

Metro et moi **cette semaine**

75 points
à l'achat de
50\$ et +*

400 points
à l'achat de
150\$ et +*

150 points
à l'achat de
100\$ et +*

m

mon épicier

**bonne fête
maman**



Gaspésie

HOMARD VIVANT
ENV. 1 LB À 1 1/4 LB
LIVE LOBSTER
17,09/kg

7 75
/lb

3X
vos points



Si la température le permet

5\$ de rabais

à l'achat d'une caisse de 12 bières Stella Artois et de homard vivant ou cuit un coupon par achat, par visite



CRÈME GLACÉE
COATICOOK
2 L. VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
COATICOOK ICE CREAM



produit d'ici

4 77



1 77

FRAISES
PRODUIT DES É.-U., CAT. No 1, 454g
STRAWBERRIES



100% CANADIEN



Si la température le permet

FRÂCHEUR TRACABLE
DE LA PÊCHE À L'ASSIETTE

9 99
/lb

FILET DE SAUMON ATLANTIQUE FRAIS
SANS ARÊTES, FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH ATLANTIC SALMON FILLET,
ECONOMIC PACK
22,02/kg



EXPERT BOUCHER

BIFTECK OU RÔTI DE CONTRE-FILET
CAT. «A» OU SUPÉRIEURE, FORMAT ÉCONOMIQUE
STRIP LOIN STEAK OR ROAST, ECONOMIC PACK
19,58/kg

8 88
/lb



produit d'ici

FROMAGE SELECTION
400 g, MOYEN-ÉTRÉ 375 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION CHEESE

3 97

Du jeudi 9 mai au mercredi 15 mai 2024 From Thursday to Wednesday May 9th - May 15th, 2024

offrez-lui des fleurs **qualité fleuriste**



BOUQUET 12 ROSES
TIGE DE 50 CM AVEC VERDURE
12 ROSES BOUQUET
24⁹⁹ ch.

50 cm



CÔTES DE DOS DE PORC FRAIS
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH PORK BACK RIBS,
ECONOMIC PACK
8,80/kg

3⁹⁹ /lb

repérez cet icône en magasin et économisez!



POITRINE DE BŒUF ENTIÈRE DÉOSSÉE
BONELESS WHOLE BEEF BRISKET
11,00/kg

4⁹⁹* /lb



CÔTES DE DOS DE PORC CUITES IRRESISTIBLES
600 g, PLAISIRS GASTRONOMIQUES 740 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES COOKED PORK BACK RIBS

8⁹⁹

FROMAGE
AGROPOL, ALEXIS DE PORTNEUF,
BALDERSON, BELLA CASARA,
BOURSON, CHAMPAGNE, DU VILLAGE 1860,
IRRESISTIBLES ARTISAN, LA FERONNIER,
L'EXTRA, MONSIEUR GUSTAF,
MADAME LOÛL, PERRON, RANG 9,
125-200 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CHEESE

3/18\$ ou 7\$ l'unité



1⁹⁹
GRAUQUELINS DARE
BRETON FROMAGE CRACKS, VINTA, ARTISAN, 132-225 g, BISCUITS 290-300 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
DARE CRACKERS



JAMBON FUMÉ
SELECTION
SANS GLUTEN, 875 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION SMOKED HAM

7⁹⁹



4⁷⁷

FRIANDISES GLACÉES IRRESISTIBLES
4-5/55-88 ml, SORBET 940 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES FROZEN TREATS



CROISSANTS 100 % BEURRE
70/75 g
100% BUTTER CROISSANTS

5⁹⁹



TARTE
750 g-1 kg, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PIE

7⁹⁹



Jusqu'à **25%** de rabais

VIN ROUGE, BLANC OU ROSÉ
750 ml-1 L, VOIR SÉLECTION EN MAGASIN
RED, WHITE OR ROSE WINE



PIZZA CROÛTE MINCE GUSTO ITALIANO IRRESISTIBLES
SORBÉE, 340-390 g, IRRESISTIBLES ÉTIRÉE À LA MAIN 340-380 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES GUSTO ITALIANO THIN CRUST PIZZA

3³³

* CETTE OFFRE EST DISPONIBLE DANS LES METRO ET METRO PLUS DES RÉGIONS DU QUÉBEC EXCEPTÉ MONTRÉAL ET LAVAL.

fêter maman en grand

consultez la recette du filet de porc au citron et à l'anis
cliquez ici



349 /lb

FILETS DE PORC FRAIS
NATURE OU ASSAISONNÉS
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH PORK TENDERLOINS
ECONOMIC PACK
7,69/kg

qualité supérieure 10 po



revient à **12\$**
ch. à l'achat de 3 ou 13,99 ch.

3X vos points

panier fleuri
bouquet
PRODUIT DU QUÉBEC
BLOOMING BASKET

POIVRONS ROUGES, ORANGE OU JAUNES DE SERRE
PRODUIT DU CANADA
HOTHOUSE RED, ORANGE OR YELLOW PEPPERS
3,90/kg



177 /lb

BIO **277** /340 g



177

TOMATES RAISINS OU MÉLANGEES DE SERRE
PRODUIT DU QUÉBEC, 283 g DU MINI CONCOMBRES
PRODUIT DU QUÉBEC, 397 g
SMALL TOMATOES OR BABY CUCUMBERS



599

C'EST EXCLUSIF! chez metro



CUISSES DE CANARD CONFITES LAC BROME
330 g
BROME LAKE CONFIT DUCK LEGS
1599

LAC BROME



CAFÉ INSTANTANÉ NESCAFÉ
TASTER'S CHOICE, 100-170 g, NESCAFÉ GOLD 90-100 g, CRÉMEUX ET SUCRÉ 70-80 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
NESCAFÉ INSTANT COFFEE
30 points
599



FROMAGE À LA CRÈME PHILADELPHIA
227-250 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
PHILADELPHIA CREAM CHEESE
25 points
499

produit d'ici



PAIN TRANCHÉ POM
CLUIR, NATURE - MÉNAGE, 650-675 g, PAINS À HAMBURGER OU À HOT-DOG 4-8 UN., VILLANOVA 1-6 UN., VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
POM SLICED BREAD
Voir réduction sur reçu de caisse
3\$ de rabais à l'achat de 2 produits



JUS D'ORANGE RÉFRIGÉRÉ TROPICANA
2,43 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
TROPICANA REFRIGERATED ORANGE JUICE
699



133

CROUSTILLES IRRESISTIBLES
150-150 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES POTATO CHIPS

Cette semaine seulement



mon spécial appli à l'achat d'une unité
699*
ou **799***
prix sans coupon numérique
SAUCISSES COMBO LA FERRANDIÈRE
LA FLEUR, 675 g, PLAISIRS GASTRONOMIQUES SAUCISSES PRÉCUITES 500-575 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
LA FERRANDIÈRE COMBO SAUCISSES

Ajoutez votre coupon à tout moment dans l'appli mon metro du jeudi au mercredi
Coupon exclusif aux membres moi

Jusqu'à épuisement des stocks. Pendant la période de promotion - Coupon « Mon spécial Appli » échangeable seulement 1 fois par client à l'achat d'une unité, l'achat d'unités supplémentaires sera à 7,99 l'unité. Certaines conditions s'appliquent, voir metro.ca. Prix régulier à partir de 10,49\$.

