db:

**2755,<sup>12</sup>**  
**3499,-**

**3 db esetén 1 db:**

**1707,<sup>87</sup>**  
**2169,-**  
3 db: 6507,-

2 db esetén 1 db:

**1888,<sup>98</sup>**  
**2399,-**  
2 db: 4798,-

1 db:

**2361,<sup>42</sup>**  
**2999,-**



# Olaszok íze Magyarul!



www.szeretematesszat.hu

**DON FRANCESCO  
DURUM SZÁRÁZTÉSZTA**  
többféle  
5 kg/db



5 db esetén 1 db:	3 db esetén 1 db:	1 db:
<b>3597,<sup>64</sup></b>	<b>3896,<sup>85</sup></b>	<b>4503,<sup>15</sup></b>
<b>4569,-</b>	<b>4949,-</b>	<b>5719,-</b>
5 db: 22 845,- 1 kg: 914,-	3 db: 14 847,- 1 kg: 990,-	1 kg: 1144,-

## MISSISSIPPI BARBECUE SZÓSZ

kétféle  
1814 g/db



1 db:  
**2991,<sup>34</sup>,-**  
**3799,-**  
1 kg: 2094,-

## ARANYFÁCÁN SŰRÍTETT PARADICSOM 28-30%

850 g/db



6 db esetén 1 db:	3 db esetén 1 db:	1 db:
<b>1251,<sup>18</sup></b>	<b>1361,<sup>42</sup></b>	<b>1574,<sup>02</sup></b>
<b>1589,-</b>	<b>1729,-</b>	<b>1999,-</b>
6 db: 9534,- 1 kg: 1869,41	3 db: 5187,- 1 kg: 2034,12	1 kg: 2351,77

## ARANYFÁCÁN SŰRÍTETT PARADICSOMPÜRÉ 28-30%

4500 g/db



3 db esetén 1 db:	2 db esetén 1 db:	1 db:
<b>5251,<sup>18</sup></b>	<b>5896,<sup>85</sup></b>	<b>7085,<sup>82</sup></b>
<b>6669,-</b>	<b>7489,-</b>	<b>8999,-</b>
3 db: 20 007,- 1 kg: 1465,71	2 db: 14 978,- 1 kg: 1645,93	1 kg: 1977,80

# GRILLEZÉSRE FEL!



**GRILL FÚSZERSÓ**  
950 g/db



1 db:

**3306,<sup>30</sup>**

**4199,-**

4420,-

**GRILL MEXIKÓI FÚSZERSÓ**  
950 g/db



1 db:

**2727,<sup>39</sup>**

**4399,-**

1 kg: 4631,-

**GRILL HALAK FÚSZERKEVERÉK**  
790 g/db



1 db:

**3306,<sup>30</sup>**

**4199,-**

1 kg: 5315,-

**GRILL ZÖLDSÉG FÚSZERKEVERÉK**  
900 g/db



1 db:

**3463,<sup>78</sup>**

**4399,-**

1 kg: 4888,-

**GÖRÖG GYROS FÚSZERKEVERÉK**  
675 g/db



1 db:

**3306,<sup>30</sup>**

**4199,-**

1 kg: 6221,-

Mindenhez van egy jó mixünk.



www.kotanyi.com



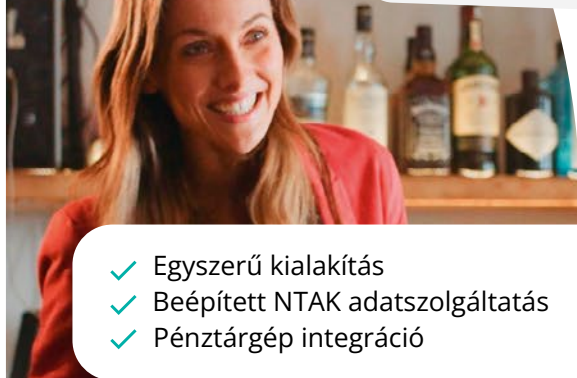
**omo**

Üzleted a zsebedben!

**Megoldás a vendéglátósoknak!**

Ne aggódj a július 1-től kötelező adatszolgáltatás miatt!

