

Happy MOTHER'S DAY

PREMIUM



24⁰⁰ ea.

Premium Dozen Roses 15 STEM BUNCH ASSORTED COLOURS
Douzaine de roses de premier choix BOUQUET DE 12 TIGES VARIÉTÉ DE COULEURS



2 for 32⁰⁰ or 18.00 ea.

Annual Hanging Basket 10" PPK ASSORTED COLOURS AND VARIETIES
Jardinière suspendue d'annuelles EN POT DE 10" PPK VARIÉTÉ DE COULEURS ET CHOIX EN VARIÉTÉS



26⁰⁰ ea.

Premium Orchids 17" POT ASSORTED COLOURS
Orchidées de premier choix EN POT DE 17" VARIÉTÉ DE COULEURS

DOUBLE SPIKE



14⁹⁹ ea.

Fresh Cut Tulips 15 STEM BUNCH ASSORTED COLOURS
Tulipes fraîchement coupées BOUQUET DE 15 TIGES VARIÉTÉ DE COULEURS



20⁰⁰ ea.

Mixed Flower Bouquet ASSORTED COLOURS AND FLOWER VARIETIES
Bouquet mixte CHOIX DE COULEURS ET DE VARIÉTÉS



5⁹⁹ ea.

Ferrero Rocher or Lindt Chocolate 150 - 200 g. SELECTED VARIETIES
Chocolats Ferrero Rocher ou Lindt 150 - 200 g. VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES



20⁰⁰ ea.

Intermediate Roses 20 STEM BUNCH ASSORTED COLOURS
Roses intermédiaires BOUQUET DE 20 TIGES VARIÉTÉ DE COULEURS



STARTING AT 29⁹⁹ ea.

Handcrafted Arrangements or Upgraded Potted Plants ASSORTED COLOURS, FLOWERS AND STYLES
Arrangements réalisés à la main ou plantes en pot agrémentées CHOIX DE COULEURS, DE FLEURS ET DE STYLES



40⁰⁰ ea.

Amazing Bouquet ASSORTED COLOURS
Bouquet Amazing VARIÉTÉ DE COULEURS



36⁹⁹ ea.

Floral Arrangement in a Vase and Bag ASSORTED COLOURS AND FLOWER VARIETIES
Arrangement floral en vase (sac inclus) CHOIX DE COULEURS ET DE FLEURS



8⁹⁹ ea.

Strawberries Platter with Chocolate Dip 912 g
Plateau de fraises avec trempette au chocolat 912 g



19⁹⁹ ea.

Front Street Bakery Swiss Milk Chocolate Heart Cake 425 g
MADE WITH LINDT CHOCOLATE
Gâteau en cœur Front Street Bakery au chocolat au lait suisse 425 g
FAIT DE CHOCOLAI LINDT

Effective May **TH 9 FR 10 SA 11 SU 12**

metro.ca

Happy MOTHER'S DAY

metro

mix & match

2 for 10⁰⁰

Schneiders or Maple Leaf Bacon, Butterball Turkey Bacon or Schneiders Juicy Jumbos or Smoked Sausages 375 - 450 g, SELECTED VARIETIES, OR 5.99 EA.
Bacon Schneiders or Maple Leaf, bacon de dinde Butterball ou Juicy Jumbos ou saucisses fumées Schneiders 375 - 450 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES, OU 5.99 CH.

CUT BY OUR BUTCHER

8⁹⁹ /lb

Red Grill Prime Rib Roast Chef Style or Value Pack Rib Steak
CUT FROM CANADA AA OR USDA SELECT GRADE OR HIGHER
19.82/kg
Côte Grill Rouge de premier choix en rôti de style chef ou en emballage économique de biftecks
BOEUF CANADA AA OU USDA SELECT OU SUPÉRIEUR
19.82/kg

2⁹⁹ /100 g

Irresistibles Artisan Turkey Breast or Castello Havarti
SELECTED VARIETIES, BELI SLICED, 13.56/lb
Pouitrine de dinde Artisan Irresistibles ou Havarti Castello
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES, TRANCHÉS AU COMPTOIR, 13.56/lb

BONELESS

2⁹⁹ /lb

Boneless Pork Loin Chops
Value Pack or Roast centre cut
6.59/kg
Longe de porc désossée en emballage économique de côtelettes ou en rôti
CÔUPE AU CENTRE
6.59/kg

PRIME RAISED WITHOUT antibiotics

5⁹⁹ /lb

Maple Leaf Prime Boneless Skinless Chicken
Breasts or Thighs Value Pack
13.21/kg
Poitrines ou de hauts de cuisses désossés sans la peau de poulet Prime Maple Leaf en emballage économique
13.21/kg

49¢ ea.

Large Lemons
PRODUCT OF U.S.A., TURKEY OR SPAIN
Gros citrons
PRODUIT DES É.-U., DE LA TURQUIE OU DE L'ESPAGNE

1⁹⁹ ea. or /lb

Heirloom Tomatoes
PRODUCT OF ONTARIO, 1.99/lb, 4.39/kg
Belle Grove
Whole White or Cremini Mushrooms
227 g, PRODUCT OF ONTARIO, 1.99 EA.
Tomates patrimoniales
PRODUIT DE L'ONTARIO, 1.99/lb, 4.39/kg
Champignons entiers Belle Grove
blancs ou cremini
227 g, PRODUIT DE L'ONTARIO, 1.99 CH.

1⁹⁹ ea.

Strawberries 454 g
PRODUCT OF U.S.A., No. 1 GRADE
Fraises 454 g
PRODUIT DES É.-U., CAT. no 1

2 for 6⁰⁰

Dempster's White, 100% Whole Wheat Breads, Hot Dog, Hamburger Buns or Vachon Snack Cakes
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES, OR 3.49 EA.
Pain blanc, 100 % de blé entier, pains à hot dog, à hamburger Dempster's ou petits gâteaux Vachon
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES, OU 3.49 CH.

baked in my metro

4⁹⁹ ea.

Front Street Bakery
Homestyle Gourmet Cookies
PKG OF 10, 340 - 475 g, SELECTED VARIETIES
Biscuits gourmets Front Street Bakery de style maison
EMB. DE 10, 340 - 475 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

9⁹⁹ /lb or ea.

Fresh Atlantic Salmon Fillets Value Pack
MIN 900 g, 8.99/lb, 2.21/100 g or Irresistibles Smoked Atlantic Salmon
130 g, FROZEN, 9.99 EA.
Filets frais de saumon atlantique en emballage économique
MIN. 900 g, 8.99/lb, 2.21/100 g ou Saumon atlantique fumé Irresistibles
130 g, SURELÉ, 9.99 CH.

8⁹⁹ ea.

Maxwell House, Folgers, Starbucks or Lavazza Ground Coffee
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
Café moulu Maxwell House, Folgers, Starbucks ou Lavazza
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5⁴⁷ ea.

Jif Peanut Butter 1 kg
Smucker's Jam, 300 - 500 ml or Nutella Spread 725 g
SELECTED VARIETIES
Bourre d'arachide Jif 1 kg
Confiture Smucker's 300 - 500 ml ou Tartine Nutella 725 g
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3⁹⁹ ea.

Irresistibles Ice Cream, Novelties or Frozen Fruits
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
Crème glacée, friandises glacées ou fruits surgelés Irresistibles
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3⁴⁹ ea.

Miss Vickie's Chips
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
Croustilles Miss Vickie's
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3⁴⁹ ea.

Dr. Oetker or Irresistibles Pizza
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
Pizza Dr. Oetker or Irresistibles
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5⁷⁷ ea.

Cracker Barrel Bars or Shredded Cheese
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
Blocs de fromage ou fromage râpé
Cracker Barrel
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

UNLOCK APP-CLUSIVE SAVINGS.



SAVE
\$400
on 2

Add your Air Miles® card
to the My Metro app
for exclusive deals.



AIR MILES.

LIMIT ONE REDEMPTION PER CUSTOMER

Offer available only on the My Metro app with a linked Loyalty card. Limit of one coupon redemption per customer loyalty card, unless expressly stated otherwise in the terms of the offer. Offer coupon must be loaded at time of purchase. Available while supplies last. See app for full coupon details.

Farm Fresh Produce

4.99 ea. **PINT**
 Blueberries PINT
 PRODUCT OF U.S.A. OR PERU
 No. 1 GRADE
 Bleuets CHOPINE
 PRODUIT DES É.-U. OU DU PÉROU
 CAT. no 1

3.99 ea.
 Blackberries 170 g
 PRODUCT OF MEXICO
 Goldenberries 200 g
 PRODUCT OF COLOMBIA
 Miras 170 g
 PRODUIT DU MEXIQUE
 Cerises de terre 200 g
 PRODUIT DE LA COLOMBIE

3.99 /lb
 Extra Large Red Seedless Grapes
 PRODUCT OF CHILE OR SOUTH AFRICA, No. 1 GRADE
 8.80/kg
 Extra gros raisins rouges sans pépins
 PRODUIT DU CHILI OU DE L'AFRIQUE DU SUD, CAT. no 1
 8,80/kg

7.99 ea.
 Heart Pack Raspberries 227 g
 PRODUCT OF U.S.A. OR MEXICO
 Framboises en emballage coeur 227 g
 PRODUIT DES É.-U. OU DU MEXIQUE

3.99 /lb
FIRST OF THE SEASON
 Asparagus PRODUCT OF ONTARIO, CANADA No. 1 GRADE
 Large Red, Orange or Yellow Sweet Peppers PRODUCT OF ONTARIO
 8.80/kg
 Asperges PRODUIT DE L'ONTARIO, CANADA no 1
 Gros piments rouges, orange ou jaunes PRODUIT DE L'ONTARIO
 8,80/kg

4.99 ea.
 Clementines 2 lb
 PRODUCT OF MOROCCO
 Clémentines 2 lb
 PRODUIT DU MAROC

2.99 ea.
 Mini Cucumbers 397 g, PRODUCT OF ONTARIO
 CANADA No. 1 GRADE
 Mini concombres 397 g, PRODUIT DE L'ONTARIO
 CANADA no 1

3.99 ea.
FIRST OF THE SEASON
 Grape Tomatoes Medley 34 g
 Angel Sweet or One Sweet 283 g
 PRODUCT OF ONTARIO
 Mélange de tomates raisins 34 g
 Angel Sweet ou One Sweet 283 g
 PRODUIT DE L'ONTARIO

6.99 /lb
 Fiddleheads PRODUCT OF ONTARIO
 15.41/kg
 Têtes de violon PRODUIT DE L'ONTARIO
 15,41/kg

5.99 /lb
 Cotton Candy or Pink Muscat Grapes
 PRODUCT OF CHILE, No. 1 GRADE
 13.21/kg
 Raisins Cotton Candy ou muscat roses
 PRODUIT DU CHILI, CAT. no 1
 13,21/kg

1.99 /lb
 Large Seedless Navel Oranges PRODUCT OF U.S.A.
 Large Cosmic Crisp Apples PRODUCT OF U.S.A., EXTRA FANCY GRADE
 4.39/kg
 Grosses oranges Navel sans pépins PRODUIT DES É.-U.
 Grosses pommes Cosmic Crisp PRODUIT DES É.-U. CAT. EXTRA DE FANTAISIE
 4,39/kg

3.99 ea.
 LPC Creamer Potatoes 680 g, PRODUCT OF CANADA
 CANADA No. 1 GRADE
 SELECTED VARIETIES
 Baking Potatoes 3 PK
 PRODUCT OF CANADA
 CANADA No. 1 GRADE
 Pommes de terre grolots LPC 680 g, PRODUIT DU CANADA
 CANADA no 1, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
 Pommes de terre à griller au four 3 PK, DE 3
 PRODUIT DU CANADA
 CANADA no 1

5.99 ea.
 Vidalia Yellow Sweet Onions 3 lb
 PRODUCT OF U.S.A.
 No. 1 GRADE
 Oignons Vidalia doux jaunes 3 lb
 PRODUIT DES É.-U.
 CAT. no 1

2.49 /lb
 Large Forelle Pears PRODUCT OF SOUTH AFRICA
 EXTRA FANCY GRADE
 5.49/kg
 Grosses poires Forelle PRODUIT DE L'AFRIQUE DU SUD
 CAT. EXTRA DE FANTAISIE
 5,49/kg

4.99 ea.
 Black Mission Figs 227 g, PRODUCT OF MEXICO
 Figs Black Mission 227 g, PRODUIT DU MEXIQUE

2 for 5.00
 Broccoli Crowns PRODUCT OF U.S.A. OR MEXICO
 Couronnes de brocoli PRODUIT DES É.-U. OU DU MEXIQUE

4.49 ea.
 Dole Caesar Salad Kits 216-218 g, PRODUCT OF U.S.A.
 SELECTED VARIETIES
 Préparations Dole pour salade César 216-218 g, PRODUIT DES É.-U.
 VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

9.99 ea.
 Natur Source Salad Toppers 575-625 g
 SELECTED VARIETIES
 Garnitures à salade Natur Source 575-625 g
 VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

7.99 ea.
 Wonderful Shelled Pistachios 155-170 g, SELECTED VARIETIES
 Pistaches Wonderful écalées 155-170 g
 VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

4.99 ea.
 Litehouse Vegetable Dips 340 g
 SELECTED VARIETIES
 Trempettes Litehouse pour légumes 340 g
 VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

2 for 10.00 or 5.49 ea.
 Selection Summer Candies 305-350 g
 SELECTED VARIETIES
 Bonbons d'été Selection 305-350 g
 VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

Sliced & Diced

5.99 ea.
 Store Made Small Salads 250-340 g
 Petites salades préparées en magasin 250-340 g

4.99 ea.
 Cored Golden Pineapples 600 g
 Ananas dorés évidés 600 g

12.99 ea.
 Store Made Carousels FRESH VEGETABLE 950 g
 FRESH FRUIT 1.4 kg
 Carousels préparés en magasin
 CRUÏTES 950 g
 FRUITS FRAIS 1,4 kg

Organic

4.99 ea.
 Organic Lemons 454 g
 PRODUCT OF U.S.A. OR MEXICO
 Greenbelt Organic Greens 142 g, PRODUCT OF ONTARIO
 SELECTED VARIETIES
 Citrons biologiques 454 g, PRODUIT DES É.-U. OU DU MEXIQUE
 Verdure biologique Greenbelt 142 g, PRODUIT DE L'ONTARIO
 VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

2 for 7.00
 Tonic Organic Kombuchas 355 mL, SELECTED VARIETIES
 Kombuchas biologiques Tonic 355 mL
 VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3.49 ea.
 Organic Carrots 2 lb
 PRODUCT OF U.S.A., No. 1 GRADE
 Carottes biologiques 2 lb
 PRODUIT DES É.-U., CAT. no 1

5.99 ea.
 Organic Vidalia Onions 2 lb
 PRODUCT OF U.S.A., No. 1 GRADE
 Oignons Vidalia biologiques 2 lb
 PRODUIT DES É.-U., CAT. no 1

Mother's Day Floral

Our talented designers are standing by to create beautiful, handcrafted arrangements that will make mom's day extra special

 <p>50⁰⁰ ea. Premium Hand-Tied Rose Bouquet ASSORTED COLOURS Bouquet de roses de premier choix lié à la main VARIÉTÉ DE COULEURS</p>	 <p>19⁹⁹ ea. Azaleas 6" POT, ASSORTED COLOURS Azalées EN POT DE 6 po VARIÉTÉ DE COULEURS</p>	 <p>24⁰⁰ ea. Rose Trio Bouquet ASSORTED COLOURS Bouquet Trio de roses VARIÉTÉ DE COULEURS</p>
 <p>11⁹⁹ ea. Assorted Blooming Plants 6" POT, ASSORTED COLOURS AND VARIETIES Variété de plantes en fleurs EN POT DE 6 po, VARIÉTÉ DE COULEURS ET CHOIX EN MAGASIN</p>	 <p>50⁰⁰ ea. Beautiful Love or Gratitude Bouquet ASSORTED COLOURS AND FLOWERS Bouquet Beautiful Love ou Gratitude VARIÉTÉ DE COULEURS ET DE FLEURS</p>	
 <p>20⁰⁰ ea. Holiday Carnation Bouquet ASSORTED COLOURS Bouquet d'oeillets Holiday VARIÉTÉ DE COULEURS</p>	 <p>22⁹⁹ ea. Hydrangea 6.5" POT, ASSORTED COLOURS Hortensias EN POT DE 6.5 po, VARIÉTÉ DE COULEURS</p>	 <p>34⁹⁹ ea. Indoor Garden ASSORTED COLOURS AND FLOWERS Jardin d'intérieur VARIÉTÉ DE COULEURS ET DE FLEURS</p>
 <p>7⁹⁹ ea. Spring Bulbs 6" POT ASSORTED COLOURS AND VARIETIES Bulbes printaniers EN POT DE 6 po VARIÉTÉ DE COULEURS ET CHOIX EN MAGASIN</p>	 <p>49⁹⁹ ea. Petite Orchid Garden 8" POT, ASSORTED COLOURS Petit jardin d'orchidée EN POT DE 8 po VARIÉTÉ DE COULEURS</p>	 <p>24⁰⁰ ea. Watercolour Tulips 10 STEM BUNCH Tulipes Aquarelle BOUQUET DE 10 TIGES</p>

STARTING AT

5⁹⁹ ea.
Mother's Day
Balloons
Ballons pour la fête des Mères

NOW OPEN

Moms make the world beautiful. Delight her with a gift that keeps on growing from Metro Gardens.

 <p>12⁹⁹ ea. Mini Kitchen TOMATOES OR PEPPERS, 6" POT Mini tomates ou poivrons pour la cuisine EN POT DE 6 po</p>	 <p>14⁹⁹ ea. Garden Roses 6 PACK Rosiers pour le jardin EMB. DE 6</p>	 <p>29⁹⁹ ea. Annuals Hanging Baskets 12-13" POT ASSORTED VARIETIES Annuelles en jardinière suspendue POT DE 12-13 po CHOIX EN MAGASIN</p>
 <p>21⁹⁹ ea. Strawberry Hanging Basket 10" POT Fraisier en jardinière suspendue EN POT DE 10 po</p>	 <p>14⁹⁹ ea. Lavender 6" POT Lavande EN POT DE 6 po</p>	 <p>4⁰⁰ ea. OR 4.49 ea. Annuals 4" POT ASSORTED VARIETIES Annuelles EN POT DE 4 po CHOIX EN MAGASIN</p>
 <p>22⁹⁹ ea. Patio Perfect Majesty Palm 10" POT Palmier Majesty EN POT DE 10 po</p>	 <p>9⁰⁰ ea. OR 9.99 ea. Annuals 6" POT ASSORTED VARIETIES Annuelles EN POT DE 6 po CHOIX EN MAGASIN</p>	 <p>42⁹⁹ ea. Succulent Bowl 12" POT ASSORTED VARIETIES Succulentes DANS UN BOL DE 12 po CHOIX EN MAGASIN</p>
 <p>3⁰⁰ ea. 3-WAY This is FERTILIZER 3 IN 1 ASSORTED VARIETIES Terre noire, mélange 3 en 1 produits ou terre à jardin Selection CHOIX EN MAGASIN</p>	 <p>22⁹⁹ ea. Boston Fern Hanging Basket 10" POT Fougère Boston en jardinière suspendue EN POT DE 10 po</p>	 <p>32⁹⁹ ea. Annuals Patio Planter ASSORTED VARIETIES Jardinière d'annuelles pour terrasse CHOIX EN MAGASIN</p>

FOR PERSONALIZED COUPONS, DOWNLOAD OUR APP OR VISIT metro.ca

Our Butcher's Finest



15⁸⁸ /lb

Red Grill Boneless Rib Steak Value Pack
CUT FROM CANADA AA OR USDA SELECT GRADE OR HIGHER
35,01/kg
Biftecks de côte Grill Rouge déossés en emballage économique
BOEUF CANADA AA OU USDA SELECT OU SUPÉRIEUR
35,01/kg



9⁸⁸ /lb

Red Grill Easy Carve Prime Rib Roast
CUT FROM CANADA AA OR USDA SELECT GRADE OR HIGHER
21,78/kg
Côte Grill Rouge de premier choix en rôti facile à découper
BOEUF CANADA AA OU USDA SELECT OU SUPÉRIEUR
21,78/kg



25⁹⁹ /lb

Life Smart Naturalia
Grass Fed Beef Tenderloin Steak
PRODUCT OF NEW ZEALAND
57,30/kg
Bifteck de filet de boeuf
Naturalia Mieux-être
nourri à l'herbe
PRODUIT DE LA NOUVELLE-ZÉLANDE
57,30/kg



8⁹⁹ ea.

Life Smart Naturalia
Grass Fed Lean Ground Beef 454g
PRODUCT OF NEW ZEALAND
Boeuf nourri à l'herbe Naturalia
Mieux-être haché maigre 454g
PRODUIT DE LA NOUVELLE-ZÉLANDE



6⁹⁹ /lb

Fresh Pork Tenderloin
15,41/kg
Filet de porc frais
15,41/kg



6⁹⁹ /lb

Fresh Pork Back Ribs
15,41/kg
Côtes de dos de porc fraîches
15,41/kg



6⁹⁹ /lb

Red Grill Beef Back Ribs
CUT FROM CANADA AA OR
USDA SELECT GRADE OR HIGHER
15,41/kg
Côtes de dos de boeuf
Grill Rouge
BOEUF CANADA AA OU USDA
SELECT OU SUPÉRIEUR
15,41/kg



4⁴⁹ /lb

FAST FRY
Boneless Pork Loin
Chops Fast Fry
CENTRE CUT
9,90/kg
Côtelettes de longe de porc
déossées pour friture
rapide
COUPE DU CENTRE
9,90/kg



6⁹⁹ /lb

Fresh Pork Bellies
SLICED OR PIECES
15,41/kg
Poirtrines de porc fraîches
EN TRANCHES OU À LA PIÈCE
15,41/kg



6⁹⁹ /lb

Fresh Chicken Wings
15,41/kg
Ailes de poulet fraîches
15,41/kg

Made in My Metro



4⁹⁹ /lb

Store Made Sausages Value Pack
SELECTED VARIETIES
11,00/kg
Saucisses préparées en
magasin, en emballage
économique
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
11,00/kg



5⁹⁹ /lb

Stuffed Sweet Mini Peppers or
Mushrooms Value Pack
SELECTED VARIETIES
13,21/kg
Mini poivrons ou champignons
farcis en emballage économique
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
13,21/kg



7⁹⁹ /lb

Souvlaki Skewers
SELECTED VARIETIES
17,61/kg
Brochettes marinées
à la souvlaki
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
17,61/kg



7⁹⁹ /lb

Fresh Store Made
Meat Kabobs
SELECTED VARIETIES
17,61/kg
Viande fraîche sur brochette
préparée en magasin
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
17,61/kg



3⁹⁹ /lb

Boneless Stuffed Pork Loin
Chops, Roast or Pinwheels
CENTRE CUT, SELECTED VARIETIES
8,80/kg
Longe de porc déossée farcie
en côtelettes, en rôti ou
en roulades
COUPE DU CENTRE
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
8,80/kg



6⁹⁹ /lb

Store Made
Seasoned Beef Burgers
SELECTED VARIETIES
15,41/kg
Burgers de boeuf assaisonnés
préparés en magasin
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
15,41/kg



8⁴⁹ /lb

Seasoned Pork Back Ribs
18,72/kg
Côtes de dos de porc
assaisonnées
18,72/kg



8⁴⁹ /lb

Marinated or Stuffed
Pork Tenderloin
SELECTED VARIETIES
18,72/kg
Filet de porc mariné ou farci
assaisonné
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
18,72/kg

LOCKED DOWN PRICES UNTIL JUNE 5TH, 2024



5⁴⁹ ea.

Olymel Bacon or Breakfast
Sausages 375g
SELECTED VARIETIES
Bacon ou saucisses à déjeuner
Olymel 375g
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES



14⁹⁹ ea.

Swiss Chalet or Montana's
Pork Back Ribs
FULLY COOKED, 400 - 450g
SELECTED VARIETIES
Côtes de dos de porc
Swiss Chalet ou Montana's
ENTIÈREMENT CUITES, 400 - 450g
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES



2 for 7⁰⁰

Butterball
Turkey Franks 450g
OR 3,99 EA.
Saucisses fumées de dinde
Butterball 450g
OU 3,99 CH.



5⁹⁹ ea.

duBreton Organic Pork
Sausages SELECTED VARIETIES OR
Organic Extra Lean Ground Pork
400 - 454g
Saucisses de porc biologique
duBreton VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES OU
Porc biologique haché
extra maigre 400 - 454g



12⁹⁹ ea.

Janes Ultimates
Breaded Chicken
SELECTED VARIETIES OR
Unbreaded Chicken Burgers
FROZEN, 710 - 720g
Poulet pané Ultimates Janes
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES OU
Burgers de poulet non panés
SURGÈLÉS, 710 - 720g



11⁹⁹ ea.

Maple Leaf Prime Breaded
Chicken, Stuffed Chicken
Breast or Chicken Wings
FROZEN WITHOUT ANTIBIOTICS
560 - 581g, FROZEN, SELECTED VARIETIES
Poulet pané, poitrine farcie ou
ailes de poulet Prime Maple Leaf
ÉLEVÉS SANS ANTIBIOTIQUES
560 - 581g, SURGÈLÉS
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES



11⁹⁹ ea.

Webers Beef Burgers
612g, FROZEN
Burgers de boeuf Webers
612g, SURGÈLÉS



3⁹⁹ /lb

Legacy Peameal Chub
ROLLED IN CORNMEAL
8,80/kg
Bacon de dos Legacy à la pièce
8,80/kg

Make it a lobster night at Metro with all your favourite lobster varieties, from live and cooked lobster to claws and tails.

Free steaming while you shop!

EAST COAST
HARD SHELL
LIVE LOBSTERS
1 - 1.25 lbs, 3.75/100 g



16⁹⁹ /lb

PINCH ME, IT'S

LOBSTER SEASON



10⁹⁹ ea.
IRRESISTIBLES
LOBSTER BITES
FROZEN, 283 g



10⁹⁹ ea.
ROCK HARBOUR
LOBSTER
FROZEN, COOKED, 350 g

4 OZ

6⁹⁹ ea.

ROCK LOBSTER TAIL
FROZEN, 4 oz



18⁹⁹ ea.

ROCK HARBOUR
CANADIAN LOBSTER
CLAW & ARM
FROZEN, 454 g

TRY THIS TASTY
LOBSTER GRILLED CHEESE
WITH CHIPOTLE ALOLI

[CLICK HERE FOR RECIPE](#)

2 OZ

2⁹⁹ ea.

ROCK LOBSTER TAIL
FROZEN, 2 oz



19⁹⁹ ea.

ROCK HARBOUR
SPLIT ROCK
LOBSTER TAILS
FROZEN, 320 g



19⁹⁹ ea.
ATLANTIC STAR
COOKED LOBSTER MEAT
FROZEN, 200 g

PKG OF 4



19⁹⁹ ea.
ROCK LOBSTER TAIL
VALUE PACK
FROZEN, 3 oz x 4



Seafood



2 for 5.00
Pacific Cod Loin Portion
FROZEN OR PREVIOUSLY FROZEN, 110 g
Pavés de longe de morue du Pacifique
SURGÉLÉS OU DÉGÉLÉS, 110 g



8.99 /lb
Fresh Tilapia Fillets Value Pack
MIN 900 g, 1.99/100 g
Filets frais de tilapia en emballage économique
MIN. 900 g, 1.99/100 g



2.99 /lb
Fresh Live Cultivated P.E.I. Mussels
666/1000 g
Moules vivantes fraîches de culture de l'I.-P.-E.
66.6/1000 g



6.99 ea.
Fresh Atlantic Salmon Pinwheel 170 g
Roulette fraîche de saumon atlantique
170 g



7.99 /lb
Store Made Seafood Salad CREAMY OR OIL & VINEGAR 1.77/100 g
Salade de fruits de mer préparée en magasin CRÈMEUSE OU EN vinaigrette
1.77/100 g



6.99 ea.
Marina Del Rey Shrimp or Lobster Ravioli FROZEN, 250 g
Ravioli Marina Del Rey aux crevettes ou au homard SURGÉLÉ, 250 g



9.99 /lb
Bay Scallops 40/50 SIZE FROZEN, 2.21/100 g
Pétoncles de baie FORMAT 40/50 SURGÉLÉS, 2.21/100 g



7.99 ea.
High Liner Breaded or Battered Fish Fillets FROZEN, 500 - 700 g, SELECTED VARIETIES
Filets de poisson High Liner panés ou en pâte VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES



14.99 ea.
Cedar Bay Canadian Lobster Mac & Cheese FROZEN, 375 g
Macaroni au fromage Cedar Bay au homard du Canada SURGÉLÉ, 375 g



34.99 ea.
Aqua Star Reserve King Crab Legs & Claws FROZEN, 500 g
Pattes et pinces Reserve Aqua Star de crabe royal SURGÉLÉ, 500 g

3.99 ea.
Naturaalia Basca or Pollock Fillets FROZEN, 400 g
Filets de pangasius ou de goberge Naturaalia SURGÉLÉS, 400 g

4.99 ea.
Irresistibles Smoked Atlantic Salmon FROZEN, 70 g
Saumon atlantique fumé Irresistibles SURGÉLÉ, 70 g

5.99 ea.
Irresistibles Uncooked Squid Rings FROZEN, 454 g
Rondelles de calmar Irresistibles crues SURGÉLÉS, 454 g

7.99 ea.
Irresistibles Shrimp Appetizers FROZEN, 284 - 340 g, SELECTED VARIETIES
Hors-d'oeuvre Irresistibles aux crevettes SURGÉLÉS, 284 - 340 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

4.99 ea.
Irresistibles Spring Rolls FROZEN, 300 g, SELECTED VARIETIES
Rouleaux de printemps Irresistibles SURGÉLÉS, 300 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

8.99 ea.
Irresistibles Meatballs FROZEN, 500 - 680 g, SELECTED VARIETIES
Boulettes de viande Irresistibles SURGÉLÉS, 500 - 680 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

11.99 ea.
Irresistibles Pork Back Ribs FROZEN, 680 g, SELECTED VARIETIES
Côtes de dos de porc Irresistibles SURGÉLÉS, 680 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

14.99 ea.
Irresistibles Stuffed Burgers FROZEN, 500 g, SELECTED VARIETIES
Burgers farcis Irresistibles SURGÉLÉS, 500 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5.99 /lb
Irresistibles Artisan Boneless Smoked Half Moon Ham 13.21/kg
Jambon fumé demi-lune Artisan Irresistibles désossé 13.21/kg

6.99 ea.
Irresistibles Cheese Sticks FROZEN, 325 - 400 g, SELECTED VARIETIES
Bâtonnets de fromage Irresistibles SURGÉLÉS, 325 - 400 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

7.99 ea.
Irresistibles Cranberry Brie or Party Pack Puff Pastries FROZEN, 225 - 432 g
Brie aux canneberges ou feuilletés en assortiment festif Irresistibles SURGÉLÉS, 225 - 432 g

9.99 ea.
Irresistibles Shepherd's Pie FROZEN, 800 g
Pâté chinois Irresistibles SURGÉLÉ, 800 g

5.99 ea.
Lou's Kitchen Peameal Bacon SLICED ROLLED IN CORNMEAL, 454 g
Bacon de dos Lou's Kitchen EN TRANCHES ROULÉ DANS LA SEMOULE DE MAÏS, 454 g

5.99 ea.
McLean Organic Breakfast Sausages 250 g, SELECTED VARIETIES
Saucisses biologiques à déjeuner McLean 250 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

7.99 ea.
duBreton Organic Bacon 250 g
Bacon biologique duBreton 250 g

13.99 ea.
Selection Bacon 1 kg
Bacon Selection 1 kg

4.99 ea.
Maple Lodge Chicken Bacon or Ultimate Chicken Breakfast Sausages 375 g, SELECTED VARIETIES
Bacon de poulet ou saucisses de poulet à déjeuner Ultimate Maple Lodge 375 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5.99 ea.
Cavendish Potato Patties FROZEN, 1.2 kg, SELECTED VARIETIES
Galette de pomme de terre Cavendish SURGÉLÉE, 1.2 kg, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5.99 ea.
Irresistibles Mini Quiches FROZEN, 360 g, SELECTED VARIETIES
Mini quiches Irresistibles SURGÉLÉS, 360 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

6.99 ea.
Greenfield Breakfast Sausages, Rounds or Links or Schneiders Mini-Sizzlers FROZEN, 375 g
Rondines ou chapetlets de saucisses à déjeuner Greenfield ou Mini-Sizzlers Schneiders SURGÉLÉS, 375 g

FREE SAME-DAY PICKUP

SAME FLYER PRICES AND DEALS ONLINE



Click here for Tagliatelle Pasta with Creamy Blue Cheese sauce



579 CAMBOZOLA BLUE CHEESE DELI CUT, PRICES AS MARKED 26.26/lb /100 g



549 TRE STELLE LE GRUYERE SWISS CHEESE DELI CUT, PRICES AS MARKED 24.90/lb /100 g



799 ea. CASTELLO CREAMY WHITE CHEESE 150 g



779 ea. CASTELLO HAVARTI CHEESE 170-200 g SELECTED VARIETIES



799 ea. CASTELLO DOUBLE CRÈME BLUE 150 g

With its soft texture, blue cheese melts quickly over hot pasta and brings a tangy, slightly salty flavour to the dish.

ELEVATE WITH CHEESE

Take basic recipes and add a flavour punch with **fine cheeses**.



499 ILCHESTER APPLEWOOD SMOKED CHEDDAR DELI CUT, PRICES AS MARKED 22.63/lb /100 g



349 BERGERON OR LOUIS CYR CANADIAN GOUDA CHEESE DELI CUT, PRICES AS MARKED 15.83/lb /100 g



529 COOMBE CASTLE OR CLAWSON ASSORTED FLAVOURED CHEESES DELI CUT, PRICES AS MARKED 24.00/lb, SELECTED VARIETIES /100 g



599 OAK MANOR IRISH CHEDDAR OR BLUE STILTON CHEESE DELI CUT, PRICES AS MARKED 27.17/lb /100 g



349 JARLSBERG CHEESE DELI CUT, PRICES AS MARKED 15.83/lb OR 4.99/100 g WHEN YOU BUY LESS THAN 500 g



299 IRRESISTIBLES GRANA PADANO RISERVA CHEESE AGED 20 MONTHS, DELI CUT PRICES AS MARKED, 13.56/lb OR 3.99/100 g WHEN YOU BUY LESS THAN 500 g



Click here for Waffles with Cream Cheese & Pineapple Salsa Dressing

BUY MORE SAVE MORE!



299 L'EXTRA BRIE DELI CUT, PRICES AS MARKED 13.56/lb OR 4.99/100 g WHEN YOU BUY LESS THAN 500 g



299 PRESIDENT FRENCH EMENTAL DELI CUT, PRICES AS MARKED 13.56/lb OR 3.49/100 g WHEN YOU BUY LESS THAN 500 g

Warm & sweet, with a distinctive freshness & hint of nuts, Havarti cream cheese is perfectly paired with waffles, bagels, crackers & more.



699 ea. CASTELLO PINEAPPLE CREAM CHEESE 125 g

Deli Favourites

 <p>3.99 /100g</p> <p>Cuddy or Lilydale Turkey Breast SELECTED VARIETIES, DELI SLICED, 10.10/1b Poitrine de dinde Cuddy ou Lilydale VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES TRANCHEES AU COMPTOIR, 10.10/1b</p>	 <p>3.49 /100g</p> <p>Irresistibles Artisan Brie Cheese DELI CUT, 15.83/1b, PRICES AS MARKED Fromage brie Artisan Irresistibles COUPE AU COMPTOIR, 15.83/1b PRIX TELS QU'INDIQUÉS</p>	 <p>3.99 /100g</p> <p>St. Albert Cheddar Cheese Aged 5 Years DELI CUT, 10.10/1b, PRICES AS MARKED Fromage cheddar St. Albert vieilli 5 ans COUPE AU COMPTOIR, 10.10/1b PRIX TELS QU'INDIQUÉS</p>	 <p>10.99 ea.</p> <p>Sartori Bella Vitano Cheese 150 g, SELECTED VARIETIES Fromage Bella Vitano Sartori 150 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>
 <p>7.99 ea.</p> <p>Bothwell Cheese 170 g, SELECTED VARIETIES Fromage Bothwell 170 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>9.99 ea.</p> <p>Balderson Cheddar or Gouda 170-200 g, SELECTED VARIETIES Cheddar or gouda Balderson 170-200 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>5.99 /100g</p> <p>Kerrygold Cashel Blue Cheese DELI CUT, 27.07/1b PRICES AS MARKED Fromage Cashel Blue Kerrygold COUPE AU COMPTOIR, 27.07/1b PRIX TELS QU'INDIQUÉS</p>	<p>BUY MORE SAVE MORE!</p>  <p>2 for 20.00 LESS THAN 2 PAY 13.99 EA.</p> <p>BellaCasara Burrata Cheese 250 g Fromage burrata BellaCasara 250 g</p>
 <p>12.99 ea.</p> <p>Collier's Welsh Cheddar Cheese 200 g Fromage Welsh Cheddar Collier's 200 g</p>	 <p>5.49 ea.</p> <p>Bellitalia Pizza Toppings 150-175 g, SELECTED VARIETIES Garnitures à pizza Bellitalia 150-175 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>8.99 ea.</p> <p>Schneiders Bologna 375-500 g, SELECTED VARIETIES Bologne Schneiders 375-500 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>11.99 ea.</p> <p>Mastro Casalingo Salami 300-375 g, SELECTED VARIETIES Salami Casalingo Mastro 300-375 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>
 <p>4.49 ea.</p> <p>Fontaine Santé Hummus or Dips 227-260 g, SELECTED VARIETIES Hummus ou trempettes Fontaine Santé 227-260 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>5.49 ea.</p> <p>Summer Fresh Salads 300 g, SELECTED VARIETIES Salades Summer Fresh 300 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>5.49 ea.</p> <p>Sabra Guacamole CLASSIC OR SPICY, 198 g Guacamole Sabra CLASSIQUE OU ÉPICÉE, 198 g</p>	 <p>5.99 ea.</p> <p>Snack Factory Pretzel Crisps Crackers 200 g, SELECTED VARIETIES Craquelins Pretzel Crisps Snack Factory 200 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>
 <p>13.99 ea.</p> <p>Lilydale Oven Roasted Turkey Breast 300 g Poitrine de dinde Lilydale rôtie au four 300 g</p>	 <p>8.99 ea.</p> <p>Ile de France Brie or Camembert or Jarlsberg Cheese Snack 150-250 g Brie ou camembert Ile de France ou collation de fromage jarlsberg 150-250 g</p>	 <p>8.49 ea.</p> <p>Castello Sliced Cheese 145-175 g, SELECTED VARIETIES Fromage Castello en tranches 145-175 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>5.99 ea.</p> <p>Castello Blue Cheese 103-125 g, SELECTED VARIETIES Fromage bleu Castello 103-125 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>
 <p>6.49 ea.</p> <p>Tre Stelle Whipped Feta 175 g, SELECTED VARIETIES Féta fouettée Tre Stelle 175 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>11.49 ea.</p> <p>Bothwell Cheddar Cheese 250 g, SELECTED VARIETIES Fromage cheddar Bothwell 250 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>8.29 ea.</p> <p>Bellitalia Salametti or Gold Label Pepperoni 225-375 g, SELECTED VARIETIES Salametti Bellitalia ou pepperoni Gold Label 225-375 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>10.99 ea.</p> <p>Mastro Salami 300 g, SELECTED VARIETIES Salami Mastro 300 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>

ALOHA FLAVOUR
FRESH FOR
SPRING
LIMITED TIME ONLY

14.99
ea.

BIG ISLAND HAWAIIAN PIZZA
8 SLICES

**metro
FRESH
2 GO**

7.00
3 sliders

LANAI HAM SLIDERS
273 g

10.00
ea.

MAUI CHICKEN BOWL
500 g

13.88
ea.

O'AHU PINEAPPLE MANGO CHICKEN
500 g, SERVES 4

mom

Sweet mom

Visit metro.ca for this Chocolate Chip Cheesecake Bites recipe



6⁴⁹ ea.
ROBIN HOOD OR FIVE ROSES FLOUR 2.5 kg SELECTED VARIETIES



2 for 8⁰⁰ or 4.49 ea.
HERSHEY'S CHIPITS 200 - 270 g SELECTED VARIETIES

IRRESISTIBLES PURE VANILLA EXTRACT 46 ml SELECTED VARIETIES

3⁹⁹ ea.



16⁹⁹ ea.



GERBERA BOUQUET ASSORTED COLOURS



12⁹⁹ ea.

HYDRANGEA 4.5" POT ASSORTED COLOURS



16⁹⁹ ea.

CARNATIONS OR ALSTROEMERIA ASSORTED VARIETIES AND COLOURS

SELECTION BAKING POWDER 450 g SELECTED VARIETIES

4⁴⁹ ea.



Just for you mom

2⁹⁹ ea.

REDPATH BROWN SUGAR 1 kg SELECTED VARIETIES



6⁹⁹ ea.

STORCK MERCI CHOCOLATE 200 g



3⁹⁹ ea.

EAGLE BRAND CONDENSED MILK 300 ml SELECTED VARIETIES



2 for 16⁰⁰ or 8.49 ea.

CANADA DRY RASPBERRY LEMONADE GINGERALE 12 x 355 ml SELECTED VARIETIES



50⁰⁰ ea.

LOVING ROSE BOUQUET ASSORTED COLOURS



mom

let's brunch



FRONT STREET BAKERY
ALL BUTTER
MINI CROISSANTS
PKG. OF 12, 336 g

4.49 ea.

FRONT STREET BAKERY
CINNAMON BUNS
PKG. OF 4, 620 - 650 g

5.49 ea.

IRRESISTIBLES
ARTISAN DRY CURED
BACON OR
JOHNSONVILLE
BREAKFAST SAUSAGES
375 g
SELECTED VARIETIES

2 for 10.00

2.49 ea.

STORE MADE
PARTY SIZE DELUXE
FRUIT SALAD
1.5 kg

14.99 ea.

OAKRUN
ENGLISH MUFFINS
OR CRUMPETS
PKG. OF 6
SELECTED VARIETIES

2.99 ea.

SABATINI'S
Gourmet Foods

Ham Quiche
Quiche au jambon
500 g

9.99 ea.

BURNBRAE
EGG CREATIONS
500 g
SELECTED VARIETIES

4.49 ea.

FOUR O'CLOCK
TEA BAG
16 UN
SELECTED VARIETIES

5.99 ea.

NOT FROM CONCENTRATE
FRESH
PRESSED
APPLE JUICE
1.65 L

3.99 ea.

Baked in My Metro



 <p>5.49 ea.</p> <p>Front Street Bakery Braided Strudel 420 g SELECTED VARIETIES Strudel tressé Front Street Bakery 420 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>4.79 ea.</p> <p>Front Street Bakery Fruit Bites PÂTES DE 12, 240 g Bouchées aux fruits Front Street Bakery EMB. DE 12, 240 g</p>	 <p>3.79 ea.</p> <p>Front Street Bakery Sourdough Bread 500 g Pain au levain Front Street Bakery 500 g</p>	 <p>3.79 ea.</p> <p>Front Street Bakery Rye Bread 450 g, SELECTED VARIETIES Pain de seigle Front Street Bakery 450 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>
 <p>4.49 ea.</p> <p>Front Street Bakery Scones PÂTES DE 4, 204 g SELECTED VARIETIES Scones Front Street Bakery EMB. DE 4, 204 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>7.99 ea.</p> <p>Irresistibles Artisan Fruit Pies 750 g SELECTED VARIETIES Tartes aux fruits Artisan Irresistibles 750 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>3.79 ea.</p> <p>Front Street Bakery Baguette 325 g, SELECTED VARIETIES Baguette Front Street Bakery 325 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>3.79 ea.</p> <p>Front Street Bakery Rustic Country or Rosemary Belgian Bread 450-500 g Miche rustique ou pain belge au romarin Front Street Bakery 450-500 g</p>

 <p>4.29 ea.</p> <p>Dempster's Signature Buns SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Michettes Signature Dempster's FORMATS SÉLECTIONNÉS VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>4.99 ea.</p> <p>La Petite Bretonne Micro Croissants or Mini Chocolate Buns 350-400 g Micro croissants ou chocolatinés La Petite Bretonne 350-400 g</p>
 <p>7.99 ea.</p> <p>Little Northern Bakehouse Wide Sliced Gluten Free Breads 567 g, SELECTED VARIETIES Pain sans gluten Little Northern Bakehouse en tranches larges 567 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>6.49 ea.</p> <p>BFree Tortillas or Pita Breads 164-252 g, SELECTED VARIETIES Tortillas ou pains pita BFree 164-252 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>

Mother's Day Desserts

 <p>18.99 ea.</p> <p>Front Street Bakery Mother's Day Dessert Cakes 800-1000 g, SELECTED VARIETIES Gâteau Front Street Bakery pour la fête des Mères 800-1000 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>14.99 ea.</p> <p>Front Street Bakery Heart Shaped Chocolate Cake 650 g Gâteau en cœur Front Street Bakery au chocolat 650 g</p>
 <p>28.99 ea.</p> <p>Front Street Bakery Red or Pink Velvet Cake 1.2-1.45 kg Gâteau Velours rouge ou rose Front Street Bakery 1.2-1.45 kg</p>	 <p>6 for 12.00</p> <p>Front Street Bakery Single Serve Desserts SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Desserts individuels Front Street Bakery FORMATS SÉLECTIONNÉS VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>

Snacks & Beverages

 <p>5.49 ea.</p> <p>Black Diamond or Cracker Barrel Combo Cheese 31.43 g, SELECTED VARIETIES COMBO de fromage Black Diamond ou Cracker Barrel 31.43 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>2.99 ea.</p> <p>Pringles Chips SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Croustilles Pringles FORMATS SÉLECTIONNÉS VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>2 for 6.00</p> <p>Boisson énergisante Monster FORMATS SÉLECTIONNÉS VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>2 for 7.00</p> <p>Riceworks Rice Crisps SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES 80-9.99 EA. Croustilles de riz Riceworks FORMATS SÉLECTIONNÉS VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES OU 3.99 CH.</p>
 <p>2 for 7.50</p> <p>Skittles or Starburst Candy 100-191 g, SELECTED VARIETIES Bonbons Skittles ou Starburst 100-191 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>2 for 5.50</p> <p>Excel Mints 34 g, SELECTED VARIETIES Menthes Excel 34 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>2.99 ea.</p> <p>Ritter Sport Chocolate Bar 100 g, SELECTED VARIETIES Tablette de chocolat Ritter Sport 100 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>4.99 ea.</p> <p>Blue Diamond Almonds 170 g, SELECTED VARIETIES Amandes Blue Diamond 170 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>

SPRING INTO SNACKING

 <p>2.99 ea.</p> <p>CHEEZ-IT CRACKERS SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES</p>	 <p>3.49 ea.</p> <p>CHEEZ-IT OR TOWN HOUSE CRACKERS SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES</p>
---	--

 <p>1.49 ea.</p> <p>Selection Wafers 200 g, SELECTED VARIETIES Gaufrettes Selection 200 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p>	 <p>12.99 ea.</p> <p>Corona Sunbrow Non-Alcoholic Beer 6 x 330 ml Bière désalcoolisée Sunbrow Corona 6 x 330 ml</p>
---	--

 <p>2 for 5.50 or 3.29 ea.</p> <p>SOBER CARPENTER REAL CRAFT BEER NO ALCOHOL! SOBER CARPENTER NON-ALCOHOLIC BEER 473 ml SELECTED VARIETIES</p>	 <p>2 for 5.50 or 3.29 ea.</p> <p>CLEVER MOCKTAILS DELICIOUS MOCKTAILS READY TO DRINK CLEVER NON-ALCOHOLIC MOCKTAILS 355 ml SELECTED VARIETIES</p>
---	--

CLAMATO CAESAR DAY

NATIONAL CAESAR DAY MAY 16

2 for 8.00

MOTT'S CLAMATO 1.89 L
SELECTED VARIETIES

Trademark used under license by Canada Dry Mott's Inc.

FOR PERSONALIZED COUPONS, DOWNLOAD OUR APP OR VISIT metro.ca

More Great Savings

<p>Barilla Pasta 340-400 g, SELECTED VARIETIES Pâtes Barilla 340-400 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>2 for 5.00</p>	<p>Dainty Brown Rice 425-500 g, SELECTED VARIETIES Riz Dainty brun ou mélange grains longs & riz sauvage 425-500 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>3.99 ea.</p>	<p>VH Sauces 340-380 ml SELECTED VARIETIES OU 3.99 EA.</p> <p>2 for 7.50</p> <p>5 BONUS MILES when you buy 2</p>	<p>Bertoli Olive Oil 500 ml SELECTED VARIETIES Huile d'olive Bertoli 500 ml VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>10.99 ea.</p>
<p>Knorr Vegetable Soups 1-4.4L, SELECTED VARIETIES OU 1.99 EA.</p> <p>4 for 7.00</p>	<p>Lipton Cup-a-Soup Chicken Noodle Packet et nouilles</p> <p>3 for 8.00</p> <p>5 BONUS MILES when you buy 3</p>	<p>CRISSOL CROUTONS 125 g, SELECTED VARIETIES CROUTONS CRISSOL 125 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>3.49 ea.</p> <p>10 BONUS MILES when you buy 2</p>	<p>Bertoli Olives 250 ml, SELECTED VARIETIES Olives Bertoli 250 ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>4.49 ea.</p>
<p>Club House Seasoning or Blends SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Assaisonnements ou mélanges Club House FORMATS SÉLECTIONNÉS VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>4.49 ea.</p>	<p>Hellmann's REAL VRAIE Mayonnaise 710-890 ml, SELECTED VARIETIES Mayonnaise Hellmann's 710-890 ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>6.99 ea.</p>	<p>Matt & Steve's Baby Bites Pickles 500-750 ml, SELECTED VARIETIES Petits cornichons Matt & Steve's 500-750 ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>5.49 ea.</p>	<p>Gay Lea Sour Cream 250 ml, LOW FAT 250 ml, ORIGINAL</p> <p>2.99 ea.</p>
<p>Healthy Choice Simply Frozen Meal SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Repas surgelés Healthy Choice FORMATS SÉLECTIONNÉS VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>5.49 ea.</p> <p>5 BONUS MILES when you buy 2</p>	<p>PRIMO Crushed Tomatoes 796 ml, SELECTED VARIETIES OU 2.19 EA.</p> <p>2 for 4.00</p>	<p>Irresistibles Life Smart Beans 540 ml, SELECTED VARIETIES Légumineuses Mieux-être Irresistibles 540 ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>1.69 ea.</p>	<p>Mr. Noodles Instant Noodle Soup 85 g, SELECTED VARIETIES Soupe aux nouilles instantanée Mr. Noodles 85 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>2 for 1.00</p>
<p>Becel Margarine SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Margarine Becel FORMATS SÉLECTIONNÉS VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>4.99 ea.</p>	<p>Smucker's Uncrustables 4 x 52-58 g, SELECTED VARIETIES Uncrustables Smucker's 4 x 52-58 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>4.99 ea.</p>	<p>Oasis Health Break Juice 1.5-1.6 L, SELECTED VARIETIES Jus d'orange ou jus Pause Santé Oasis 1.5-1.6 L, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>5.49 ea.</p>	<p>Ocean Spray Cranberry Juice or Cocktail 1.77-1.89 L, SELECTED VARIETIES Jus ou cocktail de canneberge Ocean Spray 1.77-1.89 L, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>2 for 8.00</p>
<p>QUAKER Peaches & Cream 232-384 g, SELECTED VARIETIES Gruau Quaker 232-384 g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>4.49 ea.</p>	<p>Tetley pure peppermint HERBAL TEA 40-48 ml, SELECTED VARIETIES Thé Tetley 40-48 ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>8.99 ea.</p>	<p>Tim Hortons Coffee Capsules 10-12 ml, SELECTED VARIETIES Café Tim Hortons en capsules 10-12 ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES</p> <p>10.99 ea.</p>	<p>Kellogg's Special K Cereal Bars 125-190 g, SELECTED VARIETIES OU 4.49 EA.</p> <p>2 for 8.00</p>

WE'VE GOT THE FLAVOUR
EXPLORE GRILLING RECIPES & TIPS ON OUR FLAVOUR MAKER APP

FRENCH'S YELLOW MUSTARD
400 ml

2.99 ea.

FRANK'S REDHOT SAUCE
354 ml, SELECTED VARIETIES

4.49 ea.

FRENCH'S KETCHUP
750 ml-1 L, SELECTED VARIETIES

4.99 ea.

START YOUR ACTIVA GUT HEALTH CHALLENGE

2 ACTIVA PER DAY FOR 14 DAYS

ACTIVA
active probiotics - probiotiques actifs

ACTIVA
plain no gelatin (no added sugar)
FIBRE

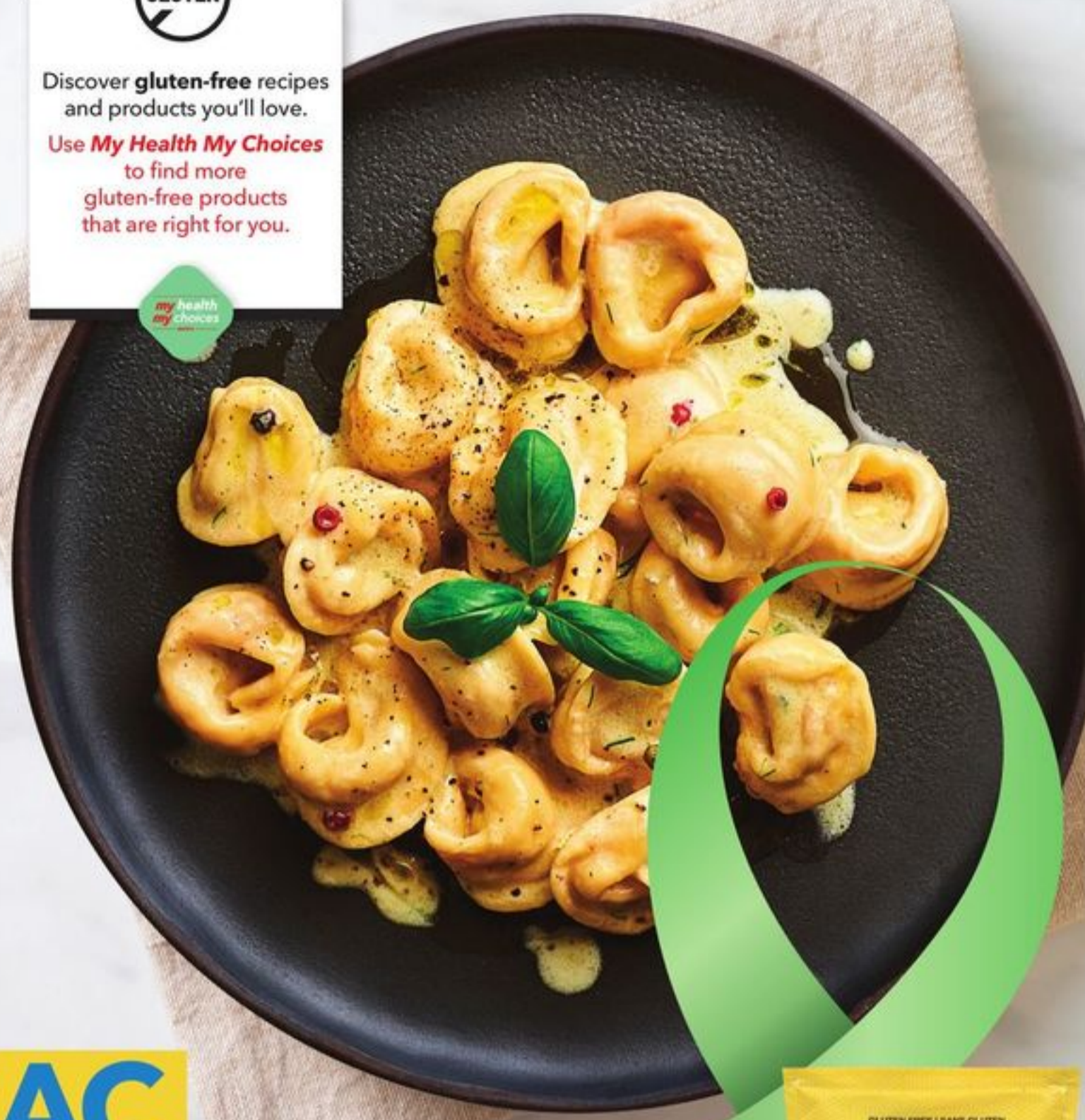
4.49 ea.

Activa may help reduce the frequency of minor digestive issues like bloating, gas, discomfort and constipation when consumed twice per day for 14 days. To get a 14-day supply of Activa, visit metro.ca/activa. *2 months. **1 month. ***10-12 weeks. © 2018 Unilever Canada. All rights reserved.

GLUTEN

Discover **gluten-free** recipes and products you'll love. Use **My Health My Choices** to find more gluten-free products that are right for you.

My Health My Choices



MAY IS

CELIAC AWARENESS MONTH

A 100% gluten-free diet is the only treatment for celiac disease, which is why Metro has such a great selection of foods & snacks you can savour, safely.



Gluten-Free

9⁹⁹ ea.

