

m

mon épicier

6.99

BAVETTE DE BOEUF
IRRÉSISTIBLES
VIN BLANC ET ÉCHAUMÉES 225 g
IRRÉSISTIBLES BEEF BAVETTE



FILETS DE SAUMON
ATLANTIQUE FRAIS
SANS ARÊTES, FORMAT
ÉCONOMIQUE
FRESH ATLANTIC SALMON
FILETS, ECONOMIC PACK
22.02/kg

9.99

GARANTIE
FRAÎCHEUR
TRAÇABLE
DE LA PÊCHE À L'ÉCHAUMÉ

100%
CANADIEN

Si la
température
le permet!



2.99

CÔTELETTES DE PORC
FRAIS DÉOSSÉES
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN,
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH BONELESS PORK CHOPS,
ECONOMIC PACK
6.59/kg



POULETS ENTIERS FRAIS
CAT. 4 & 5, MOINS DE 2 kg (4 & 5)
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH WHOLE CHICKENS, ECONOMIC PACK
4.39/kg

1.99



BACON
SELECTION
275 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
SELECTION BACON

3.99



DEMI-LONGE
DE PORC FRAIS
DÉOSSÉE
FRESH BONELESS HALF
PORK LOIN ROAST
4.39/kg

1.99



imbattable

3.97

FROMAGE EXTRA
CHEDDAR KRAFT
14 TRANCHES, 200 g
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
KRAFT EXTRA CHEDDAR CHEESE



CROUSTILLES
MISS VICKIE'S
190-200 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
MISS VICKIE'S
POTATO CHIPS

2.99



16 morceaux

2.50\$
de rabais
à l'achat
de 2 pains

PAIN TRANCHE POM
CLUB, NATURE + MENAGE
(550-675 g, VILLACOR 600-675 g,
DON MATIN 520-600 g, LA MIE DE
L'ARTISAN 520-700 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
POM SLICED BREAD
Voir réduction sur reçu
de caisse

11.99

PHOTO À TITRE INDICATIF SEULEMENT



C'EST
NOUVEAU!
chez metro

4.99

PIZZA LÈVE-AU-FOUR IRRÉSISTIBLES
SINGLES, 144-820 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRÉSISTIBLES RISING CRUST PIZZA



CAPICCOLLO
MASTRO
LAPIN JAMBON
CÔTE EXTRA-MAGRE,
VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
MASTRO
CAPICCOLLO
8.12/lb

1.79
le 100 g

3.27

EAU DE SOURCE
NATURELLE
ESKA
24/300 ml
ESKA NATURAL
SPRING WATER



vendredi
en folie!
19 avril seulement

SAUMON
ATLANTIQUE FUMÉ
IRRÉSISTIBLES
SINGLES, TRANCHÉ, 70 g
IRRÉSISTIBLES SMOKED
ATLANTIC SALMON

3.99
6.99 le reste
de la semaine

ATLANTIC SALMON
SAUMON ATLANTIQUE
SMOKED SALMON SLICED FUMÉ TRANCHÉ
70g



PAPIER HYGIÉNIQUE
CASHMERE
12 ROULEAUX DOUBLES, 8 ROULEAUX TRIPLES,
SCOTTIES PAPIERS MICHOUROS 60-60,
SPRING TOWELS ESSING DRIT DE PAPIER
3-6 ROULEAUX, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
CASHMERE BATHROOM TISSUE

5.88



Savoir, c'est pouvoir mieux vous servir
Répondez à notre sondage et courez la chance
de gagner **1000\$** d'épicerie!



ÊTES-VOUS SATISFAIT DU SERVICE?
PARTICIPEZ À NOTRE SONDEGE

**la fraîcheur
c'est la vie**



Californie

244

FRAISES
PRODUIT DES É.-U. ET/OU IMPORTÉES
DU MEXIQUE, CAT. No 1, 454g
STRAWBERRIES



produit d'ici

Leciel

RADIS ROUGES OU
TROIS COULEURS
PRODUIT DU QUÉBEC, 340g
95¢/ch. OU
HARICOTS VERTS
PRODUIT DES É.-U.
95¢/lb - 2,099/kg
RADISHES OR GREEN BEANS
OU
PETITES POMMES DE
TERRE RUSSET OU À
CHAIR JAUNE
PRODUIT DU QUÉBEC, CANADA
No 1, SAC 3 lb
RUSSET OR YELLOW FLESHED
POTATOES
95¢/ch.

WOW!

95¢ /lb
ou ch.

3 lb

produit d'ici

SMALL
PETITES | YELLOW FLESH
& CHAIR JAUNE
POMMES de
TERRE
POTATOES



BIO au même prix

gros brocoli

244 ch.

BROCOLI
PRODUIT DES É.-U.
ET/OU IMPORTÉ
DU MEXIQUE, GR 14
BROCCOLI

**VOUS
N'AVEZ PAS
TOUT VU!**

DÉCOUVREZ L'INTÉGRALITÉ
DE NOS OFFRES CIRCULAIRE

balayez ce code



ou **metro.ca**

Du jeudi 18 avril au mercredi 24 avril 2024
From Thursday to Wednesday April 18 - April 24, 2024

5,01 NAT

LA CAGE 40 ANS ÇA SE FÊTE



payez **15⁹⁹** et obtenez le **2^{ième} à 40¢**



payez **14⁹⁹** et obtenez le **2^{ième} à 40¢**



payez **5⁹⁹** et obtenez le **2^{ième} à 40¢**

mon spécial appli



mon spécial appli à l'achat d'une unité
1⁶⁹ WOW!
prix sans coupon numérique **2⁶⁹**

Ajoutez votre coupon à tout moment dans l'appli mon metro sur metro.ca ou dans la borne interactive en magasin du jeudi au mercredi. Coupon exclusif aux membres met.



BÂTON ROUGE
CÔTES LEVÉES DE PORC BBQ
585 g

12⁹⁹

CÔTES DE DOS DE PORC CUITES B.B.O
BÂTON ROUGE
585 g
BÂTON ROUGE B.B.O COOKED PORK BACK RIBS



bubly
d'eau pétillante

30 points

5⁹⁹

EAU PÉTILLANTE
BUBLY
CAISSE CANETTES
CONSIGNÉES 12/355 mL
VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
BUBLY SPARKLING WATER



La Crèmeuse
TOUJOURS FAITE AVEC DE LA CRÈME

Caramel salé
Pacane pralinée

FRIANDISES GLACÉES
IRRÉSISTIBLES,
MIEUX-ÊTRE
3 x 4,75-50 mL VOTRE VARIÉTÉ
EN MAGASIN
IRRÉSISTIBLES, LIFE SMART
FROZEN TREATS

4⁹⁹



DANONE
ACTIVIA
probiotiques actifs

YOGOURT ACTIVIA
450 g, 270 g x 4, 140 g x 12 &
TWO GOOD YOGURT GREEK 475 g &
DANONE YOGURT À SOUSSE 475 g
VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
ACTIVIA YOGURT

3³³



économisez 2\$
à l'achat de 2 pains

économisez 2\$
à l'achat de 2 produits

PAINS À HAMBURGER
OU À HOT-DOG
SELECTION
12 un., IRRÉSISTIBLES 8 un.,
VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
SELECTION HAMBURGER
OR HOT DOG BUNS
Voir réduction sur
reçu de caisse

JOS LOUIS
Villaggio
POM
PAINS À HOT-DOG
OU À HAMBURGER
POM
4-8 un., VILLAGGIO 1-8 un.,
VACHON PETITS GÂTEAUX
1-12 un., VOTRE VARIÉTÉ
EN MAGASIN
POM HOT DOG OR
HAMBURGER BUNS
Voir réduction sur
reçu de caisse



Kellogg's
SUCRÉ SENSÉ
3 g de sucre

CORN FLAKES
FORMAT FAMILIAL

Cheerios
au miel et aux noix
FORMAT FAMILIAL

CÉRÉALES GENERAL
MILLS, KELLOGG'S
VOTRE FORMATE ET
VARIÉTÉ EN MAGASIN
GENERAL MILLS, KELLOGG'S CEREAL

5⁹⁹



VIN ROUGE,
BLANC OU ROSÉ
750 mL L. VOTRE SÉLECTION
EN MAGASIN
RED, WHITE OR ROSE WINE

5\$
de rabais
à l'achat de 2



Yoplait
Source
PROTEINES
0% de sucre
10 g de protéines
STRAWBERRY
YOGURT GREEK
450 g