**ÚJ!**



- ✓ Egyszerű kialakítás
- ✓ Beépített NTA adatszolgáltatás
- ✓ Pénztárgép integráció

Vásárolj meg a **METRO** -ban!

Vásárlásod mellé **1 évig ingyenes adatszolgáltatást** biztosítunk!

Ezt követően a szolgáltatás akár 2000 Ft+Áfa/hó-ért elérhető!

cmo.hu/metro



IMIN D2 táblagép

4 db esetén 1 db:

**78732,<sup>28</sup>**

**99 990,-**

4 db: 399 960,-

2 db esetén 1 db:

**86 606,<sup>30</sup>**

**109 990,-**

2 db: 219 980,-

1 db:

**92 118,<sup>11</sup>**

**116 990,-**



IMIN D3 vendégkijelzős táblagép



iminpos.hu

4 db esetén 1 db:

**141724,<sup>41</sup>**

**179 990,-**

4 db: 719 960,-

2 db esetén 1 db:

**149 598,<sup>40</sup>**

**189 990,-**

2 db: 379 980,-

1 db:

**157 472,<sup>40</sup>**

**199 990,-**



## BRILLIANCE ÜZEMI ZSÍROLDÓ UTÁNTÖLTŐ

5 l/db



3 db esetén 1 db:

**2991,<sup>34</sup>**

**3799,-**

3 db: 11397,-  
11: 759,80

2 db esetén 1 db:

**3266,<sup>93</sup>**

**4149,-**

2 db: 8298,-  
11: 829,80

1 db:

**3936,<sup>22</sup>**

**4999,-**

11: 999,80

## BRILLIANCE KLÓROS TISZTÍTÓSZER KONCENTRÁTUM

5 l/db

1 db:

**3117,<sup>32</sup>**

**3959,-**

11: 791,80



## BRILLIANCE FERTŐTLENÍTŐ KÉZI MOSOGATÓSZER\*

5 l/db

1 db:

**4534,<sup>65</sup>**

**5759,-**

11: 1151,80



# AJAX – TÖBB MINT EGY TISZTÍTÓSZER

Próbáld ki az AJAX növényi alapú formulával rendelkező termékeit!

## AJAX ÁLTALÁNOS FELMOSÓ

kétféle  
5 l/db

1 db:

**2991,<sup>34</sup>**

**3799,-**

11: 759,80



## ÁTLÁTSZÓ FEDELES TÁROLÓ

250 ml-es  
50 db/csomag



4 csomag esetén 1 csomag:

**1574,<sup>02</sup>**

**1999,-**

4 csomag: 7996,04  
1 db: 39,98

2 csomag esetén 1 csomag:

**1715,<sup>75</sup>**

**2179,-**

2 csomag: 4358,-  
1 db: 43,58

1 csomag:

**2077,<sup>95</sup>**

**2639,-**

1 db: 52,78

## Huhtamaki

## ÁTLÁTSZÓ FEDELES TÁROLÓ

500 ml-es  
50 db/csomag



6 csomag esetén 1 csomag:

**2282,<sup>68</sup>**

**2899,-**

6 csomag: 17394,-  
1 db: 57,98

4 csomag esetén 1 csomag:

**2495,<sup>28</sup>**

**3169,-**

4 csomag: 12676,04  
1 db: 63,38

1 csomag:

**2991,<sup>34</sup>**

**3799,-**

1 db: 75,98

## ÁTLÁTSZÓ FEDELES TÁROLÓ

750 ml-es  
50 db/csomag



6 csomag esetén 1 csomag:

**3148,<sup>82</sup>**

**3999,-**

6 csomag: 23994,-  
1 db: 79,98

3 csomag esetén 1 csomag:

**3345,<sup>67</sup>**

**4249,-**

3 csomag: 12747,-  
1 db: 84,98

1 csomag:

**3762,<sup>99</sup>**

**4779,-**

1 db: 95,58

## BIOSTOP LÉGYFÓGÓ SZALAG

4 db/doboz



24 doboz esetén 1 doboz:

**429,<sup>13</sup>**

**545,-**

24 doboz: 13080,-  
1 db: 136,25

12 doboz esetén 1 doboz:

**463,<sup>78</sup>**

**589,-**

12 doboz: 7068,-  
1 db: 147,25

1 doboz:

**550,<sup>39</sup>**

**699,-**

1 db: 174,75

## PROTECT COMBI HANGYAIRTÓ CSALÉTEK

3 db/doboz



10 doboz esetén 1 doboz:

**629,<sup>13</sup>**

**799,-**

10 doboz: 7990,-  
1 db: 266,33

5 doboz esetén 1 doboz:

**684,<sup>25</sup>**

**869,-**

5 doboz: 4345,-  
1 db: 289,67

1 doboz:

**825,<sup>98</sup>**

**1049,-**

1 db: 349,66

## PROTECT RANGER SZÚNYOG ÉS KULLANCS RIASZTÓ AEROSOL

100 ml/db



15 db esetén 1 db:

**786,<sup>61</sup>**

**999,-**

15 db: 14984,85  
11: 9989,90

5 db esetén 1 db:

**865,<sup>35</sup>**

**1099,-**

5 db: 5494,95  
11: 10989,90

1 db:

**1022,<sup>83</sup>**

**1299,-**

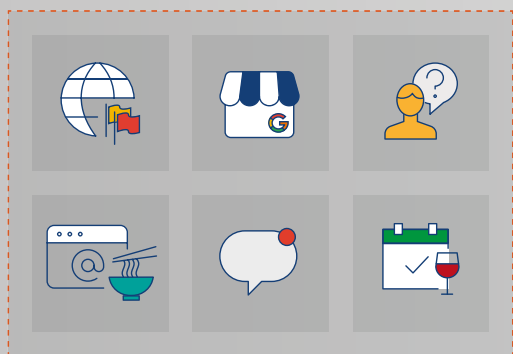
11: 12989,90

Biocidok alkalmazásakor ügyelj a biztonságra! Használat előtt mindig olvasd el a címkét és a használati útmutatót!



## TE A LEGJOBB MENÜKET VÁLOGATOD KI GONDOSAN, MI PEDIG DIGITÁLIS SZOLGÁLTATÁSAINKAT.

A METRO számára fontos, hogy partnereit a kiváló alapanyagokon kívül a digitális fejlődésben is segítse. Növelj Te is forgalmadat!



### HONLAPKÉSZÍTŐ SZOLGÁLTATÁS

Hozd létre saját weboldalad, és ismertesd meg vállalkozásod minél több emberrel!



### ASZTALFOGLALÁSI SZOLGÁLTATÁS

Pörgesd fel vállalkozásod asztalfoglalási szolgáltatásunkkal, melyet könnyen hozzáadhatsz elkészült honlapodhoz!



### ÉTELRENDELÉS SZOLGÁLTATÁS

Fogadd és kezeld vendéglátóhelyed weboldalán az elviteles és házhozszállítós rendeléseket!

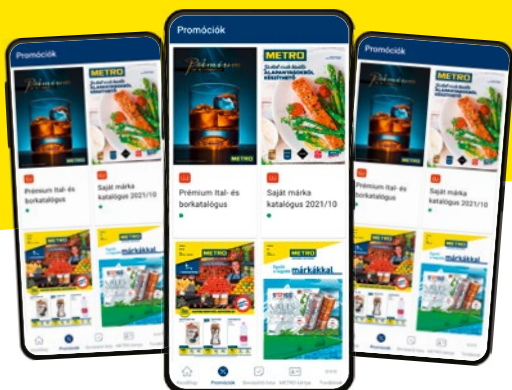
További részletek:  
[www.dish.co](http://www.dish.co)



# ONLINE EGYSZERŰBB

Töltsd le **METRO COMPANION** alkalmazásunkat, hozd létre digitális fiókot, és élvezd az előnyeit!