produit d'ici

PAINS À HOT-DOG OU À HAMBURGER
 SÉLECTION DE 12 PAINS À HAMBURGER 12 cm, 12 mini-hamburgers 8 cm, SÉLECTION PAIN À SANDWICH 475 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SÉLECTION HOT DOG OR HAMBURGER BUNS

économisez 2\$ à l'achat de 2 pains
 40 points à l'achat de 2

CÉRÉALES KELLOGG'S, GENERAL MILLS
 VOIR FORMATS ET VARIÉTÉS EN MAGASIN
 KELLOGG'S, GENERAL MILLS CEREAL

5.99

produit d'ici

PAIN TRANCHÉ AUX RAISINS SUN-MAID
 450 g, POM BAGELS, MUFFINS ANGLAIS, 6 cm, VACHON PETITS GÂTEAUX 6-12 cm, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SUN-MAID SLICED RAISIN BREAD
 Voir réduction sur reçu de caisse

économisez 2\$ à l'achat de 2 produits
 40 points à l'achat de 2

CONFITURE BONNE MAMAN
 GELÉE, MARMELADE, 250-280 ml, TARTINE D'ORIGINE DE LECHE 300 g, CITRON 340 g, NOSETTES-CACAO 250 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 BONNE MAMAN JAM

4.99

2 DOUBLE DOUBLES = 4 DOUBLES

25 points

4.99

PAPIER HYGIÉNIQUE CASHMERE
 8 ROLLEAUX DOUBLES, 4 ROLLEAUX TRIPLES, SPONGE TOWELS ESSIE-TOUT DE PAPIER, 2 ROLLEAUX DOUBLES CASHMERE BATHROOM TISSUE

BARRES TENDRES CHOCO MAX LECLERC
 175 g, CARRES GOURMANDS 175 g, MUFFIN MAX BARRES DE CÉRÉALES 223 g, MUGABAR BARRES NOUGAT 175 g, GO PURE BARRES 140-175 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 LECLERC CHOCO MAX CHEWY BARS

3/7\$

DÉTERGENT POUR LA VAISSELLE PALMOLIVE
 500-600 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 PALMOLIVE DISHES DETERGENT

1.99

100 points à l'achat de 2

21.99

BIÈRE CORONA, HEINEKEN, SAPPORO, STELLA ARTOIS
 CAISSE, BOUT, OU CANETTES CONSIGNÉES
 12/330-355 ml, VOIR SÉLECTION EN MAGASIN
 BEER

BIÈRE LABATT BUD LIGHT, MOLSON ULTRA
 CAISSE, BOUT, OU CANETTES CONSIGNÉES
 24/340-355 ml, VOIR SÉLECTION EN MAGASIN
 BEER

2/68.98 ou à partir de 36.99 la caisse

100 points

43.99

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

économisez 1\$ sur le prix régulier /lb
 (réduits après application des taxes)
 à l'achat d'un paquet de brochettes avec légumes

BROCHETTES DE BOEUF, DE POULET OU DE PORC AVEC LÉGUMES
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 BEEF, CHICKEN OR PORK BROCHETTES WITH VEGETABLES

économisez 1\$ sur le prix régulier /lb
 (réduits après application des taxes)
 à l'achat d'une salade fraîche prête à servir

SALADE DE GOBERGE
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN, FORMAT ÉCONOMIQUE
 POLLOCK SALAD, ECONOMIC PACK

metro.ca

MON ÉPICERIE EN LIGNE

ÉCONOMISEZ

40 \$

20\$ de rabais sur vos
2 premières commandes*

CODES PROMO
MAMAN1 - MAMAN2

**+ 1 MOIS
LIVRAISON
ILLIMITÉE
GRATUITE***



Magasinez maintenant

*Applicable sur les commandes de 75\$ et plus. L'abonnement de 1 mois à la Livraison illimitée Metro.ca doit être ajouté au panier et sera crédité à l'entrée du code promo lors de votre première commande. L'offre expire le 15 mai 2024. La livraison doit être prévue avant le 15 mai 2024. Certaines conditions s'appliquent. Détails sur metro.ca.

des fruits et légumes

15 points

2.99

BIO 3.99

BLEUETS
PRODUIT DES É.-U.
ET/OU IMPORTÉ DU MEXIQUE
ET/OU DU PÉROU, CAT. No 1
170 g de
MÛRES
IMPORTÉES DU MEXIQUE
BLUEBERRIES
OR BLACKBERRIES

gros ananas coupé en magasin

4.99

GROS ANANAS TROPICAL GOLD
OR 4.99
ANANAS DECORTIQUÉ
500 g
TROPICAL GOLD LARGE
PINEAPPLE OR CORED
PINEAPPLE

3.99

produit d'ici

TOMATES ROSES DE SERRE
PRODUIT DU QUÉBEC, CANADA No 1
HOTHOUSE PINK TOMATOES
8,80/kg

grosses cerises

7.99

CÉRISES CALIFORNIÉES
PRODUIT DE LA CALIFORNIE, RANG 10.5
CHERRIES
17,01/kg

jumbo

2.69

PAPAYE JUMBO
JUMBO PAPAYA
5,93/kg

très sucrée 1,5 lb

5.99

CLÉMENTINES SUCRÉES ORRI
SAC 1,5 LB
ORRI SWEET CLEMENTINES

extra gros

20 points

3.99

RAISINS ROUGES SANS PÉPINS
EXTRA GROS
CAT. No 1
EXTRA LARGE SEEDLESS
RED GRAPES
8,80/kg

panier 2 lb

35 points

6.99

KIWIS
PANIER 2 lb
KIWIS

gros brocoli

BIO 4.99

3.99

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

environ 10 lb

prix spécial 8.99

prix membre 7.99

GROS MELON D'EAU ENTIER
SANS PÉPINS
PRODUIT DES É.-U. ET/OU IMPORTÉ DU MEXIQUE
LARGE WHOLE SEEDLESS WATERMELON

produit d'ici

3.99

POMMES DE TERRE GRELOTS
THE LITTLE POTATO CO.
PRODUIT DU CANADA, 454-600 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
THE LITTLE POTATO CO. CREAMER POTATOES

économisez gros FORMAT ÉCONOMIQUE

Eden MANGUE

9.99

MANGUES ROUGES
CAISSE 2 kg
RED MANGOS

GRANFER

9.99

POIRES ROCHA
CAL. EXTRA DE FANTASIE,
CAISSE 2 kg
ROCHA PEARS

Attitude

5.99

MÉLANGE DE SALADE
ATTITUDE
ROQUETTE, JUSSES ÉPINARDS,
PRODUIT DES É.-U., 375 g, VOIR
VARIÉTÉS EN MAGASIN
ATTITUDE SALAD MIX

unisoja

6.99

TOFU UNISOJA
PRODUIT DU QUÉBEC, NATURE
OU FINES HERBES, 1,25 kg
UNISOJA TOFU

metrOGO!

9 variétés

6.99

SALADE
320-420 g VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SALAD

19.99

PLATEAU DE FRUITS OU DE LÉGUMES
EN FORME DE MARGUERITE
1,1 x 4 kg
DAISY SHAPED FRUIT OR VEGETABLE PLATTER

riche en
antioxydant

5⁹⁹

TÊTES DE VIOLON
PRODUIT DU QUÉBEC, 227 g
FIDDLE HEADS



gros
citron

Bio 1²⁹
GR 95

CITRON
GR 88
LEMON

99¢
ch.



RADIS EN FEUILLES
OU RADIS DE JEUNER
FRANÇAIS
PRODUIT DU QUÉBEC, POT
TOP RADISHES OR FRENCH
BREAKFAST RADISHES

1⁹⁹



PLANT DE FINES
HERBES
POT 4 po, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
FINE HERBS PLANT

4⁹⁹
ch.



C'EST
NOUVEAU!
chez metro



JUS PÉTILLANT
IRRÉSISTIBLES
LIMONADE PÉTILLANTE, 750 mL
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRÉSISTIBLE SPARKLING JUICE

3⁹⁹



POMMES CORTLAND,
MCINTOSH, SPARTAN,
EMPIRE, AMBROSIA
PRODUIT DU QUÉBEC, CANADA DE
FANTASIE, GR 88-113
APPLES
5,49/kg

15
points 2⁴⁹
/lb



FONDUE AU CHOCOLAT
CHOCOLATS FAVORIS
24 & VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
CHOCOLATS FAVORIS CHOCOLATE FONDUE

2/14⁹⁹

fleurs fraîches

qualité fleuriste
50 cm

24⁹⁹
ch.

BOUQUET 12 ROSES
TIGE DE 50 cm AVEC VERDURE
12 ROSES BOUQUET



VIOLETTE
POT 4 po
VIOLET

3X
vos points
4⁹⁹
ch.



1 ROSE
TIGE DE 50 cm
AVEC VERDURE
1 ROSE

5⁹⁹
ch.



CALLA
POT 4,5 po
CALLA

3X
vos points
11⁹⁹
ch.



BOUQUET
DE 3 ROSES
TIGE DE 50 cm ET VERDURE
3 ROSES BOUQUET

9⁹⁹
ch.

3X
vos points
au choix
12⁹⁹
ch.

ROSIER,
CALADIUM,
LAVANDE
POT 6 po OU
ANTHURIUM
POT 5 po
ROSEBUSH, CALADIUM, RUSH
LAVENDER OR ANTHURIUM



ORCHIDÉE
PHALAENOPSIS
POT 5 po
PHALAENOPSIS ORCHID

3X
vos points
19⁹⁹
ch.

Metro et moi jusqu'au 5 juin 2024

j'obtiens **3X** les points à l'achat de produits floraux

sur présentation de ma carte moi à la caisse

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

découvrez nos offres d'ici!

produit d'ici

bouturé, qualité supérieure

REVIENT À **12\$** ch. à l'achat de 3 ou 13,99 ch.

3X vos points

PANIER FLEURI
BOUTURÉ, QUALITÉ SUPÉRIEURE,
PRODUIT DU QUÉBEC. POT 10 po.
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN.
BLOOMING BASKET

terre noire et terre à jardin

Selection

BLACK Soil - Terre NOIRE

GARDEN Soil - Terre À JARDIN

3X vos points

1.99

TERRE NOIRE OU TERRE À JARDIN SELECTION 22 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN SELECTION BLACK OR GARDEN SOIL

SERRES Mirabel

Depuis 45 ans, les serres Mirabel vous offrent des produits de haute qualité ainsi qu'une grande variété florale et végétale pour égayer votre cour arrière.

Jean Dion, Propriétaire

produit d'ici

pot de 10 pouces

3X vos points

17.99

PLANTE CANNA POT COULÉ 10 po CANNA PLANT

3X vos points

22.99

POT PATIO DE COULEUR 10 po, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN COLOR PATIO POT

produit d'ici

pot de 14 pouces

3X vos points

19.99 ch.

DAHLIA XXL POT 14 po DAHLIA XXL

3X vos points

34.99 ch.

PATIO FLEURI PRESTIGE 14 po, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN PRESTIGE FLOWERED PATIO

3X vos points

29.99 ch.

BALCONNIÈRE 24 po, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN WINDOW BOX

tropical

pot de 10 pouces

3X vos points

22.99 ch.

PALMIER MAJESTY 10 po MAJESTY PALM

3X vos points

29.99 ch.

HIBISCUS SUR TIGE 10 po HIBISCUS ON STEM

PANIER FLEURI SUSPENDU COULÉ POT COULÉ 10 po, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN COLORED HANGING FLOWER BASKET

produit d'ici

3X vos points

au choix **16.99** ch.

voir sélection en magasin magasins participants seulement

viandes de qualité



20%
de rabais

BIFECK DE CONTRE-FILET
PLATINUM ANGUS AAA
PLATINUM ANGUS AAA STRIP LOIN STEAK



POITRINE DE CANARD
DÉOSSÉE LAC BROME
BROME LAKE BONELESS FRESH DUCK BREAST
39,66/kg



17⁹⁹
/lb



porc et boeuf

SAUCISSES FRAÎCHES
VIAIR VARIÉES EN MAGASIN
FRESH SAUSAGES

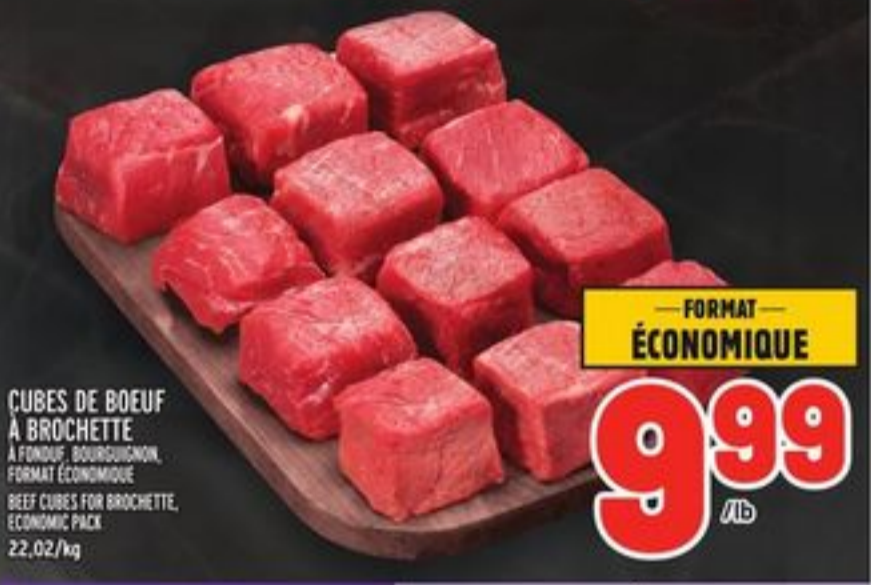
rabais de
1\$/lb
tout l'été



FORMAT ÉCONOMIQUE

6⁹⁹
/lb

BOEUF HACHÉ MAIGRE
FORMAT ÉCONOMIQUE
LEAN GROUND BEEF, ECONOMIC PACK
15,41/kg



FORMAT ÉCONOMIQUE

9⁹⁹
/lb

CUBES DE BOEUF
À BROCHETTE
À FUMER / BOURGUIGNONNE
FORMAT ÉCONOMIQUE
BEEF CUBES FOR BROCHETTE,
ECONOMIC PACK
22,02/kg



HAUTS DE CUISSE
DE POULET
DÉOSSÉS, FORMAT ÉCONOMIQUE
BONELESS CHICKEN THIGHS,
ECONOMIC PACK
17,61/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE

7⁹⁹
/lb



prix spécial
4⁹⁹
/lb

prix membre
4⁴⁹
/lb 9,90/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE
CÔTELETTES DE SURLONGE
DE PORC DÉOSSÉES,
FORMAT ÉCONOMIQUE
BONELESS PORK SIRLOIN CHOPS, ECONOMIC PACK

nouvelle recette
de carré de porc au thym
avec ananas rôti de
Martin Juneau



consultez
la recette
[cliquez ici](#)



CARRÉ DE PORC FRAIS
CÔTELETTES DE PORC COUPE HÔTEL, VOAIR VARIÉTÉS EN MAGASIN,
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH RACK OF PORK
15,41/kg

6⁹⁹
/lb

fondue et raclette



VIANDE DE BOEUF, DE POULET,
DE PORC OU DE DINDE
POUR FONDUE
BEEF, CHICKEN, PORK OR TURKEY
MEAT FOR FONDUE
À partir de 17,61/kg

à partir de
7⁹⁹
/lb



LANIÈRES DE BOEUF,
DE POULET, DE PORC
OU DE DINDE
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BEEF, CHICKEN, PORK OR
TURKEY STRIPS
À partir de 17,61/kg

à partir de
7⁹⁹
/lb



FONDUE DE GIBIER
GIBIERS CANABEC,
LA MAISON DU GIBIER
SURGÈLES, 125-200 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
GIBIERS CANABEC, LA MAISON DU
GIBIER FROZEN GAME FONDUE

à partir de
7⁹⁹

PARFAIT DE FOIE
GRAS DE CANARD
ROUGIE
140 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
ROUGÉ PARFAIT OF DUCK
FOIE GRAS
17⁹⁹



BOULLON À FONDUE
LA MAISON DU GIBIER
SURGÈLE, 900 ml
LA MAISON DU GIBIER
FROZEN BROTH FOR FONDUE

8⁹⁹

TRIO DE VIANDES
À FONDUE
BOURGUIGNONNE
BOURGUIGNONNE FONDUE
MEAT TRIO
19,82/kg
8⁹⁹
/lb

EXCELDOR

POULET ENTIER FRAIS EXCELDOR
CAT. 4-6 L, MOINS DE 2 kg (4.4 lb)
EXCELDOR FRESH WHOLE CHICKEN
9,90/kg

449 /lb

OLYME

ÉPAULE DE PORC, SOC DÉOSSÉE CAPICOLLE OLYMEL
OLYME BONELESS PORK SHOULDER BUTT CAPICOLA

5\$ de rabais sur l'épaule de porc désossée Olymel

FAMILLE FONTAINE

TÊTE DE FILET DE VEAU DE GRAIN FAMILLE FONTAINE
FONTAINE FAMILY GRAIN-FED VEAL BUTT TENDERLOIN
55,09/kg

2499 /lb

à partir de 999 /lb

POUVLAKIS DE BOEUF DE POULET OU DE PORC
DOD, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BEEF CHICKEN OR PORK SOUVLAKIS
À partir de 22,02/kg

POITRINES DE POULET DE GRAIN MIEUX-ÊTRE NATURALIA
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LIFE SMART NATURALIA GRAIN-FED CHICKEN BREASTS
22,02/kg

999 /lb

ROTI FRANÇAIS NON BARDE
BARDE, RÔTI DE BOEUF D'INTERIEUR DE RONDE
NO BARDED FRENCH STYLE ROAST

1049 /lb

1499 /lb

CÔTELETTES D'AGNEAU FAMILLE FONTAINE
ENV. 500 g
FONTAINE FAMILY LAMB CHOPS
33,05/kg

Origines

brunch festif

BOLOGNE SELECTION
675 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION BOLOGNA

499

GALETTES DE POMMES DE TERRE CAVENDISH
SURGÉLÉES, 600 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAVENDISH FROZEN POTATO PATTIES

399

SAUCISSES COCKTAIL FUMÉES HYGRADE
225 g
HYGRADE SMOKED COCKTAIL WIENERS

449

JAMBON FUMÉ TRANCHE GASPÉSIE
250 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
GASPÉSIE SMOKED SLICED HAM

599

GALETTES DÉJEUNER DE PORC CUITES ET CONGELÉES
BREAKFAST PORK PATTIES
FULLY COOKED & FROZEN

15\$

Lafleur ORIGINAL
650 g

499

TORTELLINI
350 g

399

FILET DE PORC MAPLE LEAF
ÉPAULE 400 g, CUISSE DE POULET ROTISSÈRE 600 g, PORC EFFLOCHÉ 450 g
MAPLE LEAF PORK TENDERLOIN

1199

SMOKED MEAT
500 g

1499

ESCALOPETTES DE POULET PRIME
MAPLE LEAF
SURGÉLÉES, 568 g, PORTIONS DE POULET PANÉES 560-580 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MAPLE LEAF PRIME FROZEN STUFFED CHICKEN CUTLETS

1599

1499 /lb

PÂTES IMPÉRIALES PAGODA
SURGÉLÉES 570 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PAGODA FROZEN EGG ROLLS

699

AILES DE POULET FLAMINGO
SURGÉLÉES, 500 g, PORTIONS DE POULET PANÉES 550-590 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FLAMINGO FROZEN CHICKEN WINGS

1499

BURGERS IRRESISTIBLES
SURGÉLÉES, 852 g (102 kg), VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLE FROZEN BURGERS

économisez 25%
sur le 2e paquet
le meilleur choix

poissons

et fruits de mer



consultez la recette de beignets de morue

cliquez ici

—FORMAT ÉCONOMIQUE—
11⁹⁹ /lb

55 points

FILETS DE MORUE DU PACIFIQUE
SANS ARÊTES, FORMAT ÉCONOMIQUE
PACIFIC COD FILLETS, ECONOMIC PACK
26,43/kg

RÔTI OU TOURNEDOS DE SAUMON
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FORMAT ÉCONOMIQUE
SALMON ROAST OR TOWNEDOS,
ECONOMIC PACK
30,84/kg

—FORMAT ÉCONOMIQUE—
13⁹⁹ /lb

Nettoyé gratuitement

11⁹⁹ /lb

BAR COMMUN
400-600 g
COMMON SEABASS
26,43/kg

metrogo!

produit d'ici Si la température le permet

60 points

17⁹⁹ /lb

SECTIONS DE CRABE DES NEIGES FRAIS
FRESH SNOW CRAB SECTIONS
39,66/kg

produit d'ici

25 HUÎTRES DE FORME NORMALE
Sundhills Point

25 HUITRES DE FORME NORMALE
STANDARD MALPEQUE OYSTERS

16⁹⁹

SAUMON ARC-EN-CIEL FUMÉ LA BOUCANERIE
FRANÇIS, 300 g
LA BOUCANERIE SMOKED STEELHEAD SALMON

18⁹⁹

High Liner

Filets PÂTE À LA BIÈRE

500 g

55 points

7⁹⁹

PORTIONS DE POISSONS PANÉES HIGH LINER
SURGÉLÉES, 330-700 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
HIGH LINER BREADED FISH PORTIONS

14⁹⁹

DEMI-COURONNE DE CREVETTES BLANCHES DU PACIFIQUE
IRRÉSISTIBLES
SURGÉLÉES, AVEC SAUCE COCKTAIL, 540 g
IRRÉSISTIBLES PACIFIC WHITE SHRIMP HALF RING

prix spécial

4⁴⁹

FLOCONS DE GOBERGE À SAUVEUR DE CRABE
SELECTION
BÂTONNETS, 227 g
SELECTION CRAB FLAVOURED POLLOCK FLAKES

prix membre **3⁹⁹**

CRAB CAKES
POMME DE TERRE
BEIGNETS DE CRABE
SURGÉLÉES, AVEC SAUCE COCKTAIL, 227 g
IRRÉSISTIBLES CRAB CAKES

prix spécial **13⁹⁹**

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

prix membre **12⁹⁹**

bar à fruits de mer

découvrez une grande variété de crevettes pour tous les goûts

Garantie Fraîcheur Traçable

Crevettes marinées à l'ail
Surgelées, cuites

Crevettes sauvages d'Argentine
Surgelées, non-cuites

Crevettes blanches
Surgelées, cuites ou non-cuites

au choix **3⁴⁹** /100g /15,83/lb

Queue de langouste
Surgelée, non-cuite, 4 oz

Pinces de homard
cuites, surgelées

Gros pétoncles
surgelés, non-cuits

Queues de homard
surgelées, non-cuites, 3-4 oz

40 points **7⁹⁹** /lb

3⁹⁹ /100g /18,10/lb

3⁹⁹ /100g /18,10/lb

4/28^{\$} ou **7⁹⁹** /unité

sushis et tartare

sushi 20 morceaux

15⁹⁹

PHOTO À TITRE INDICATIF SEULEMENT

C'EST EXCLUSIF! chez metro

SAUMON EN CUBES AKI SOIRÉE SUSHI
SURGÉLÉ, 150 g
AKI SOIRÉE SUSHI SALMON CUBES

10⁹⁹

TARTARE & POKE

POKÉ IRRÉSISTIBLES
SURGÉLÉ, SAUMON ATLANTIQUE, THON ALBACORE, 400 g
IRRÉSISTIBLES POKE

65 points **22⁹⁹**

C'EST EXCLUSIF! chez metro

produit d'ici

TARTARE DE SAUMON SHAKER
SURGÉLÉ, 130 g, TATAKI DE THON ROUGE AUX ÉPICES 15 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SHAKER SALMON TARTARE

12⁹⁹

23g/100g 2g/100g 130g

FEUILLES D'ALGUES AKI SUSHI
27 g
AKI SUSHI SEAWEED SHEETS

7⁹⁹

RIZ À SUSHI CALROSE AKI SUSHI
900 g
AKI SUSHI CALROSE SUSHI RICE

8⁹⁹

savoureux desserts



GÂTEAU AU FROMAGE
400 g, TARTE À LA CRÈME
630 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
CHEESECAKE

à partir de
12⁹⁹



TARTE
450-475 g,
VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
PIE

9⁹⁹



GÂTEAU
SANS GLUTEN, 750 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAKE

à partir de
20⁹⁹

Inrésistibles



20⁹⁹

GÂTEAU
560-750 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAKE



PÂTISSERIES
INDIVIDUELLES
80-150 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
INDIVIDUAL PASTRIES

Voix réduction sur reçu de caisse

4/14\$



GÂTEAU AU FROMAGE
710 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
CHEESECAKE

5\$
de rabais



MACARONS
FRANÇAIS, 300 g
MACAROONS

prix spécial
14⁹⁹
prix membre
13⁹⁹

Première Moisson l'art du vrai



TORSADES
4/75-99 g, BROCHES, FEUILLETÉS, 4/90 g,
CHOCOLATINES, COISSANTS, 4/140 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
TWISTS

à partir de
6⁴⁹

35 points



PAIN TRANCHÉ GRAINS
GERMÉS BIOLOGIQUE
PAIN SAN MULTIGRAINS, BEIGÉ À
TENDRE, CARÉ BLANC AU
LEVAIN 500 g, NICHE CAMPAGNARD,
BLÉ ENTIER 700 g
ORGANIC SPROUTED GRAIN SLICED BREAD

Voix réduction sur reçu de caisse

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



C'EST
EXCLUSIF
et NOUVEAU!
voir détails

• mélange de céréales,
de grains et de miel,
• source de fibres et
de fer

5⁴⁹

PAIN MULTICÉRÉALES
525 g
MULTI-CEREAL BREAD



BAGUETTE
CARAÏTA, 325 g, PARISEIN 425 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BAGUETTE BREAD

à partir de
3²⁹



ADONIS
BAKLAVAS
ADONIS
VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
ADONIS BAKLAVAS
14,97/lb

3³⁰
le 100 g



ADONIS
MAMOULS
ADONIS
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ADONIS MAMOULS
13,61/lb

3\$
le 100 g



GAUFRES
CLASSIQUE, 400 g
WAFFLES

5⁴⁹



MUFFINS
400 g, MINI MUFFIN 336 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MUFFINS

à partir de
5⁹⁹



BAGELS STYLE
MONTREAL
400 g, BAGELS/BOULES 420 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MONTREAL STYLE BAGELS

4⁴⁹



SCONES
LE MONDE EST SCONE
SOURÈLES, 400 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LE MONDE EST SCONE SCONES

7⁹⁹

préparez l'apéro

SAUCISSON SEC IRRESISTIBLES ARTISAN 300 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES ARTISAN DRY SAUSAGE

10⁴⁹

ANTIPASTO MISTO IRRESISTIBLES PROSCIUTTO, SALAMI CALABRESSE, SOPPRESSATA, 100 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES ANTIPASTO MISTO

7⁹⁹

PÂTÉ DE CAMPAGNE OU DE FOIE LA BELLE BRETAGNE 150 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LA BELLE BRETAGNE COUNTRY STYLE OR LIVER PÂTÉ

20 points

3⁹⁹

CAPICOLLO TRANCHE IRRESISTIBLES 150 g, IRRESISTIBLES ARTISAN SALAMI DE GENÈS ÉPICÉ 125 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES SLICED CAPICOLLO

5⁴⁹

FROMAGE CAPRICE DES DIEUX 125 g
CAPRICE DES DIEUX CHEESE

6⁹⁹

FROMAGE BRIE ÎLE DE FRANCE 250 g, SMOKEUR FROMAGE DE CHÈVRE, 100 g
ÎLE DE FRANCE BRIE CHEESE

8⁹⁹

JAMBON FUMÉ MÈRE MICHEL MAPLE LEAF 14,92/lb
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MAPLE LEAF MÈRE MICHEL SMOKED HAM

20 points

3²⁹ le 100 g

JAMBON PREMIÈRE MOISSON TRANCHE, ÉPICÉE, 125-175 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PREMIÈRE MOISSON HAM

à partir de **6⁹⁹**

FROMAGE BERGERON 170-200 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BERGERON CHEESE

à partir de **7⁹⁹**

PEPPERONI TRANCHE SELECTION 375 g
SELECTION SLICED PEPPERONI

30 points

5⁹⁹

CRETONS NOREL 150 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
NOREL CRETONS

4⁴⁹

saveurs à partager

BRIE DOUBLE CRÈME L'EXTRA MIN. 400 g
L'EXTRA DOUBLE CREAM BRIE CHEESE 18,30/lb

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

3⁹⁹ le 100 g

ÉMINCÉ DE JAMBON OU DE POITRINE DE DINDE SELECTION JAMBON TRANCHE, 400 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION HAVES HAM OR TURKEY BREAST

à partir de **9⁹⁹**

55 points

EMMENTAL IRRESISTIBLES MIN. 400 g
IRRESISTIBLES EMMENTAL CHEESE 11,29/lb

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

2⁴⁹ le 100 g

SALADE PLAISIRS GASTRONOMIQUES TARTINADE, 350-360 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PLAISIRS GASTRONOMIQUES SALAD

45 points

8⁹⁹

POITRINE DE DINDE SELECTION MIN. 400 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION TURKEY BREAST 12,66/lb

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

2⁷⁹ le 100 g

COUSCOUS SALAD SALADE DE COUSCOUS

30 points

5⁹⁹

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

FETA SELECTION 200 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION FETA

prix spécial **5⁴⁹**

prix membre **4⁹⁹**

TREMPETTE ET HUMMUS IRRESISTIBLES TARTINA, 200-227 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES DIP

3⁷⁹

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!



repas de
poulet



**tourtière
porc-boeuf**



**boulettes de veau
à l'italienne**



**rôti de porc et
patates grelots**



**casserole de
poulet gratiné**

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

pour gourmands pressés



BEIGNETS DE HOMARD
LOBSTER CAKES
15,83/lb

349
le 100 g



MACARONI AU FROMAGE ET AU HOMARD
LOBSTER MAC'N CHEESE
15,83/lb

349
le 100 g



HOMARD À L'AIL
GARLIC LOBSTER
30,84/kg

1399
/lb



PINCES DE HOMARD CUITES
SURBÉLÉES
LOBSTER CLAWS
18,10/lb

399
le 100 g

solution repas



ENSEMBLE DE GUÉDILLE
GOBERGE ET CREVETTES
550 g
POULLOCK AND SHRIMP KIT

1799



ENSEMBLE DE
TACOS AU POULET
590 g
CHICKEN TACO KIT

1599



BROCHETTES DE
BOEUF OU DE PORC
KAFTA
ENV. 750 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN, FORMAT
ÉCONOMIQUE
KAFTA BEEF OR PORK SKEWERS,
ECONOMIC PACK

à partir de
8\$



ALOUETTES DE BOEUF
OU DE POULET
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN,
FORMAT ÉCONOMIQUE
BEEF OR CHICKEN ALOUETTES,
ECONOMIC PACK
22,02/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
999
/lb

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

offres alléchantes

OEUF BLANCS SELECTION
HORNDADE, NUTRI, CALIBRE EXTRA GRAND, NATUROVE,
NUTRI OEUFS BRUNS, CALIBRE GRAND, OVO,
SELECTION WHITE EGGS

4.59

25 points



100% JUS

OASIS

JUS RÉFRIGÉRÉ OASIS
SMOOTHIE, 1,5-1,6 L.
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
OASIS REFRIGERATED JUICE

prix spécial 4.49

prix membre 3.99

YOGOURT GREC LIBERTÉ
1kg. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LIBERTÉ GREEK YOGURT

7.99

YOGOURT VÉGÉTAL RIVIERA
470 g, 500-650 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
RIVIERA VEGEAL YOGURT

5.99

CÉRÉALES GRANOLA OATBOX
GRANOLA INSTANTANÉ, 300 g, GRAND AU FROID 200 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
OATBOX GRANOLA CEREAL

4.99

MORNING CRISP
REAL INGREDIENTS, NO OTHER ARTIFICIALS

30 points

5.99

CÉRÉALES JORDANS
VOIR FORMATS ET VARIÉTÉS EN MAGASIN
JORDANS CEREAL

PÂTE RÉFRIGÉRÉE PILLSBURY
340-400 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PILLSBURY REFRIGERATED DOUGH

3.49

FÈVES AU LARD CLARK
390 mL. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CLARK PORK AND BEANS

1.99

POMMES DE TERRE ASSAISONNÉES BEN & FLORENTINE
SÉRIÉES, 650 g, BROWN ROUGE, POMMES DE TERRE Frites STYLE LOUISIANAS 750 g, PATATES DOUCES 454 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BEN & FLORENTINE SEASONED POTATOES

4.99

GAUFRES IRRESISTIBLES
SÉRIÉES, 200 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES WAFFLES

3.99

LAIT AU CHOCOLAT QUÉBON
SEMI-SÉCHÉ, MATIÈRE 1 L. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
QUÉBON CHOCOLATE MILK

3.29

FROMAGE COTTAGE BEATRICE
500 g, CRÈME SURE 500 mL. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BEATRICE COTTAGE CHEESE

4.29

MINI-FROMAGES BABYBEL
100-120 g, LA VACHE QUI RIT FROMAGE 120-140 g, MINI 144 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BABYBEL MINI CHEESES

3.79

SIROP D'ÉRABLE IRRESISTIBLES, MIEUX-ÊTRE BIOLOGIQUE
540 mL. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES ORGANIC LIFE SMART MAPLE SYRUP

9.49

brunch

CRÈME ULTRA-CRÈME QUÉBON
SEMI-SÉCHÉ, LACTANTIA 5 %, 10 %, 15 %, 18 %, 473 mL, 25 %, 237 mL. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
QUÉBON ULTRA-CREAM CREAM

3.99

Crème à fouetter

35%

TARTINADE NUTS TO YOU
365 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
NUTS TO YOU SPREAD

9.99

PAIN TRANCHÉ CAMPAGNOLO ST-MÉTHODE
570-650 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAMPAGNOLO ST-MÉTHODE SLICED BREAD
Voir réduction sur reçu de caisse

2\$ à l'achat 2 pains

CAPSULES DE CAFÉ LAVAZZA
CAFFÈ MACCHINO, 19 cm. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LAVAZZA COFFEE CAPSULES

5.49

CAFÉ MOULU LAVAZZA
ESPRESSO ITALIANO, 227 g. LAVAZZA GROUND COFFEE

6.99

BEURRE D'ÉRABLE IRRESISTIBLES
240 g. IRRESISTIBLES MAPLE BUTTER

8.49

POISSON À L'AVOINE BARISTA EARTH'S OWN
546 mL. EARTH'S OWN BARISTA OAT DRINK

4.99

CRÉMIER À CAFÉ BAILEYS
400 mL. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BAILEYS COFFEE CREAM

3.49

20 points

MARGARINE MOLLE BECEL
850 g, 0R 437 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BECEL SOFT MARGARINE

7.99

JUS RÉFRIGÉRÉ SIMPLY
1,5 L. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SIMPLY REFRIGERATED JUICE

6.49

VIN MOUSSEUX
FRETÉ NOIR, MOUO, BLANC, SPÉLLE, VIN ROUGE, BLANC, CH. ROUGE, 750 mL. VOIR SÉLECTION EN MAGASIN
SPARKLING WINE

Jusqu'à 20% de rabais

FRUITS IRRESISTIBLES
SMOOTHIE, 400-600 g. MIEUX-ÊTRE BIOLOGIQUE 300 g, NATURALIA 400 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES FRUITS

FORMAT MULTIPLE A PRIX D'ENTRÉPÔT

3/12.99 ou 5.99 l'unité

EAU DE SOURCE PETILLANTE PURE LIFE NESTLÉ
1 L. EAU DE SOURCE NATURELLE 1.5 L. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
NESTLÉ PURE LIFE SPARKLING SPRING WATER

89¢

COCKTAIL DE LÉGUMES V8
1.0 L. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
V8 VEGETABLE COCKTAIL

4.49

Gattuso Sauce à pizza
POUR LASAGNE, 390 mL
PRIMO COUSUS DE TOMATES 400 mL
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
GATTUSO PIZZA SAUCE

2.99

Minute Rice
Long Grain White
Blanc à grains longs
2 kg
RIZ INSTANTANÉ MINUTE RICE

9.99

organisez vos fins de **journées**

JUS OU COCKTAIL OCEAN SPRAY
1.75 L. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
OCEAN SPRAY JUICE OR COCKTAIL

4.49

amooza!
mozza cheddar twists
228 g
BÂTONNETS DE FROMAGE AMOOZA! TWISTS
228 g VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
AMOOZA TWISTS CHEESE STICKS

6.49 prix spécial

5.99 prix membre

SAUCE SELECTION
234 mL VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION SAUCE

1.49

Tenderflake
INGRÉDIENTS SÉLECTIONNÉS
2 minutes
CROÛTES À TARTE TENDERFLAKE
SURGÈLÉES, 250-250 g
PÂTE FEUILLETÉE 300-300 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
TENDERFLAKE PIE SHELLS

3.49

SAUCE POUR PÂTES MIKES
400-700 mL
900 mL VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MIKES PASTA SAUCE

30 points

5.99

BOUILLON CONCENTRÉ BOVRIL
500 mL VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BOVRIL CONCENTRATED BROTH

6.99

Cavendish
STRAIGHT CUT
COUPE RÉGULIÈRE

2.99

POMMES DE TERRE Frites Cavendish
SURGÈLÉES, 800 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAVENDISH FRENCH FRIED POTATOES

2.99

Deluxe CRAVE
DÎNER CRAVE
SURGÈLÉES, 200-200 g
KRAFT 340 g VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
KRAFT DINNER

4.99

Pastene
TOMATES EN DES Diced TOMATOES

2.49

PRIMO
Tomato Sauce

6.99

THON PÂLE CLOVER LEAF
3/80 g VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CLOVER LEAF LIGHT TUNA

VINAIGRETTE MANDY'S
250 mL VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MANDY'S SALAD DRESSING

8.99

MANDY'S
VINAIGRETTE SESAME
SWEET SESAME

9.49

MÉLANGE À CHOCOLAT CHAUD STARBUCKS
300 g VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
STARBUCKS HOT CHOCOLATE MIX

2/4 \$

CHOCOLAT IRRESISTIBLES
100 g VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES CHOCOLATE

2.14 \$

72% COCOA
72% CACAO

Kandju
à partir de **6.49**

BONBONS KANDJU
10-135 g VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
KANDJU CANDIES

4.49

BISCUITS LOCKER
100 g, 100 g BISCUITS 250 g VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LOCKER COOKIES

13.99

CIDRE LACROIX
LOT 300
CANETTES CONSIGNÉES
4.755 mL
LACROIX LOT 300 CIDER

10.99

CIDRE PETILLANT BEAUPRÉ
CANETTES CONSIGNÉES
4.473 mL CÔRÈRE
MELIN, MICHEL
JODIN, ST
MIL, CANETTES
CONSIGNÉES
4.755 mL
VOIR SÉLECTION EN MAGASIN
BEAUPRÉ SPARKLING CIDER

à partir de 10.99

FAVORIS
CARRÉS DE RIZ CROUSTILLANT CHOCOLATS FAVORIS
DULCE DE LECHE, 150 g
CHOCOLATS FAVORIS
CRISPY RICE SQUARES

5.49

40 points

BOUCHÉES DE CHOCOLAT FERRERO ROCHER
76, 200 g
FERRERO ROCHER CHOCOLATE BITES

7.99

DAVID'S TEA
FRUIT INTENSIVE
INFUSIONS DE FRUITS
Just freshly picked perfection

8.99

THÉ-TISANE DAVID'S TEA
40-50 g, 12 mL VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
DAVID'S TEA HERBAL TEA

2.99

BOISSON ENERGISANTE ALANI NU
CANETTE CONSIGNÉE 355 mL
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ALANI NU ENERGY DRINK

2.99

JOYEUSE
fête des mères

sur les cartes-cadeaux Cora de 25 \$ et H&M de 50 \$
Offre valide du 9 au 15 mai 2024

20% DE RABAIS

FRAISES OU BLEUETS ENROBÉS DE CHOCOLAT AU LAIT IRRESISTIBLES
SURGÈLÉS, 200 g
IRRESISTIBLES MILK CHOCOLATE COVERED STRAWBERRIES OR BLUEBERRIES

5.49

tant qu'il y a des stocks. Voir les cartes pour les détails, les conditions et les lieux de participation. Les cartes-cadeaux présentées ne sont pas des participants ni des commerçants dans le cadre de cette promotion. Toutes les marques dépendent de la propriété de leurs propriétaires respectifs. Magasins participants.

multipliez vos **économies**

CROUSTILLES LAY'S
220-225 g, PIPPABLES 130 g, BAKED 177 g, Fritos CROUSTILLES DE MAIS 340 g, MUNCHIES AMUSE-QUEULE 250 g, ROLD GOLD 190-370 g, SMARTFOOD MAIS SOUFFLÉ 150-220 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
LAY'S POTATO CHIPS

2/750
40 points à l'achat de 2

7up
12x
2/15\$
ou 8,49 l'unité
PEPSI, 7-UP, CAISSE, CANETTES CONSIGNÉES 12/255 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SOFT DRINK

2/6\$
PÂTE FEUILLETÉE IRRESISTIBLES SURGELÉE, 400 g, PÂTE PUYELLO 454 g, 90%-100% VENT 240 g, CROUSTILLES À TRAVES 295-340 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES PUFF PASTRY

2/7\$
MÉLANGE À SOUPE LIPTON, KNORR ENV. 4 LITRES, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
LIPTON, KNORR SOUP MIX

3/5\$
NOURRITURE POUR CHATS WHISKAS 100 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
WHISKAS CAT FOOD

3/5\$
NOURRITURE POUR CHATS PERFECT PORTIONS IAMS 75 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
IAMS PERFECT PORTIONS CAT FOOD

Dole
Jus de Fruit
Salade Fruits
4/200 mL, BÉLÉE 4/103 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
DOLE FRUIT CUP

CATELLI
PASTA
FUSILLI
375 g

2/7\$
2/4\$
PÂTES ALIMENTAIRES CATELLI DISTR. MISSION SANTÉ, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
CATELLI PASTA

DAINTY
PILAF
RIZ INSTANTANÉ DAINTY 350 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
DAINTY INSTANT RICE

2/450
2/5\$
DÎNER MICHELINA'S SURGELÉ 235 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
MICHELINA'S DINNER

Minute Maid
BOISSON REFRIGÉRÉE MINUTE MAID 1,5 L, MEL-CMO BOISSON AUX FRUITS, NESTLE THE GLACE, L'ÉCLAIR, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
MINUTE MAID REFRIGERATED DRINK

2/550
2/7\$
BARRES VAL NATURE 140-210 g, FIBRE 1 25 g, BETTY CRACKER, MIXT'S TRUITATIONS, 226 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
NATURE VALLEY BARS

Crest
NETTOYANT TOUT USAGE HERTEL 700-800 mL, POUR SALLE DE BAIN 700 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
HERTEL ALL PURPOSE CLEANER

25 points à l'achat de 2
2/5\$
DENTIFRICE CREST 100-125 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
CREST TOOTHPASTE

30 points à l'achat de 2
2/550
NETTOYANT TOUT USAGE HERTEL 700-800 mL, POUR SALLE DE BAIN 700 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
HERTEL ALL PURPOSE CLEANER

soirée **cinéma**

CROUSTILLES TORTILLA TOSTITOS
AMUSE-QUEULE, 200-300 g, BONTOS AMUSE-QUEULE 155-280 g, AMUSE-QUEULE 170-310 g, MAIS SOUFFLÉ 180 g, BUFFLES CROUSTILLES 180-200 g, SON CHIPS CROUSTILLES MULTIGRAINS 205 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
TOSTITOS TORTILLA CHIPS

2/850

MAIS À ÉCLATER ORVILLE
700-800 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
ORVILLE POPPING CORN

40 points
799

CROUSTILLES PRINGLES
140-156 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
PRINGLES POTATO CHIPS

15 points
299

CRISPY MINIS OUAKE
10-199 g, HARVEST SNAPS AMUSE-QUEULE 77-94 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
OUAKE CRISPY MINIS

2/6\$

VOORTMAN
GAUFRETTES VOORTMAN 200 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
VOORTMAN WAFERS

249

ARACHIDES PLANTERS
454-475 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
PLANTERS PEANUTS

449

Viva
CROUSTILLES DE LÉGUMES YUM YUM VIVA 140-150 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
VIVA YUM YUM VEGETABLE CHIPS

379

MAIS SOUFFLÉ IMPERIAL
300 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
IMPERIAL POPCORN

399

Skittles Gummies
130-191 g, STARBUCKS 164-191 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SKITTLES CANDIES

20 points
379

JOLLY RANCHER
150-190 g, TWIZZLERS 170 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
JOLLY RANCHER CANDIES

2/6\$

JUS OU BOISSON MINUTE MAID
8-10/200 mL, MEL-CMO BOISSON AUX AGRIUMES 8/200 mL, NESTLE THE GLACE 1,99 L, 10/200 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
MINUTE MAID JUICE OR DRINK

399

THÉ AUX PERLES GHOSTEA
325 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
GHOSTEA BUBBLE TEA

399

STARBUCKS
CAFÉ GLACÉ STARBUCKS 1,4 L, ESPRESSO GLACE 1,8 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
STARBUCKS ICED COFFEE

799

COOKIE BLUFF
PÂTE À BISCUITS COOKIE BLUFF 400 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
COOKIE BLUFF COOKIE DOUGH

799

CRÉÉ PAR
Maison Perrier
FRANCE



10⁹⁹ MAISON PERRIER
47 L. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN

7⁹⁹
MAISON PERRIER
6/500 mL, CANETTES 8/330 mL
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN



C'EST NOUVEAU!
chez metro

STARBUCKS®



9⁹⁹
CAFÉ STARBUCKS
CAFÉ MOULU 340 g, CAPSULES
K-CUP 10 un., VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN

C'EST NOUVEAU!
chez metro

TOUTES LES MARQUES DE COMMERCE DE PERRIER SONT LA PROPRIÉTÉ DE NESTLÉ WATERS, FRANCE ET SONT UTILISÉES SOUS LICENCE.
© 2024 NESTLÉ. NESTLÉ UTILISE LES MARQUES DE COMMERCE STARBUCKS SOUS LICENCE. © 2024 Nestlé.



CANADA DRY

Limonade aux framboises
Savourez un été
frais et fruité
Disponible en version zéro sucre

NOUVELLE
SAVEUR À
DURÉE
LIMITÉE



ZÉRO SUCRE
CANADA DRY
SODA
GINGEMBRE
à la limonade aux framboises

2/15\$
CANADA DRY
12/355 mL VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
ou 8.49 ch.



4⁴⁹
CANADA DRY
6/222 mL VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN

Marque de commerce de Canada Dry Mott's Inc.

es-tu **up** ?

GOÛT DE 7UP RAFFRAÎCHISSANT
7% alc./vol. | 0 g DE SUCRE PAR
CANETTE DE 355 mL



25⁹⁹
ch.

C'EST NOUVEAU!
chez metro

**toujours
au prix minimum
garanti!**

lait régulier, format 4 L

**produit
D'ICI**



Beatrice
4 L D

Québon
2% LOCAL
4 L

Québon
0% LOCAL
4 L

CHERRY RIVER

MOCKTAILS PRÊTS-À-BOIRE
COLLECTION MIXOLOGIE

SANS ALCOOL

12⁹⁹
MOCKTAILS PRÊTS-À-BOIRE
4/250 ml

COLLECTION MIXOLOGIE
SANS ALCOOL

C'EST EXCLUSIF!
chez metro

2/5^{\$}
MOCKTAILS PRÊTS-À-BOIRE
355 ml

HEINZ Kraft

ENFLAMMEZ VOTRE 5 À 7!

6⁴⁹ PRODUIT DE FROMAGE FONDU
EXTRA CHEDDAR KRAFT
390 g
KRAFT PROCESS CHEESE PRODUCT

5⁴⁹ SAUCE PIQUANTE TINGLY TED'S
249 ml OU
VINAIGRETTE ET TARTINADE NOTMAYO
À BASE DE PLANTES, 443 ml
HEINZ PINK TRIO, TINGLY TED'S HOT SAUCE OR NOTMAYO PLANT-BASED DRESSING AND SPREAD

3³³ SAUCE DIANA
500 ml OU
SAUCE BBO BULL'S-EYE
425 ml OU
VINAIGRETTE KRAFT
425 ml
DIANA SAUCE, BULL'S-EYE BBO
SAUCE OR KRAFT SALAD DRESSINGS

JOUR J'//I
Reese's
DAY
18 MAI / MAY 18TH

BARRES FAMILIALES
HERSHEY
90-120 g, VIGNES VARIÉTÉS
EN MAGASIN
HERSHEY FAMILY BARS

2/5⁵⁰

2/2²² BARRES STANDARDS HERSEY
42-58 g, VIGNES VARIÉTÉS EN MAGASIN
HERSHEY SINGLE BARS

4⁴⁹ FRIANDISES EMBALLÉES HERSEY
160-225 g, VIGNES VARIÉTÉS EN MAGASIN
HERSHEY PACKAGED CANDY

ÊTES-VOUS SATISFAIT DU SERVICE?
PARTICIPEZ À NOTRE SONDAGE

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

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 9 mai au mercredi 15 mai 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 coïncidant 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 stipulés 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. Offre en vigueur du 9 au 15 mai 2024. Certaines conditions s'appliquent. Détails à programmemoi.ca. Une seule prime valide par achat (primes non cumulables). Metro et 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, May 9th to Wednesday, May 15th, 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 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.