LIBERTÉ
Méditerranée

YOGOURT
MÉDITERRANÉE LIBERTÉ
500 g, 100 g x 10, 400 g x 5
450 g, VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
LIBERTÉ MÉDITERRANÉE YOGURT

2⁹⁹



bouteilles canettes

BIÈRE CORONA EXTRA,
STELLA ARTOIS,
HEINEKEN,
SAPPORO
CAISSE, BOITE OU
CANETTES CONSIGNÉES
12/330-355 mL VOTRE
SÉLECTION EN MAGASIN
BEER

100 points
à l'achat de 2

21⁹⁹
à l'achat de 2 ou
à partir de 23,99 la caisse



Habitant
SOUPE AUX LÉGUMES
de légumes

Habitant
SOUPE AUX POIS

SOUPE PRÊTE-À-SERVIR
HABITANT
796 mL VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
HABITANT READY TO SERVE SOUP

2/5\$



bouteilles canettes

BIÈRE LABATT
BUD LIGHT,
MOLSON ULTRA
CAISSE, BOITE OU
CANETTES CONSIGNÉES
24/341-355 mL VOTRE
SÉLECTION EN MAGASIN
BEER

100 points
à l'achat de 2

2/68⁹⁸
ou à partir de
36,99 la caisse



Bear Paws
craquelés durs

OREO
Original

BISCUITS CHRISTIE
302/325 g & 200 g x 50 g, BARRÉS 250 g
D'OURS 330-480 g, VOTRE VARIÉTÉ
EN MAGASIN
CHRISTIE COOKIES

4⁹⁹



canettes

BIÈRE LABATT
BUDWEISER,
MOLSON COORS
LIGHT, SLEEMAN
CLEAR 2.0
CAISSE, CANETTES
CONSIGNÉES 30/355 mL
VOTRE SÉLECTION
EN MAGASIN
BEER

100 points

43⁹⁹



**COLLATION AUX
POMMES MIEUX-ÊTRE,
SELECTION
APPLE & VOTRE VARIÉTÉ
EN MAGASIN
LIFE SMART, SELECTION
APPLE SNACK**

1⁹⁹

toujours au prix minimum garanti!

lait régulier, format 4 L

produit d'ici



Beatrice
4 L

Québon
LOCAL
2%
4 L

Québon
LOCAL
0%
4 L

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 18 avril au mercredi 24 avril 2024 jusqu'à la fermeture. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si certaines marques de commerce de produits annoncés ne sont pas disponibles dans certaines régions, elles seront alors remplacées par une autre marque de commerce de même nature et d'un prix équivalent égal ou supérieur. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement. Consultez votre marchand pour connaître les heures d'ouverture. La circulaire affichée sur metro.ca prévaut sur les circulaires affichées sur des sites externes. Certains produits peuvent faire l'objet d'une écocontribution imposée par les municipalités. Détails en magasin et en ligne. Certaines conditions s'appliquent. Sous la présentation de la carte moi, l'attribution des points est calculée sur le montant total, avant taxes, et exclut les produits signalés dans les modalités du programme. Ne s'applique pas sur les points bonus. Disponible dans les magasins participants au programme moi. Points échangeables dans les magasins participants à partir d'un solde de 500 points (valeur de 4\$). Visitez programmemoi.ca pour connaître les conditions. moi est une marque de commerce de Metro Inc.

The advertised prices on these pages will be valid in your participating Quebec province Metro grocery stores from Thursday, April 18th to Wednesday, April 24th, 2024 until closing. We reserve the right to limit quantities. It is possible that in certain areas, the brand of certain products may not be available. It will then be replaced by a similar brand of equivalent or greater value. No sale to retailers. Photos for illustration purposes only. See your grocer for opening hours. The displayed flyer on metro.ca prevails on the flyers displayed on external websites. Some products may be subject to an eco-contribution imposed by the municipalities. Details in store and online. Certain conditions apply. Upon presentation of the moi card, points awarded are calculated on the total amount, before taxes, and exclude the products specified in the terms and 10 conditions of the program. Does not apply to bonus points. Available at stores participating in the moi program. Points redeemable at participating stores starting at a balance of 500 points (\$4 value). Visit programmemoi.ca for terms and conditions. Moi is a trademark of Metro Inc.

metro.ca

LIVRAISON GRATUITE

à l'achat de 3 produits participants*

CODE PROMO
LIVRAISON40



Magasinez maintenant

*Valable pour les magasins sélectionnés uniquement.
L'offre n'est pas disponible pour le service MPriorité ou la Livraison Express.



je les ajoute
dans l'appli ou avec
les bornes en magasin

Metro et moi je découvre mes 5 coupons* pour mon bien-être

*Certaines conditions s'appliquent. Détails sur les coupons et à programmemetro.ca

de la variété à griller



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
3.99 /lb

CÔTELETTES DE PORC B.B.O. DÉOSSÉES ASSAISONNÉES
FORMAT ÉCONOMIQUE
BONELESS SEASONED B.B.O PORK CHOPS, ECONOMIC PACK
8,80/kg



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
7.99 /lb

POITRINES DE POULET FRAIS DÉOSSÉES
PARFES, PACTES DE CUSSES DE POULET DÉOSSÉES, FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH BONELESS CHICKEN BREASTS, ECONOMIC PACK
17,61/kg



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
7.99 /lb

BOEUF HACHÉ EXTRA-MAIGRE
FORMAT ÉCONOMIQUE
EXTRA LEAN GROUND BEEF, ECONOMIC PACK
17,61/kg

BIFTECKS FRANÇAIS
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN, FORMAT ÉCONOMIQUE
FRENCH STYLE STEAKS, ECONOMIC PACK
22,02/kg



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
9.99 /lb



CÔTES DE DOS DE PORC FRAIS
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH PORK BACK RIBS, ECONOMIC PACK
15,41/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
6.99 /lb



CÔTELETTE DE VEAU DE GRAIN
FAMILLE FONTAINE
LOLLIPOP, ENV. 400 g
FONTAINE FAMILY GRAIN-FED VEAL CHOP
50,68/kg

22.99 /lb

portugais



DEMI-POULET PORTUGAIS ASSAISONNÉ
PORTUGUESE HALF CHICKEN
8,80/kg

3.99 /lb

sur le grill



BROCHETTES DE POULET EXCELDORN
320 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
EXCELDORN CHICKEN SKEWERS

9.99



CÔTELETTES D'AGNEAU CASA GRECQUE
CASA GRECQUE LAMB CHOPS
44,07/kg

19.99 /lb



SAUCISSES MERGUEZ D'AGNEAU OU BOEUF
MERGUEZ LAMB SAUSAGES
30,84/kg

13.99 /lb



BROCHETTES DE BOULETTES DE PORC
FORMAT ÉCONOMIQUE
PORK MEATBALLS SKEWERS, ECONOMIC PACK
17,61/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
7.99 /lb



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

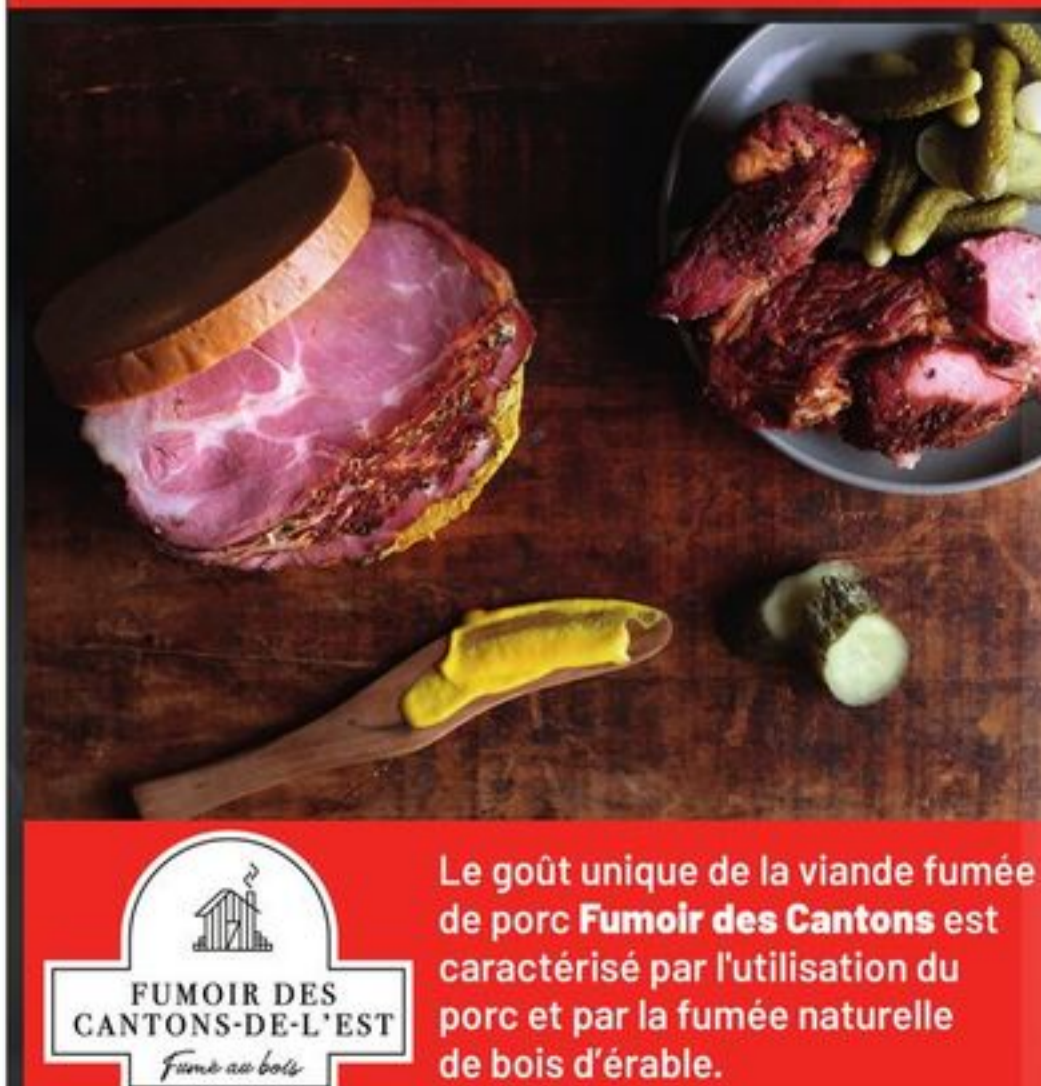
CUBES DE BOEUF BOURGUIGNON
4 FONDS, 4 BROCHETTES
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN, FORMAT ÉCONOMIQUE
BOURGUIGNON BEEF CUBES, ECONOMIC PACK

prix spécial
10.49 /lb
23,13/kg
prix membre
9.99 /lb
22,02/kg



ESCALOPES DE VEAU DE GRAIN FRAIS
FRESH GRAIN-FED VEAL SCALLOPI

prix spécial
15.99 /lb
35,25/kg
prix membre
14.99 /lb
33,05/kg



Le goût unique de la viande fumée de porc Fumoir des Cantons est caractérisé par l'utilisation du porc et par la fumée naturelle de bois d'érable.



Prêt-à-manger Ready to eat 500g 2 SACHETS POUCHES
CANDER RÉFRIGÉRÉ KEEP REFRIGERATED Proximité de viande Meat Proxim

14.99

produit d'ici

C'EST EXCLUSIF! chez metro

VIANDE FUMÉE DE PORC FUMOIR DES CANTONS DE L'EST 500 g FUMOIR DES CANTONS DE L'EST PORK SMOKED MEAT

consultez la recette de filet de porc de Martin Juneau sur metro.ca

6\$

POULET HACHÉ EXTRA MAIGRE MIEUX-ÊTRE
 BONE HACHED EXTRA MAIGRE, 450 g
 LIFE SMART EXTRA LEAN GROUND CHICKEN

4.99 /lb

OS À MOELLE CANOË
 CANOE HARBON BONE, 11,00/kg

6.99 /lb

FILETS DE PORC FRAIS
 FRESH PORK TENDERLOINS, ECONOMIC PACK, 15,41/kg

8.99 /lb

ROSETTES DE BOEUF
 NATURE OU ASSAISONNÉES, FORMAT ÉCONOMIQUE
 BEEF PINWHEELS, ECONOMIC PACK, 19,82/kg

4.99 /lb

SAUCISSES FRAÎCHES
 POUR VARIÉTÉS EN MAGASIN, FORMAT ÉCONOMIQUE
 FRESH SAUSAGES, ECONOMIC PACK, 11,00/kg

à partir de 9.99 /lb

CUISSE DE CANARD FRAÎCHE DU LAC BROME
 BROME LAKE FRESH DUCK LEG, 22,02/kg

9.99 /lb

SOUVLAKIS DE BOEUF, DE POULET, DE PORC, OU DE DINDE
 POUR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 BEEF, CHICKEN, PORK OR TURKEY SOUVLAKIS
 À partir de 22,02/kg

30 points

5.49

SAUCISSES FUMÉES HYGRADE
 450 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
 HYGRADE WIENERS

5.49

SAUCISSES PORC-BOEUF LAFLEUR
 P.T.T. BONHEUR, 375 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
 LAFLEUR PORK-BEEF SAUSAGES

8.49

VIANDES CUISINÉES MAPLE LEAF
 250 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
 MAPLE LEAF COOKED MEATS

9.99

PÂTES FRAÎCHES FARCIES OLIVIERI
 500-700 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
 OLIVIERI FRESH STUFFED PASTA

9.99

PÂTES PLAISIRS GASTRONOMIQUES
 SURGÈLES, 750-950 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
 PLAISIRS GASTRONOMIQUES FROZEN PIE

8.99

7.99

PÂTES IMPÉRIALES WONG WING
 SURGÈLES, 680 g, BOULEAUX DE PRINTEMPS 360-484 g, PIÈTES CHINOIS 400 g, RIZ FRAIS 500 g, DONNY'S PÂTES 124 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
 WONG WING FROZEN EGG ROLLS

gratuit

à l'achat de

11.99\$

PORC EFFILOCHÉ NATUREL MAPLE LEAF
 450 g, MAPLE LEAF NATURAL PULLED PORK

à l'achat de

11,99\$

FILET DE PORC MAPLE LEAF
 ÉCARLÉ CANADIEN 400 g, CUISSES DE POULET ROTISSÈRE CLASSIQUE 600 g, MAPLE LEAF COOKED PORK TENDERLOIN

ANNONCÉ À 11,99\$

steak coupe baseball mariné à la moutarde et miel

EXPERT BOUCHER

consultez la recette de Martin Juneau sur metro.ca

13.99 /lb

MÉDAILLONS DE HAUT DE SURLONGE
 COUPE BASEBALL
 TOP SIRLOIN MEDALLIONS, BASEBALL CUT, 30,84/kg

des fruits et légumes

bleuets jumbo



pour un temps limité

5⁹⁹

BLEUETS JUMBO
IMPORTÉS DU MEXIQUE, 274 g
JUMBO BLUEBERRIES

grosses mangues

GROSSES MANGUES ROUGES
GR NO
LARGE RED MANGOES

2/6\$



CHAMPIGNONS BLANCS ENTIERES BIOLOGIQUES
PRODUIT DU CANADA, 227 g
ORGANIC WHOLE WHITE MUSHROOMS

2/5\$
ou 2,99 l'unité



très sucrées

4⁹⁹

1,5 lb

CLÉMENTINES SUCRÉES ORRI
SAC 1,5 lb
ORRI SWEET CLEMENTINES

20 points

3⁹⁹

FRAMBOISES
PRODUIT DES É.-U. ET/OU IMPORTÉES DU MEXIQUE, CAT. No 1, 070 g
RASPBERRIES

gros citron

CITRON
GR 08
LEMON

99¢
ch.



gros céleri

15 points

2⁹⁹
ch.

CÉLERI
PRODUIT DES É.-U. ET/OU IMPORTÉ DU MEXIQUE, CAT. No 1, GR 24
CELERY



gros avocats

AVOCATS HASS
GR 16
HASS AVOCADOS

2/5\$



gros céleri

CAROTTES COUPÉES PELEES
PRODUIT DES É.-U., CAT. No 1, 340 g
PEELED BABY-CUT CARROTS

1⁹⁹



gros avocats

AVOCATS HASS
GR 16
HASS AVOCADOS

2/5\$



gros céleri

CAROTTES COUPÉES PELEES
PRODUIT DES É.-U., CAT. No 1, 340 g
PEELED BABY-CUT CARROTS

1⁹⁹



produits du Québec

produit d'ici



4⁹⁹ FRAISES DE SERRE
PRODUIT DU QUÉBEC,
CAT. No 1, 541 ml
HOTHOUSE STRAWBERRIES



2⁴⁹ GERMES DE HARICOT
PRODUIT DU QUÉBEC,
BEAN SPROUTS
5,49/1kg

gros céleri

POMMES DE TERRE PARISIENNES BARIL
PRODUIT DU QUÉBEC, 500 g
BARIL PARISHAN POTATOES

2/7\$



4⁹⁹ JUS ANTI-
500 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ANTI-JUICE



3⁹⁹ TOMATES BELLA
PRODUIT DU QUÉBEC,
CANADA No 1, 250 g
BELLA TOMATOES

gros céleri

MÉLANGES OU LAITUE CROQUANTE OU POUSSÉS LES FERMES GOODLEAF
PRODUIT DU QUÉBEC, 50-100 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
GOODLEAF MIX, CRISP LETTUCE OR MICRO GREENS

3⁹⁹



Première Moisson

miche campagnarde

paysan multigrain

carré au levain

grains germés

2/10\$
ou à partir de 5,49 l'unité
pains tranchés sélectionnés

BIO

PAIN TRANCHE
GRAINS GERMEES BIOLOGIQUES
PAYSAN MULTIGRAINS, BELGE
À L'ANCENNE, CARRÉ BLANC
AU LEVAIN, 500 g, MICHÉ
CAMPAGNARDE,
BLÉ ENTIER, 700 g
SLICED BREAD
Voir réduction sur
reçu de caisse

Première Moisson

TORSADES
4/75-80 g, BRIOCHES,
FEUILLETÉS, 4/90 g,
CHOCOLATINES, CROISSANTS,
4/60 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
TWISTS

à partir de 649

BAGUETTE FRANÇAISE
BAGUETTE CARAMEL, 325 g,
PARISIENNES 4/55 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
FRENCH BAGUETTE

à partir de 329

BISCUITS
10/25 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
COOKIES

599

CROISSANTS FOURRÉS
7/27 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
FILLED CROISSANTS

549

30 points

délices au citron

GÂTEAU AU FROMAGE
400 g, SAUTÉ À LA CREME 6/30 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CHEESECAKE

55 points

à partir de 1299

Inresistibles

GÂTEAU
540-750 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAKE

2099

cuits en magasin

DANDOISES
4/80-85 g, CROISSANTS 4/55 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
DANISHES

à partir de 479

30 points

Inresistibles

MINI GÂTEAU AU FROMAGE
13/30-35 g,
MINI MÔUSSES 300 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MINI CHEESECAKE

1099

Selection

TARTE SELECTION
CITRON-MERINGUE, 6/37 g,
SELECTION PIE

799

prix spécial

699

prix membre

CREVETTES TEMPURA IRRESISTIBLES
SURGÉLÉES, 340 g
IRRESISTIBLES TEMPURA SHRIMP

50 points

999

COURONNE DE CREVETTES BLANCHES DU PACIFIQUE IRRESISTIBLES
SURGÉLÉES, AVEC SAUCE COCKTAIL, 302 g
IRRESISTIBLES PACIFIC WHITE SHRIMP RING

999

Filets coupe classique À L'ANGLAISE

FILETS DE POISSON BLUE WATER
SURGÉLÉS, 480-725 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BLUE WATER FISH FILLETS

1299

RAMEN AKI SUSHI
SURGÉLÉ, 400 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
AKI SUSHI RAMEN

1399

600 g

1299

prix membre

poissons et fruits de mer

CREVETTES NORDIQUES DÉCORIÉES
NORTHERN SHRIMP
35,25/kg

1599

MOULES BLEUES CANADIAN COVE
907 g
CANADIAN COVE BLUE MUSSELS

699

aussi disponible

FILETS DE TILAPIA CHARNUS FRAIS
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH MEATY TILAPIA FILLETS, ECONOMIC PACK
24,23/kg

1099

FLOCONS DE GOBERGE À SAVEUR DE CRABE
CRAB FLAVOURED POLLOCK FLAKES
22,02/kg

999

50 points

FRÂCHEUR TRAÇABLE
DE LA PÊCHE À LA TABLETTE

SALADE FONTAINE SANTÉ
350-400 g, BRUSCHETTA 340 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FONTAINE SANTÉ SALAD

30 points

599

CRETONS NOREL
150 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
NOREL CRETONS

25 points

449

FROMAGE TRANCHE IRRESISTIBLES, MIEUX-ÊTRE
100-100 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES, LIFE SMART SLICED CHEESE

649

CLASSIQUE OK
190 g

899

190 g

799

prix membre

charcuterie, fromagerie et mets préparés

BOLOGNE OLYMEL
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
OLYMEL BOLOGNA
8,12/lb

10 points

179

RÔTI DE POITRINE DE POULET MAPLE LODGE
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MAPLE LODGE CHICKEN BREAST ROAST
19,01/lb

419

ÉMINCÉ DE JAMBON SELECTION
POITRINE DE BANC, 400 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION SHAVED HAM

à partir de 999

RILLETTES FAÇON LEMANS
PREMIÈRE MOISSON
PÂTE DE CAMPAGNE OU DE FINE, 250 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PREMIÈRE MOISSON LE MANS STYLE RILLETTES

549

découvrez nos produits de **crabe**



produit d'ici

Si la température le permet

SECTIONS DE CRABE DES NEIGES FRAIS 5 1/2 lb
FRESH SNOW CRAB SECTIONS 39,66/kg

17⁹⁹ /lb



visionnez la recette de **Martin Juneau**

vidéo

salade de crabe des neiges crémeuse avec melon d'eau et cantaloup



GUÉDILLE DE SALADE DE SIMILI CRABE SRIRACHA 105 g
GUEDILLE OF SRIRACHA IMITATION CRAB SALAD

3⁴⁹ ch.



SALADE DE SIMILI CRABE EPICE SRIRACHA
SPICY SRIRACHA SIMILI CRAB SALAD 22,02/kg

9⁹⁹ /lb



CRABE ROUGE TRUE NORTH SURGÈLE, CUIT, 200 g
TRUE NORTH RED CRAB

12⁹⁹



BEIGNETS DE CRABE IRRÉSISTIBLES SURGÈLES, STYLE MARYLAND, 227 g
IRRÉSISTIBLES CRAB CAKES

12⁹⁹



visionnez la recette

vidéo

essayez la nouvelle recette de grosses crevettes à la plancha de **Martin Juneau**



CREVETTES SAUVAGES D'ARGENTINE IRRÉSISTIBLES SURGÈLES, NON CUITES, PÈLES, DÉVÊLÉES, SANS OSER, 20-40 cm, 1 lb, 340 g
IRRÉSISTIBLES ARGENTINIAN WILD SHRIMP

10^{\$}

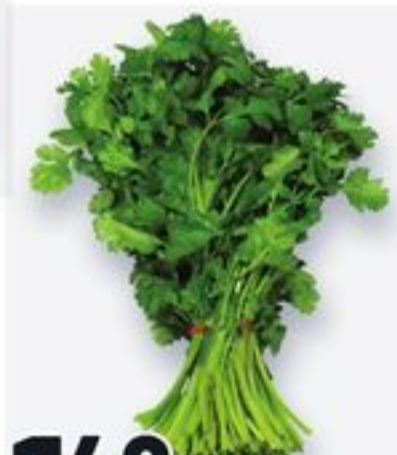


CŒURS DE LAITUE ROMAINE PRODUIT DES É. U. ET/OU IMPORTÉS DU MEXIQUE, 3 lb.
ROMAINE LETTUCE HEARTS

5⁹⁹



4/3^{\$} LIMES OR 175-182 LIMES



1⁴⁹ ch. CORIANDRE IMPORTÉE DU MEXIQUE CILANTRO



SAUCE SOYA SELECTION 450 ml, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION SOYA SAUCE

1⁹⁹



BEURRE DE SÉSAME TAHINI MIEUX-ÊTRE NATURALIA 340 g
LIFE SMART NATURALIA TAHINI SESAME BUTTER

3⁹⁹

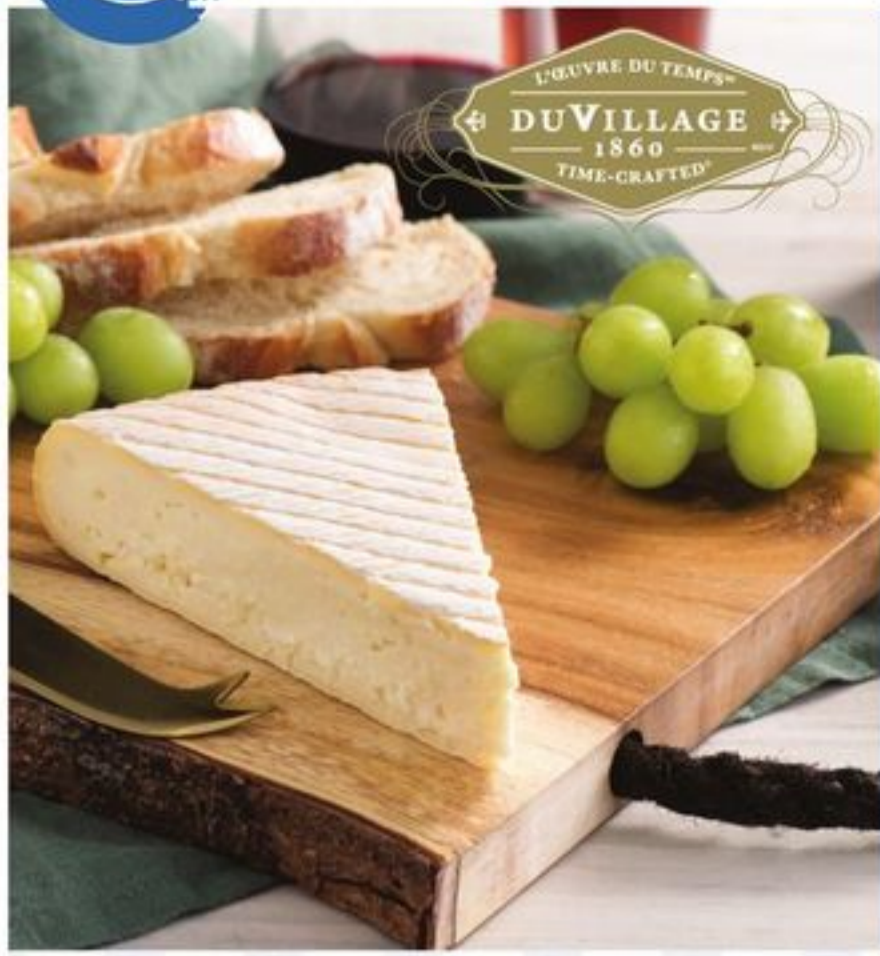


NOUILLES DE RIZ SELECTION 400 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION RICE NOODLES

3⁴⁹
prix membre **2⁹⁹**

produit
D'ICI

les fromages de la région des Laurentides



L'ŒUVRE DU TEMPS
DU VILLAGE
1860
TIME-CRAFTED

La fromagerie 1860 DuVillage offre des produits satisfaisants pour tous les palais et pour toutes occasions. Des fromages qui s'affinent au fil des jours et se dégustent selon vos préférences. Elle produit des fromages à pâte molle, des fromages à croûte lavée et des fromages à pâte ferme et demi-ferme.

La tentation de Laurier

Fromage à pâte molle et croûte lavée comportant une texture crémeuse. Lorsqu'il est jeune, il a une texture fouettée et devient tartinable, fondant avec une saveur de beurre très prononcée lorsqu'il est à point.

Maître Jules

Fromage à pâte molle fait de lait et de crème pasteurisés. Sa saveur est riche, intense et fruitée avec un arrière-goût de miel de fleurs. Ce fromage rend hommage à un ami proche des propriétaires de la Fromagerie 1860 DuVillage qui les conseillait sur leurs fromages.



LA TENTATION DE LAURIER DU VILLAGE 1860
125 g
DU VILLAGE 1860 LA TENTATION DE LAURIER CHEESE

8\$



MAÎTRE JULES DU VILLAGE 1860
DU VILLAGE 1860 MAÎTRE JULES CHEESE
19,46/lb

4.29
le 100 g

découvrez nos
pains plats
à votre
façon!

produit
D'ICI



MINI PITAS
BLANCS, 200 g
MINI PITAS

2/7\$



PITA
225 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PITA

3/5\$



TACOS DE RUE
240 g
STREET TACOS

3.79



TORTILLAS
564 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BURRITO STYLE TORTILLAS

5.49



TORTILLAS
ORIGINALES, 900 g
TORTILLAS

FORMAT
ÉCONOMIQUE
6.99



TORTILLAS
400 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
TORTILLAS

5.49

metrogo!
 économisez plus
 avec notre
 nouvelle sélection
 de la semaine!



obtenez
10%
 de rabais
 et plus sur produits
 sélectionnés

3 à 4
 portions
 par repas!



**macaroni
 à la viande**



**boulettes de
 veau à l'italienne**



**sandwichs et trio de
 salades du chef assortis**



**repas de
 poulet frit**



**casserole de
 poulet gratiné**

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT



**MARTIN JUNEAU,
 CHEF EXÉCUTIF METRO**

chef
**martin
 juneau**
 pour **metrogo!**

savourez une
**gamme
 gourmande
 et unique**

6 variétés

**SUPRÊME DE POULET
 AU PESTO**
 AVEC FUSILUS, CHOU FRAÎCE,
 AIL CONFIT ET TOMATES SÈCHES, 370 g
 PESTO CHICKEN BREAST



**FILET DE PORC BBQ
 À LA COREENNE**
 AVEC RUCI COLLANT ET BOK CHUY
 AU SÉSAME, 370 g
 KOREAN-STYLE BBQ PORK
 TENDERLOIN

**prix
 spécial**

11⁹⁹

**prix
 membre**

10⁹⁹



DUPLINGS AU POULET
 AVEC SHITAKES, BROCCOLIS, FEVES DE SOYA
 ET SAUCE ASIATIQUE, 300 g
 CHICKEN DUMPLINGS

4 variétés



PURÉE DE COURGE MUSQUÉE
 AVEC BEURRE NOISETTE, 350 g
 BUTTERNUT SQUASH

**prix
 spécial**

6²⁹

**prix
 membre**

5⁹⁹



**CONCASSÉ DE BETTERAVES
 CONFITES À L'ÉRABLE**
 AVEC AMANDES ET ZESTE D'AGRUMES, 350 g
 CHOPPED MAPLE BEET CONFIT



**PURÉE DE POMMES DE TERRE
 FAÇON ALIGOT**
 AVEC FROMAGE LE MIGNERON DE CHARLEVOIX, 350 g
 ALIGOT-STYLE MASHED POTATOES



ÉCRASÉ DE CAROTTES
 AU MIEL ET À L'HUILE DE CAMELINE, 350 g
 MASHED CARROTS

j'économise plus avec

moi



prix spécial
4.49

prix membre
3.99

BOUILLON CONCENTRÉ BOVRIL 250 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BOVRIL CONCENTRATED BROTH



prix spécial
4.99

SAUCE POUR PÂTES IRRÉSISTIBLES 450 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRÉSISTIBLES PASTA SAUCE

prix membre
4.49



prix spécial
7.99

MOUTARDE MAILLE 500 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MAILLE MUSTARD

prix membre
7.49



prix spécial
5.49

DENTIFRICE SENSODYNE 75-100 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SENSODYNE TOOTHPASTE

prix membre
4.99



prix spécial
4.69

JUS ROUGEMONT 8/200 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ROUGEMONT JUICE

prix membre
3.99



prix spécial
5.49

RIZ BEN'S ORIGINAL 400-405 g, SÉLECTION NATURELLE 315-397 g, BISTRO EXPRESS 490 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BEN'S ORIGINAL RICE

prix membre
4.79

prix spécial
5.49

prix membre
4.79



prix spécial
7.49

prix membre
6.99

MIEL SELECTION IRRÉSISTIBLES NATURELLES, 500 g
STEPANO PATA D'ARTISANAGE NOISETTES-CACAO 375 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION HONEY



prix spécial
5.49

YOGOURT À BOIRE CLASSIQUE LIBERTÉ 1 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LIBERTÉ CLASSIC DRINKABLE YOGURT

prix membre
4.99



prix spécial
5.49

prix membre
4.99



prix spécial
3.49

prix membre
2.99

NOUILLES DE RIZ SELECTION 400 g, HUILE DE SÉSAME PURE 185 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION RICE NOODLES



prix spécial
13.49

SOUS-MARINS GARNIS DE VIANDES FROIDES 720 g, FORMAT ÉCONOMIQUE
SUBMARINE FILLED WITH COLD CUTS, ECONOMIC PRICE

prix membre
12.99



prix spécial
8.49

prix membre
7.99

RONDINES DE SAUCISSE À DÉJEUNER SCHNEIDERS SURGÉLÉES, MINI-SIZZLERS, 375 g
SCHNEIDERS FROZEN BREAKFAST ROUNDS



prix spécial
6.99

SAUCE PESTO LEGRAND 170 g, SAUCE CHIMICHURRI 156 g
SAUCE PÂTE À CHEESEZEEZ 227 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LEGRAND PESTO SAUCE

prix membre
6.49



prix spécial
6.49

prix membre
5.99

PAIN CARRÉ PREMIÈRE MOISSON AUX CANNELIÈRES, 575 g
PAIN DE CAMPAGNE TRANCHE 950 g
PREMIÈRE MOISSON SQUARE BREAD



prix spécial
3.29

JAMBON MÈRE MICHEL MAPLE LEAF VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MAPLE LEAF MÈRE MICHEL SMOKED HAM

prix membre
2.79



prix spécial
14.99

prix membre
13.99

PLATEAU DE FRUITS OU DE LÉGUMES 800 g-1.2 kg, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FRUIT OR VEGETABLE PLATTER



prix spécial
4.99

POMMES SWEETANGO PRODUIT DU QUÉBEC, CANADA DE FANTASIE, 2 lb
SWEETANGO APPLES

prix membre
3.99

préparez vos matinées

YOGURT ACTIVIA
1275-1450 g, 4 saveurs YOGURT FRET 450-750 g
YOGURT 450 g, 100% VANILLES EN MAGASIN
ACTIVIA YOGURT

5.99



BOISSON RÉFRIGÉRÉE SO NICE
1,75 L, EARTH'S OWN BOISSON À L'AVOINE, AMANDES, 1,75-1,89 L
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SO NICE REFRIGERATED DRINK

prix spécial 4.49
prix membre 3.99



TARTINADE ST-DALFOUR
225 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ST-DALFOUR SPREAD

4.99

PAIN À SANDWICH SELECTION
675 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION SANDWICH BREAD
Voir réduction sur page de caisse

économisez 2\$ à l'achat 2 points



LAIT PURIFILTRE LACTANTIA
NATREL, FINEMENT FILTRÉ, 1 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LACTANTIA PURIFILTRÉ MILK

2.99

LAIT AU CHOCOLAT QUÉBON, SEALTEST, BEATRICE
NATREL LAIT AROMATISÉ, 1 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
QUÉBON, SEALTEST, BEATRICE, CHOCOLATE MILK

2.99



Kashi
7 céréales avec quinoa
Biscuits de céréales

3.49

BARRES GRANOLA OU DE CÉRÉALES
KASHI KELLOGG'S
175-200 g, SPECIAL K BARRES
TENDRES 145 g, RICE KRISPIES
BARRES 170 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
KELLOGG'S KASHI GRANOLA
OU CÉRÉAL BARS

4.99

MÉLANGE À MUFFINS QUAKER
A BISCUITES, 100%
FARINE D'AVOINE 700 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
QUAKER MUFFIN MIX

25 points



JUS D'ORANGE RÉFRIGÉRÉ SIMPLY
2.5 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SIMPLY REFRIGERATED ORANGE JUICE

7.49

CAFÉ MOULU NABOB TRADITION
175 g, BARISTA 475-490 g,
BRÛLÉES FAVORI CAFÉ EN
GRAINS 700-900 g, MAXWELL
HOUSE, BARISTA CAPSULES
DE CAFÉ, 8-CUP 30 ml,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
NABOB TRADITION
GROUND COFFEE

18.99



OEUFs BLANCS SELECTION
NUTRI, BURNBAKE, CALIBRE
EXTRA GROS, NUTRI,
NATURBOOP, OEUFs BRUNS,
CALIBRE GROS, OUIZ,
SELECTION WHITE EGGS

4.59

CÉRÉALES POST-WEETABIX
VOIR FORMES ET VARIÉTÉS
EN MAGASIN
POST-WEETABIX CEREAL

3.99



TOASTER STRUDEL PILLSBURY
SOURCELLES, 326 g,
TOASTER SCRAMBLES 204 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PILLSBURY TOASTER STRUDEL

15 points
2.99

PÂTE RÉFRIGÉRÉE PILLSBURY
A BISCUITS, BROCHES,
FEUILLETES,
CHAUSSETTES, 283-406 g,
CROÛTES À TARTES 400 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PILLSBURY REFRIGERATED DOUGH

3.99



FROMAGE RÂPÉ SELECTION
325 g, IMMÉSITABLES 226 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION SHREDDED CHEESE

5.99

prix spécial 3.49
prix membre 2.99



SAUCE À PIZZA GATTUSO
SAUCE À LA SAIGNE,
398 ml
GATTUSO PIZZA SAUCE

15 points
2.99

COULIS DE TOMATES IRRESISTIBLES
PASSATA, 490 ml
IRRESISTIBLES
STRAINED TOMATOES

2.99



PÂTES ALIMENTAIRES CATELLI
900 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CATELLI PASTA

4.49

FROMAGE SELECTION
226 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION CHEESE

179

SOUPE CAMPBELL'S
226 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAMPBELL'S SOUP



SWISS SUISSE
MOZZARELLA

4.49

FROMAGE SELECTION
226 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION CHEESE

179

SOUPE CAMPBELL'S
226 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAMPBELL'S SOUP



PELLICULE MOULANTE SELECTION
60 ml, PAPIER PARCHEMIN 10 ml,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION PLASTIC WRAP

2.99

MÂIS ÉCLATÉ ANGIE'S BOOM CHICKA POP
136-198 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ANGIE'S BOOM CHICKA POP POPCORN

3.99



CROUSTILLES MISSVICKIE'S
175 g, CROUSTILLES 150 g, LAYS
425 g, TOUSTIERS SAUCE SALSA
628-645 ml, CROUSTILLES
TORTILLA 200-400 g,
DORITOS 270 g,
CHÉTTES AMUSE-QUELLE
390 g, MUNCHIES 425 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MISS VICKIE'S POTATO CHIPS

5.49

POMMES DE TERRE SELECTION
540 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION POTATOES

1.99



BOISSON NON ALCOOLISÉE
CHERRY RIVER
CANETTES CONSIGNÉES
6,755 ml
CHERRY RIVER
NON-ALCOHOLIC DRINK

12.99

BOISSON RÉFRIGÉRÉE BIOLOGIQUE
KOMBUCHA RISE
RISE BOTANICALS, 414 ml,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
KOMBUCHA RISE ORGANIC
REFRIGERATED DRINK

3.49



GOÛTER AU POUSSIN KOZY SHACK
424 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
KOZY SHACK PUDDING SNACK

3.49

PIZZA Pochettes McCaïn
SOURCELLES, Pochettes de
40 g, 100 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
McCaïn PIZZA Pockets

7.99



CRISPY MINIS OQUAKER
90-199 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
OQUAKER CRISPY MINIS

15 points

2⁹⁹

découvertes du
printemps

CRAQUELINS GOLDFISH
PEPPERIDGE FARM
150-227 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PEPPERIDGE FARM GOLDFISH CRACKERS

3⁷⁹

2⁹⁹

BARRES GO PURE LECLERC
140-160 g, BARRES AU GRAND 175 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LECLERC GO PURE BARS

3⁹⁹

BARRES MUFFINS
VAL NATURE
125 g, BARRES GRANOLA 122 g,
BETTY CRACKER DONNAKARIS,
BOCCOTTI 164 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
NATURE VALLEY MUFFIN BARS

11⁹⁹

BARRES GRANOLA
BIOLOGIQUE
MADE GOOD
340 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
MADE GOOD
ORGANIC
GRANOLA BARS

15 points

6⁹⁹

CAFÉ INSTANTANÉ
McCAFÉ
100 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
McCAFÉ INSTANT COFFEE

5⁹⁹

CRÉMIER À CAFÉ
NATREL
1 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
NATREL COFFEE CREAMER

19⁹⁹

CAPSULES DE CAFÉ
LAVAZZA
1-CUP 30 ml,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LAVAZZA COFFEE CAPSULES

4⁴⁹

FROMAGE À LA
CRÈME RIVIERA
ORIGINAL, 240 g
RIVIERA CREAM CHEESE

2/5⁵⁰

BOISSON ÉNERGISANTE
CELSIUS
CANETTE CONSIGNÉE
350 ml, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
CELSIUS
ENERGY DRINK

2/5⁹⁹

BOISSON BIOLOGIQUE
ROAR
332 ml, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
ROAR
ORGANIC DRINK

2⁴⁹

EAU AROMATISÉE
BAI
530 ml, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
BAI FLAVOURED WATER

12⁴⁹

CÉRÉALES
GRANOLA
LA FOURMI
500 g, NUTBROWN 510 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LA FOURMI GRANOLA CEREAL

4⁹⁹

SIROP DE
TABLE SIRUP
SAVEUR D'ÉRABLE, 500 ml
SIRUP TABLE SYRUP

4⁹⁹

BONBONS
JUICEE DARE
500-700 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
DARE JUICEE CANDIES

3⁴⁹

BONBONS
GUMMIES
NERDS
142 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
NERDS
GUMMIES CANDIES

3/10⁹⁹

CHOCOLAT
FERRERO
RÖCHER
90 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
FERRERO RÖCHER
CHOCOLATE

3⁷⁹

CRAQUELINS
TRISCUIT CHRISTIE
105-200 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
CHRISTIE TRISCUIT CRACKERS

5⁹⁹

OLIVES
FARCIES
MANZANILLA
UNICO
750 ml
UNICO MANZANILLA
STUFFED OLIVES

5⁴⁹

PESTO
DECECCO
ALLA
GENOVESE CON
PARMIGIANO,
700 g
DECECCO PESTO

10⁹⁹

SAUCE
POUR
PÂTES
RAO'S
640 ml, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
RAO'S PASTA
SAUCE

4²⁹

SALADE DE THON
CLOVER LEAF
160 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
CLOVER LEAF TUNA SALAD

3⁴⁹

THON PÂLE
CLOVER LEAF
DANS L'HUILE D'OLIVE, 142 g
CLOVER LEAF LIGHT TUNA

4⁹⁹

RIZ MÉLANGÉ
DAINTY
450 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
DAINTY MIXED RICE

4⁹⁹

KIMCHI
HAIKU
CHOU NAPPAL FERMENTÉ
NOTER, 275 g
HAIKU KIMCHI

3⁹⁹

VINAIGRETTE
LE GREC
350 ml, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
LE GREC SALAD
DRESSING

5⁷⁹

SAUCE
MAISON ORPHÉE
250 ml, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
MAISON ORPHÉE SAUCE

3⁹⁹

SAUCE
BLUE
DRAGON
330 ml, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
BLUE DRAGON SAUCE

ÉCONOMISEZ 60 \$

*15\$ de rabais sur vos 4 premières commandes. Certaines conditions s'appliquent. Détails sur metro.ca.

CODES PROMO
FRAIS1
FRAIS2
FRAIS3
FRAIS4

metro.ca
MON ÉPICERIE EN LIGNE

C'EST NOUVEAU!
chez metro

PRÊTES EN 5 MINUTES

3⁹⁹ POMMES DE TERRE QUICK CRISP CAVENDISH
SINGELLES, 600 g, BONDILLES
D'ORDONS 400 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN

**UN VRAI BON GOÛT,
UN PRIX ENCORE MEILLEUR**

2⁹⁹ POMMES DE TERRE CAVENDISH
SINGELLES, 600 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN

3⁹⁹

POMMES DE TERRE CAVENDISH
SINGELLES, 600 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN

REMPLISSEZ VOTRE CONGÉLATEUR DE POSSIBILITÉS

Metro et **moi**

VAN HOUTTE

En partenariat avec **VAN HOUTTE**

25 000 \$
seront remis à la
Fondation Centraide

1 \$ de rabais*
avec l'achat de
certains produits*
Van Houtte

VAN HOUTTE
MÉLANGE DE LA MAISON
30 CAPSULES, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
19⁹⁹

VAN HOUTTE
CAFÉ MOULU
COLOMBIEN MI-NOIR
908 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
19⁹⁹

VAN HOUTTE
MÉLANGE DE LA MAISON
10 CAPSULES, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
8⁹⁹

* Les produits participants comprennent tous les emballages de 10 capsules K-Cup®, de 30 capsules K-Cup® et de café moulu 908 g Van Houtte®.
* Obtenez 100 \$ de rabais en présentant votre carte Moi ou votre application Moi Metro lors de l'achat d'un produit participant. Le coupon devra avoir été sélectionné dans votre application ou sur metro.ca avant votre passage à la caisse. Réservez uniquement aux résidents du Québec qui sont membres du programme Moi. L'offre débute le 25 mars 2024 à 00h01 (heure de l'EST) et se termine le 24 avril 2024 à la fermeture des magasins participants. L'offre est valable dans les magasins Metro et Metro Plus participants du Québec et sur metro.ca. Limite d'un coupon par membre.

**DES PRODUITS
FABRIQUÉS
AU QUÉBEC
QUI SONT SANS
PLASTIQUE**



6⁹⁹ 6⁹⁹ 6⁹⁹

Essaie-tout
Bonterra®
3 rouleaux Mega =
6 rouleaux simples

Papier hygiénique
Bonterra®
6 MEGA =
24 rouleaux

Papiers-mouchoirs
Bonterra®
3 boîtes Mega =
6 boîtes simples

™ FABRIQUÉ AU CANADA AVEC DES MATÉRIELUX CANADIENS ET IMPORTÉS. *LES ÉMISSIONS PROVENANT DE LA FABRICATION DE CE PRODUIT SONT COMPENSÉES PAR LE RETRAIT DE CRÉDITS CARBONE VÉRIFIÉS. † FABRIQUÉ À PARTIR DE PAPIER 100 % RECYCLÉ AVEC AU MOINS 80 % DE MATÉRIELUX POSTCONSOMMATION. MARQUES DÉPOSÉES DE PRODUITS KRÜGER INC., 2024. Visitez www.lvbonterra.com pour plus de détails.

**RELEVEZ
LE DÉFI
ACTIVIA
SANTÉ DIGESTIVE**

7 ACTIVIA
PAR JOUR pendant 14 JOURS



333
ACTIVIA®
650 g, 2750 g, 625 g

Contenue dans 3 Activia® avec leur probiotique 3 souches, vous obtenez 333 milliards de probiotiques par jour. Les probiotiques sont des micro-organismes vivants qui peuvent améliorer la santé digestive. Consultez votre médecin avant d'utiliser des probiotiques. Les probiotiques ne remplacent pas un régime alimentaire sain et équilibré. © 2024 Danone Waters of North America. Tous droits réservés.

COMMENCEZ
LA JOURNÉE
AVEC Silk

C'EST NOUVEAU!
NEW FLAVORS

DANS VOTRE
SMOOTHIE

DANS VOTRE
CAFÉ

4⁹⁹



SILK™
500 g, 625 g, 650 g,
BARISTA 946 ml

delight
ESSAYEZ LA
MOUSSE FROIDE
DANS VOTRE CAFÉ

C'EST NOUVEAU!
NEW FLAVORS

5⁷⁹

INTERNATIONAL
DELIGHT™
296 g



pour des
après-midi
savoureux

5⁷⁹

INTERNATIONAL
DELIGHT™
946 ml



INFUSE LENTEMENT
POUR UN
**GOÛT
AUDACIEUSEMENT
VELOUTÉ**
6⁹⁹
STÖK™
1,42 L



Activia® employé sous licence. © 2024 Danone Waters of North America.
Silk™ International Delight™, Silk™ employé sous licence. © 2024 WhiteWave Services, Inc.
Tous droits réservés.

multipliez vos économies

RIZ INSTANTANÉ DAINTY
250 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
DAINTY INSTANT RICE
2/4 50

DAINTY PILAF
1.5 kg, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
1.5 kg, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
2/6 \$

JUS DE TOMATE SELECTION
1.5 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION TOMATO JUICE
2/6 \$

JUS DE TOMATE SELECTION
1.5 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION TOMATO JUICE
2/6 \$

MÉLANGE À SOUPE LIPTON, KNORR
2 EN 1, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
LIPTON, KNORR SOUP MIX
2/5 \$

OLIVES SELECTION
375-390 mL, OUVRES SUCRES MARINÉS
375 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION OLIVES
2/5 \$

BISCUITS DARE
MAXI FRUITS, NORMANDIE, MEXICO, 280-300 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
DARE COOKIES
2/7 \$

CRAUQUELINS REBON
150 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
REBON CRACKERS
2/7 99

AMUSE-GUEULE HUMPTY DUMPTY
250-290 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
HUMPTY DUMPTY SNACKS
2/8 50

CROUSTILLES TORTILLA BIOLOGIQUES QUE PASA
150-200 g, COQUILLES 100 g, SAUCE SALSA 450 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
QUE PASA ORGANIC TORTILLA CHIPS
2/8 \$