További információ:  
[www.metro.hu/szolgaltatasok/metro-app#](http://www.metro.hu/szolgaltatasok/metro-app#)



TERMÉK-  
ELÉRHETŐSÉG



TERMÉK-  
INFORMÁCIÓK



DIGITÁLIS  
VÁSÁRLÓI KÁRTYA



E-SZÁMLÁK



AKTUÁLIS  
KATALÓGUSOK



METRO ÁRUHÁZAK  
A KÖZELBEN



DIGITÁLIS  
BEVÁSÁRLÓLISTA

AZ INGYENES **METRO COMPANION**  
ALKALMAZÁS INNEN TÖLTHETŐ LE:



**METRO**  
NAGYKERESKEDELEM

# AKÁR VEGYESEN IS!



**SEGÍTÜNK, HOGY KÖNNYEBBEN ELÉRD  
A NAGYOBB MENNYISÉGI KEDVEZMÉNYT!**

Válogasd össze kedvenc terméked  
íz és illat variációit!



A plakát tájékoztató jellegű, a feltüntetett képek, illetve árak csak illusztrációk.

Aktuális ajánlatainkat és a konkrét mennyiségi kedvezményeket keresse áruházainkban vagy a [www.metro.hu](http://www.metro.hu) honlapon.



# JELENTKEZZ KÉPZÉSEINKRE MÉG MA!

Számos izgalmas témakörrel, tréninggel várjuk a minőségi gasztronómia rajongóit, séfeket és szakácsokat. Interaktív képzéseinken továbbra is az a célunk, hogy a résztvevők minél több inspirációval, információval, gyakorlati és elméleti tudással gyarapodjanak a képzés végére. Minden alkalom kitűnő lehetőség a séfekkel és az egymással való tapasztalatcserére. Oktatóink az ország és a vendéglátás különböző területeiről érkeznek, így tudásuk és tapasztalatuk nagyon sokrétű, de a szakma iránti szeretetükben, rajongásukban és az elhivatottságukban biztosan mindnyájan megegyeznek.

**Várjuk kedves látogatóinkat a már jól ismert és gyakorlott előadóinkkal!**

## BARISTAKÉPZÉSEK



## GOURMETKÉPZÉSEK



## MESTERKÉPZÉSEK



## KÉPZÉSEINK ÁRA:

Az egynapos konyhai mesterképzéseink ára: **19.900 Ft + ÁFA/fő**

A kétnapos konyhai mesterképzéseink ára: **39.900 Ft + ÁFA/fő**

Egyéb képzéseink ára ettől eltérő, a képzéseknél megjelölt árakon látogathatók.

A képzési díj tartalmazza az oktatás és az ebéd árát.

## JELENTKEZÉS:

Töltsd ki a [www.metro.hu/gasztroakademia](http://www.metro.hu/gasztroakademia) oldalon található **jelentkezési lapot**, vagy küldd el jelentkezésedet e-mailben a [gasztroakademia@metro.co.hu](mailto:gasztroakademia@metro.co.hu) címre.

Kérdés esetén telefonon is állunk a rendelkezésedre: **06 23 508 265**

## KÉPZÉSEINK HELYSZÍNE:

METRO Gasztroakadémia, **2040 Budaörs, Keleti utca 3.**

Melléklet a 2023/13–14. számú METRO-kiadványokhoz. Áraink forintban értendők és áruházainkban történő vásárlás esetén érvényesek (kiszállítás esetén külön árlista érvényes, amelyről a Telecentertől vagy áruházi kapcsolattartótól kaphatsz tájékoztatást). A feltüntetett árak áfával növelt eladási-, illetve egységárak (azaz a bruttó értéket jelölik), két ár feltüntetése esetén az alacsonyabb érték a nettó eladási-, illetve egységár. A feltüntetett göngyöleg árak a bruttó, azaz áfával növelt betétdíjakat jelentik. Felhívjuk továbbá figyelméd arra, hogy minden, kiadványunkban feltüntetett bruttó ár esetében a számvitelről szóló 2000. évi C. törvény 15.§ (2) – (3) bekezdése és egyéb, vonatkozó jogszabályok előírásai alapján kerekítést alkalmazunk. A fotók nem minden esetben a konkrét terméket ábrázolják, esetenkénti lehetnek illusztrációk.



MEGTALÁLSZ  
MINKET:

