

LA PLANCHE

ITALIENNE 4 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
TALEGGIO AOP AMBROSI 2KG	658650	14,74 €/kg	100 g	1,47 €
CAMEMBERT BUFALA 250G	828315	4,53 €	100 g	1,81 €
BARUFALDI GORGONZOLA AOP 27% MG 1/8 DE MEULE	247365	10,78 €	100 g	1,08 €
JAMBON SEC ITALIEN 2X250G	675610	10,79 €	75 g	1,62 €
COPPA ITAL, 60T 2x250G MC	627685	12,35 €	75 g	1,84 €
FIORUCCI ROSTELLO A LA TRUFFE 1/2 4,2 kg	836666	18,28 €/kg	75 g	1,65 €
MORTADELLE ITALI 60T 2X250G MC	628947	8,03 €	75 g	1,20 €
METRO CHEF TARTINABLE ARTICHAUT 500 g	300243	6,52 €	100 g	0,65 €
FROMACOEUR MINI-POIVRONS FOURRES CHEVRE 1 kg	238001	17,85 €	100 g	1,78 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
32€_{TTC}

COÛT
MATIÈRE
13€_{,10HT}

les
halles
METRO

LA PLANCHE

ITALIENNE 2 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
TALEGGIO AOP AMBROSI 2KG	658650	14,74 €/kg	50 g	0,73 €
CAMEMBERT BUFALA 250G	828315	4,53 €	50 g	0,90 €
BARUFALDI GORGONZOLA AOP 27% MG 1/8 DE MEULE	247365	10,78 €	50 g	0,54 €
JAMBON SEC ITALIEN 2X250G	675610	10,79 €	37,5 g	0,81 €
COPPA ITAL, 60T 2x250G MC	627685	12,35 €	37,5 g	0,92 €
FIORUCCI ROSTELLO A LA TRUFFE 1/2 4,2 kg	836666	18,28 €/kg	37,5 g	0,83 €
MORTADELLE ITALI 60T 2X250G MC	628947	8,03 €	37,5 g	0,60 €
METRO CHEF TARTINABLE ARTICHAUT 500 g	300243	6,52 €	50 g	0,32 €
FROMACOEUR MINI-POIVRONS FOURRES CHEVRE 1 kg	238001	17,85 €	50 g	0,89 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
17€
TTC

COÛT
MATIÈRE
6€
54HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

ESPAGNOLE 4 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
LA LEYENDA BREBIS TRUFFE NOIRE	232532	21,41 €/kg	75 g	1,60 €
MANCHEGO AOP 12M MEULE 3kg	216525	24,62 €/kg	75 g	1,85 €
BREBIS 18M MOF 750G ENV	84736	17,67 €/kg	75 g	1,33 €
LE CASTILLAN BREBIS FUME 6M LAIT CRU 175G	304780	3,07 €	75 g	1,32 €
CHORIZO FORT MC 280GR	863299	3,59 €	75 g	0,96 €
BLOC JAMBON SERRANO 8M 2,5KG ENV	630378	15,96 €/kg	125 g	1,99 €
FUET NATURE 160G DEL PAIS	815942	2,49 €	75 g	1,17 €
LOMO IBERIQUE BELLOTA TR 150GR	628947	9,74 €	25 g	1,62 €
TAPASTI POIVRONS JAUNES PERLES MARINES 500 g	307568	11,95 €	30 g	0,72 €
METRO CHEF TARTINABLE DE POIVRON 500 g	284684	6,63 €	100 g	0,66 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
34€
TTC

COÛT
MATIÈRE
13€
22HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

ESPAGNOLE 2 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
LA LEYENDA BREBIS TRUFFE NOIRE	232532	21,41 €/kg	37,5 g	0,80 €
MANCHEGO AOP 12M MEULE 3kg	216525	24,62 €/kg	37,5 g	0,92 €
BREBIS 18M MOF 750G ENV	84736	17,67 €/kg	37,5 g	0,67 €
LE CASTILLAN BREBIS FUME 6M LAIT CRU 175G	304780	3,07 €	37,5 g	0,66 €
CHORIZO FORT MC 280GR	863299	3,59 €	37,5 g	0,48 €
BLOC JAMBON SERRANO 8M 2,5KG ENV	630378	15,96 €/kg	62,5 g	0,99 €
FUET NATURE 160G DEL PAIS	815942	2,49 €	37,5 g	0,59 €
LOMO IBERIQUE BELLOTA TR 150GR	628947	9,74 €	12,5 g	0,81 €
TAPASTI POIVRONS JAUNES PERLES MARINES 500 g	307568	11,95 €	15 g	0,36 €
METRO CHEF TARTINABLE DE POIVRON 500 g	284684	6,63 €	50 g	0,33 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
18€
TTC

COÛT
MATIÈRE
6€
61 HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

LOCALE 4 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
ST MAURE DE TOURRAINE MDF 250G	142241	5,09 €	75 g	1,53 €
TOMME SAVOIE IGP 1,5KG ENV	862169	13,01 €/kg	75 g	0,97 €
ST NECTAIRE AOP FERMIER MOF	864202	19,67 €/kg	75 g	1,47 €
CAMEMBERT AOP 250G MOF	864249	5,07 €	75 g	1,52 €
SAUCISSON SEC SUPERIEUR AVEYRON 2 x 200G MC	143470	8,02 €	100 g	2,01 €
ANDOUILLE GUEMENE DEMI 900G ENV RUST	866764	22,16 €	100 g	2,22 €
RILLETES DU MANS 1KG RUST	672745	11,94 €	100 g	1,19 €
1/2 JAMBON DE VENDEE 3KG RUST	235440	12,74 €	100 g	1,27 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ

31 €
TTC

COÛT
MATIÈRE

12 €
,18HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

LOCALE 2 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
ST MAURE DE TOURRAINE MDF 250G	142241	5,09 €	37,5 g	0,76 €
TOMME SAVOIE IGP 1,5KG ENV	862169	13,01 €/kg	37,5 g	0,48 €
ST NECTAIRE AOP FERMIER MOF	864202	19,67 €/kg	37,5 g	0,74 €
CAMEMBERT AOP 250G MOF	864249	5,07 €	37,5 g	0,76 €
SAUCISSON SEC SUPERIEUR AVEYRON 2 x 200G MC	143470	8,02 €	50 g	1,01 €
ANDOUILLE GUEMENE DEMI 900G ENV RUST	866764	22,16 €	100 g	1,11 €
RILLETES DU MANS 1KG RUST	672745	11,94 €	100 g	0,60 €
1/2 JAMBON DE VENDEE 3KG RUST	235440	12,74 €	50 g	0,63 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ

16€
TTC

COÛT
MATIÈRE

6€
09HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

TERROIR 4 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
ST FELICIEN 180G MDF	298048	2,03 €	180 g	2,03 €
1/2BLEU AUVERGNE AOP 1,5K MDF	141810	11,17 €/kg	100 g	1,12 €
LAETITIA GABORIT - ST MARCELLIN IGP 80G MOF	863839	2,13 €/kg	160 g	4,26 €
BRIENT PATE DE CAMPAGNE SUPERIEUR 1,3KG	327087	8,12 €	75 g	0,47 €
JAMBON SEC SUPERIEUR 30T 810G MC	207378	14,99 €	75 g	1,39 €
JAMBON SUPERIEUR DD TORCHON 16T 720G VPF MC	866764	8,51 €	75 g	0,89 €
PAVE POIVRE VERT 30T 2 x 250G MC	208519	9,78 €	75 g	1,46 €
METRO CHEF TAPENADE NOIRE 500G	309087	5,19 €	100 g	0,52 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
31€ TTC

COÛT
MATIÈRE
12€,14 HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

TERROIR 2 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
ST FELICIEN 180G MDF	298048	2,03 €	90 g	1,02 €
1/2BLEU AUVERGNE AOP 1,5K MDF	141810	11,17 €/kg	50 g	0,56 €
LAETITIA GABORIT - ST MARCELLIN IGP 80G MOF	863839	2,13 €/kg	80 g	2,13 €
BRIENT PATE DE CAMPAGNE SUPERIEUR 1,3KG	327087	8,12 €	37,5 g	0,24 €
JAMBON SEC SUPERIEUR 30T 810G MC	207378	14,99 €	37,5 g	0,69 €
JAMBON SUPERIEUR DD TORCHON 16T 720G VPF MC	866764	8,51 €	37,5 g	0,45 €
PAVE POIVRE VERT 30T 2 x 250G MC	208519	9,78 €	37,5 g	0,73 €
METRO CHEF TAPENADE NOIRE 500G	309087	5,19 €	50 g	0,26 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
16€ TTC

COÛT
MATIÈRE
6€ 08HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

VÉGÉTALE 4 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
BOURSIN VEGETAL AFH 130G	305753	1,97 €	130 g	1,97 €
INSPIRE HOUMOUS PATATE DOUCE & CURRY 500G	300293	6,03 €	150 g	1,81 €
INSPIRE HOUMOUS BETTERAVE & AGRUMES 500G	300294	6,03 €	150 g	1,81 €
BLUVER MÉLANGE ANTIPASTI DE LÉGUMES 1KG	194430	12,67 €	200 g	2,54 €
LA BOULANGERIE PAIN PITA x10 -800g	22336	3,15 €	200 g	0,79 €
PULPE D'AVOCAT FRAIS 1KG MC	286833	11,43 €	150 g	1,71 €
CHIPS TORTILLA NATURE 750G MC	205445	3,88 €	150 g	0,78 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
29€
TTC

COÛT
MATIÈRE
11€
/41 HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

VÉGÉTALE 2 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
BOURSIN VEGETAL AFH 130G	305753	1,97 €	65 g	0,99 €
INSPIRE HOUMOUS PATATE DOUCE & CURRY 500G	300293	6,03 €	75 g	0,91 €
INSPIRE HOUMOUS BETTERAVE & AGRUMES 500G	300294	6,03 €	75 g	0,90 €
BLUVER MÉLANGE ANTIPASTI DE LÉGUMES 1KG	194430	12,67 €	100 g	1,27 €
LA BOULANGERIE PAIN PITA x10 -800g	22336	3,15 €	100 g	0,38 €
PULPE D'AVOCAT FRAIS 1KG MC	286833	11,43 €	75 g	0,86 €
CHIPS TORTILLA NATURE 750G MC	205445	3,88 €	75 g	0,39 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
15€ TTC

COÛT
MATIÈRE
5€,70HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

PREMIUM 4 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
1/4 FERMIER TRUFFE 750G ENV ROTH	177498	52,70 €	75 g	3,95 €
GRUYERE SUISSE 18 M 800G MOF	888644	24,12 €/kg	75 g	1,81 €
LG- GALET BLEUTE 60Gx4 MOF	863183	9,25 €	120 g	4,63 €
1/4 GOUDA 100 SEM 2,5KG ENV	833224	14,04 €/kg	100 g	1,40 €
JAMBON SUPERIEUR DD 7,5KG ENV VPF LML	829354	7,94 €/kg	110 g	0,87 €
PATE CROUTE RICHELIEU 2,5KG ENV RUST	177196	7,13 €	200 g	1,43 €
ASSIETTE PATA NEGRA 85G 36M	863311	14,36 €	40 g	6,76 €
LOBE FOIE GRAS DE CANARD ENTIER MI-CUIT IGP 450G MC	71325	32,76 €	180 g	13,10 €
MOWI COEUR DE SAUMON FUMÉ NORVEGE ASC 300G	297591	19,69 €	100 g	6,56 €
LE MOULIN DU CAOULEY OEUF DE TRUITES 500G	292426	37,36 €	100 g	7,47 €
SUDNSOL HOUMOUS TRUFFE 450G	304888	6,80 €	100 g	1,51 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
99€
TTC

COÛT
MATIÈRE
49€
50HT

les
halles
METRO

LA PLANCHE

PREMIUM 4 PERSONNES

Désignation produit	Référence MÉTRO	Prix	Quantité recette	Prix portion
1/4 FERMIER TRUFFE 750G ENV ROTH	177498	52,70 €	37,5 g	1,98 €
GRUYERE SUISSE 18 M 800G MOF	888644	24,12 €/kg	37,5 g	0,90 €
LG- GALET BLEUTE 60Gx4 MOF	863183	9,25 €	60 g	2,32 €
1/4 GOUDA 100 SEM 2,5KG ENV	833224	14,04 €/kg	50 g	0,70 €
JAMBON SUPERIEUR DD 7,5KG ENV VPF LML	829354	7,94 €/kg	55 g	0,43 €
PATE CROUTE RICHELIEU 2,5KG ENV RUST	177196	7,13 €	100 g	0,72 €
ASSIETTE PATA NEGRA 85G 36M	863311	14,36 €	20 g	3,38 €
LOBE FOIE GRAS DE CANARD ENTIER MI-CUIT IGP 450G MC	71325	32,76 €	90 g	6,55 €
MOWI COEUR DE SAUMON FUMÉ NORVEGE ASC 300G	297591	19,69 €	50 g	3,28 €
LE MOULIN DU CAOULEY OEUF DE TRUITES 500G	292426	37,36 €	50 g	3,74 €
SUDNSOL HOUMOUS TRUFFE 450G	304888	6,80 €	50 g	0,75 €

PRIX DE VENTE
CONSEILLÉ
50€ TTC

COÛT
MATIÈRE
24€,75 HT

les
halles
METRO