BOISSON MINUTE MAID
SINGELETTE, CONCENTRÉE, MÊLE CENDRE 225 mL, BACCARON ALLONGEUR 250 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
MINUTE MAID DRINK
2/4 \$

MÉLANGE À SAUCE ST-HUBERT, FINE CUISINE
20-27 g, PACINI 45-52 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
ST-HUBERT, FINE CUISINE SAUCE MIX
3/5 \$

GÂTIÈRES POUR CHIENS PEDIGREE
140-171 g, BISCUITS POUR CHIENS 500-600 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
PEDIGREE DOG TREATS
2/10 \$

NOURRITURE POUR CHATS PERFECT PORTIONS WHISKAS
75 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
WHISKAS PERFECT PORTIONS CAT FOOD
3/4 \$

LÉGUMES SELECTION, IRRESISTIBLES MIEUX-ÊTRE
340-390 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION, IRRESISTIBLES LIFE SMART VEGETABLES
3/5 \$

MACÉDOINE légumes
390 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
3/5 \$

EN CRÈME MAÏS
390 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
3/5 \$

PEPSI, 7-UP
CASSIS, CANETTES CONSIGNÉES 12/355 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SOFT DRINK
2/15 \$

7up
PEPSI
ou 8,49 l'unité

produits du Québec

produit d'ici

NOIX MÉLANGÉES PRANA
150 g, CHOC CHOC BOUCHÉES, CROQUANTES 125 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
PRANA MIXED NUTS
4 99

ÉPICES PAT BBO
125-175 g, SAUCE B.B.O 250 mL, LA POCHER BLEUE ÉPICES 170 g, SAUCE B.B.O 250 mL, VITAL ÉPICES 140-170 g, CONDIMENTS 200 mL, SAUCE MAÏS/SAUCE 150 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
PAT BBO SPICES
7 99

MILLEFEUILLE ST-HUBERT
SOURCELÉE, 500 g, TARTÉ AU SUCRE CLASSIQUE 800 g, ST-HUBERT MILLEFEUILLE
9 99

CRÈME GLACÉE COATCOOK
GOURMET, 1.5 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
COATCOOK ICE CREAM
5 99

PÂTE À SANDWICH PARIS PÂTE
78 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
PARIS PÂTE SANDWICH SPREAD
2 49

FÈVES AU LARD CLARK
390 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
CLARK PORK 'N BEANS
1 99

MAÏS SOUFFLÉ BAD MONKEY
300 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
BAD MONKEY POPCORN
3 79

NOIX MÉLANGÉES KRISPY KERNELS
NOIX DE CAJOU, AMANDES, 225-290 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
KRISPY KERNELS MIXED NUTS
6 99

NOURRITURE POUR CHATS LILY-JAX
1.4 L, 1.6 kg, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
LILY-JAX CAT FOOD
14 99

REPAS TEXTURÉ POUR BÉBÉ BELOV
SINGELETTE, 125-150 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
BELOV TEXTURED BABY MEAL
7 99

SMOOTHIE EVIVE
SOURCELÉE, 405 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
EVIVE SMOOTHIE
9 99

EAU DE SOURCE GAZEIFIÉE MONTELLIER
1 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
MONTELLIER CARBONATED SPRING WATER
1 29

JUS OASIS
AROMATISÉ, 1.5 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
OASIS JUICE
4 49

PIZZA RESTO PIZZ
SOURCELÉE, 560-850 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
RESTO PIZZ PIZZA
8 49

LA CAGE 40 ANS ÇA SE FÊTE

BIÈRE LA CAGE
CANETTES CONSIGNÉES 4,473 mL, VOS SÉLECTION EN MAGASIN
LA CAGE BEER
12 40

mieux choisir
mieux vivre

options saines pour votre garde-manger

SEL BIOLOGIQUE
HERBAMARE
25 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
HERBAMARE ORGANIC SALT

3 49



CUBES DE
BOUILLON
BIOLOGIQUE
GO BIO!
54 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
GO BIO! ORGANIC
BOUILLON CUBES

3 49



SAUCE POUR PÂTES
BIOITALIA
330-376 mL, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
BIOITALIA PASTA SAUCE

4 99



3 99 LEVURE MOULIN
ABENAKIS
MOULIN ABENAKIS YEAST



6 99 CHAPELURE
MIEUX-ÊTRE
SANS GLUTEN, 500 g
LIFE SMART BREAD CRUMBS



5 99 ROULÉS AUX
FRUITS BEAR
100 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
BEAR FRUIT ROLLS



5 79 EAU DE COCO
THIRSTY
BUDDHA
1 L, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
THIRSTY BUDDHA
COCONUT WATER



2 19 MÉLANGE
À SAUCE
BIOLOGIQUE
SIMPLY
ORGANIC
MÉLANGE
D'ASSAISONNEMENT,
24-32 g,
VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
SIMPLY ORGANIC
ORGANIC SAUCE MIX



8 49 HUILE
D'AVOCAT
CHOSEN
FOODS
250 ml
CHOSEN FOODS
AVOCADO OIL



3 49 VINAIGRE
DE CIDRE
DE POMME
MIEUX-ÊTRE
BIO, 500 ml
LIFE SMART
APPLE CIDER VINEGAR



2 / 6 \$ PÂTES
ALIMENTAIRES
BIOLOGIQUE
MIEUX-ÊTRE
454 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
LIFE SMART
ORGANIC PASTA



2 / 3 \$ CRAQUELINS DE
RIZ MIEUX-ÊTRE
100 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
LIFE SMART RICE CRACKERS



2 / 4 50 JUS DE POMMES
BIOLOGIQUE
MIEUX-ÊTRE
1 L, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
LIFE SMART ORGANIC
APPLE JUICE

Profitez de
nos produits
santé à
petits prix!

prendre soin de la terre!



12 49 SACS
COMPOSTABLES
GLAD
44 un., à ordures
20-60 un., INTÉRIEUR
100 un., VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
GLAD COMPOSTABLE BAGS



4 49 SACS À SANDWICHES
SELECTION ECO
COMPOSTABLES, 30 un.
SELECTION ECO
SANDWICH BAGS



1 99 DÉTERGENT POUR LA
VAISSELLE SELECTION,
ECO
599-628 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION, ECO DISHES DETERGENT



3 99 NETTOYANT
TOUT USAGE
SELECTION ECO
590 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION ECO
ALL PURPOSE CLEANER



11 99 DÉTERGENT
POUR LA
LESSIVE
ATTITUDE
2 L, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
ATTITUDE LAUNDRY
DETERGENT



2 / 5 \$ NETTOYANT
DE CUVETTE
SELECTION,
ECO
730 mL DE
SAUCE DE SAIN
440 mL À VITRES
500 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
SELECTION, ECO
TOILET BOWL
CLEANER



4 29 VAISSELLE
COMPOSTABLE
SELECTION ECO
12-15 un., GOBULETS 20-40 un.,
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION ECO
COMPOSTABLE TABLEWARE



2 / 5 \$ USTENSILES
COMPOSTABLES
SELECTION ECO
24 un., PAILLES 50 un.,
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION ECO
COMPOSTABLE UTENSILS

le 22 avril est
**le jour
de la Terre**
Visant à sensibiliser le monde entier à
la protection de l'environnement ainsi que
leur impact sur celle-ci.

EXPO

MANGER SANTÉ ET VIVRE VERT

2024

Venez nous voir les **20 et 21 avril prochain** au Centre des congrès de Québec
Kiosque 119-120

20 avril

**Démo
culinaire**
et présence
de Loonie à
notre kiosque.



20 avril

**Démo
culinaire**
et présence de
Martin Juneau
à notre kiosque.



**Dégustation
de son fameux
Tofu Magique**



**Dégustation
d'une nouvelle
recette de
Brownies**



Dégustation de produits



ORGANIC
BIOLOGIQUE



Photos à titre indicatif seulement, certaines variétés pourraient ne pas être en dégustation. Pour en savoir plus, visitez expomangersante.com

Pour en savoir plus,
visitez expomangersante.com

mon guide
**mieux choisir
mieux vivre**
metro

3 façons faciles
de repérer
vos produits



en magasin
Recherchez
les étiquettes
vertes.

BASE DE
PLANTES

Sans OGM
Sans gluten
Protéines végétales

GLUTEN

en ligne

Utilisez les filtres
correspondants
dans la
circulaire ou
sur l'épicerie
en ligne.

metro.ca

SUR L'APPLI



Balayez le
code-barres
d'un produit
avec l'appli
**m mon
metro**
pour connaître
les attributs.

Voir tous les détails du guide sur metro.ca