PIETRO'S FROZEN PASTA 300 g SELECTED VARIETIES



6⁴⁹ ea. LA TORTILLA FACTORY TORTILLA 3% g SELECTED VARIETIES



8⁴⁹ ea. CAULIPOWER PIZZA 312 g SELECTED VARIETIES



3⁴⁹ ea. HARVEST SNAPS SNACK 71-93 g SELECTED VARIETIES



2 for 6⁰⁰ or 3.29 ea. NATUR-A SOY BEVERAGE 946 ml SELECTED VARIETIES



7⁹⁹ ea. GIMME SEAWEED CHIPS 6 x 4.5-5 g SELECTED VARIETIES



5⁹⁹ ea. THE GLUTEN FREE BITES 113 g SELECTED VARIETIES



4⁹⁹ ea. MADE GOOD CRACKERS 100-121 g SELECTED VARIETIES

Tasty & gluten-free: sprinkle hemp seeds on mac & cheese



3⁹⁹ ea. DAIYA MACARONI 300 g SELECTED VARIETIES

7⁹⁹ ea. MANITOBA HARVEST HEMP HEARTS SEED 227 g SELECTED VARIETIES



2 for 8⁰⁰ QUESTBAR PROTEIN BAR 60 g SELECTED VARIETIES



5⁴⁹ ea. STOKED OATS GRANOLA 300 g SELECTED VARIETIES



4⁹⁹ ea. ANGIE'S BOOM CHICKA POP PUFF 170 g SELECTED VARIETIES



3⁹⁹ ea. G.H. CRETORS POPCORN 213 g SELECTED VARIETIES

Non-GMO

Celestial Tea Bags 18 in. SELECTED VARIETIES
Thé Celestial en sachets 18 in. VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

4⁹⁹ ea.



Rise Kombucha 414 ml SELECTED VARIETIES
Kombucha Rise 414 ml VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3⁹⁹ ea.



Annie's Bunny Fruit Snacks 198 g SELECTED VARIETIES
Collations Bunny Fruit Annie's 198 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5⁹⁹ ea.



Trubar Protein Bar 50 g SELECTED VARIETIES
Barre protéinée Trubar 50 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

2 for 5⁰⁰



Kicking Horse Whole Bean Coffee 454 g SELECTED VARIETIES
Café Kicking Horse en grains 454 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

16⁹⁹ ea.



Brianna's Dressing 296 ml SELECTED VARIETIES
Vinaigrette Brianna's 296 ml VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

7⁴⁹ ea.



Terra Chips 141 g SELECTED VARIETIES
Croustilles Terra 141 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5⁴⁹ ea.



Plant-Based

gardenin 230-390 g SELECTED VARIETIES
Repas surgelé Gardenin 230-390 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

7⁹⁹ ea.



Beyond Moo Oatgurt 550 g SELECTED VARIETIES
Oatgurt Beyond Moo 550 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

4⁹⁹ ea.



Life Smart Quinoa 350 g
Mieux-être 350 g

BUY MORE SAVE MORE!

2 for 6⁰⁰ LESS THAN 2 PAY 3.99 EA.



MaraNatha Peanut Butter 500 g SELECTED VARIETIES
Beurre d'arachide MaraNatha 500 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

8⁹⁹ ea.



Gluten-Free

Fody Pasta Sauce 547 ml SELECTED VARIETIES
Sauce pour pâtes Fody 547 ml VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5⁹⁹ ea.



Nairn's Cookies 160 g SELECTED VARIETIES
Biscuits Nairn's 160 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

4⁹⁹ ea.



Schär Crackers 210 g SELECTED VARIETIES
Craquelins Schär 210 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

8⁴⁹ ea.



Schär Honeygrams 140g
Biscuits Honeygrams Schär 140 g

5⁹⁹ ea.



Baby & Health

Earth's Best Baby Snacks 13.99 EA.
Collations Earth's Best pour bébés FORMATS SÉLECTIONNÉS, OU 1.99 CH.

2 for 7⁰⁰



Gerber Baby Cereal 200 g SELECTED VARIETIES
Céréales Gerber pour bébés 200 g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

4⁹⁹ ea.



Household Helpers

Palmolive Dishwashing Detergent 591-628 ml SELECTED VARIETIES
Détergent Palmolive pour la vaisselle 591-628 ml VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3⁴⁹ ea.



Selection Yard Bags 5 in.
Sacs Selection pour résidus de jardin 5 in.

2 for 8⁰⁰



Ziploc Freezer or Sandwich Bags or Glade Candles SELECTED SIZES
Sacs à congélation ou à sandwich Ziploc ou chandelles Glade FORMATS SÉLECTIONNÉS

4⁹⁹ ea.



Swiffer DRY SWEEPING CLOTHS
Swiffer Cleaning Cloth Refills SELECTED SIZES
Recharges de lingettes Swiffer pour le nettoyage FORMATS SÉLECTIONNÉS

8⁴⁹ ea.



LACTATION COOKIES
MADE WITH LOVE FOR BREASTFEEDING MOMS!
FOR EVERY BOX SOLD WE GIVE BACK TO SUPPORT BREASTFEEDING EDUCATION.

9⁹⁹ ea.



Protein That's Pro-You
Fast-acting. Delicious. 25 g of protein per scoop.

29⁹⁹ ea.



Fleecy Fabric Softener or Clorox Cleaners SELECTED SIZES
Assouplissant textile Fleecy ou nettoyants Clorox FORMATS SÉLECTIONNÉS

4⁹⁹ ea.



Resolve Stain Remover SELECTED SIZES
Détachant Resolve FORMATS SÉLECTIONNÉS

6⁹⁹ ea.



Happy Mother's Day
\$10 OFF
\$50 Boston Pizza and \$50 H&M Gift Cards
Offer valid May 9 - 15, 2024



Liquid-Plumr Drain Cleaner 473-900 ml SELECTED VARIETIES
Nettoyant pour tuyaux Liquid Plumr 473-900 ml VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

7⁴⁹ ea.



Royale Bathroom Tissue 24 x 48 ROLLS SELECTED VARIETIES
Papier hygiénique Royale 24 x 48 ROLLEUX, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

15⁹⁹ ea.



FOR PERSONALIZED COUPONS, DOWNLOAD OUR APP OR VISIT metro.ca

metro.ca

YOUR ONLINE GROCERIES

SAVE
\$40

\$20 off on your first 2 online orders*

PROMO CODES
MOM1 - MOM2

**+ 1 MONTH
OF UNLIMITED
DELIVERY
FOR FREE***



Shop Now

*Applicable on orders of \$75 or more. Metro.ca Unlimited Delivery 1-Month Plan must be added to cart and will be credited when promo code is entered on your first order. Offer expires May 15th, 2024. Your delivery must be scheduled before May 15th, 2024. Certain conditions apply. Details on metro.ca.



Nestlé®

Good Food, Good Life

Your favourite at any time!



20⁹⁹ ea.
STARBUCKS GROUND COFFEE 793 - 907 g OR COFFEE CAPSULES 24 in SELECTED VARIETIES



6⁴⁹ ea.
NESCAFÉ GOLD OR SWEET & CREAMY INSTANT COFFEE 90 - 100 g, 16 - 18 in SELECTED VARIETIES



4⁹⁹ ea.
NESCAFÉ RICH INSTANT COFFEE 95 g



7⁴⁹ ea.
STARBUCKS COFFEE CREAMER OR ICED COFFEE SELECTED SIZES SELECTED VARIETIES



7⁴⁹ ea.
NESTEA LEMON ICED TEA POWDER 75 g



2 for 9⁰⁰
NESTLÉ CHOCOLATES MULTIPACK SELECTED SIZES SELECTED VARIETIES



2 for 9⁰⁰
Less than 2 pay 6.49 ea.
NESTLÉ CHOCOLATE BAGS 135 - 203 g SELECTED VARIETIES



12⁹⁹ ea.
BOOST MEAL REPLACEMENT 6 x 237 ml OR 4 x 325 ml SELECTED VARIETIES



10⁹⁹ ea.
MAISON PERRIER, PERRIER OR SAN PELLEGRINO SPARKLING SPRING WATER 6 x 1 L SELECTED VARIETIES



7⁹⁹ ea.
MAISON PERRIER, PERRIER OR SAN PELLEGRINO SPARKLING SPRING WATER 8 x 330 ml SELECTED VARIETIES



9⁹⁹ ea.
HÄAGEN DAZS ICE CREAM LARGE TUBS 946 ml SELECTED VARIETIES



5⁹⁹ ea.
NESTLÉ DRUMSTICK ICE CREAM OR DEL MONTE SORBET OR GELATO 946 ml SELECTED VARIETIES



2 for 11⁰⁰
Less than 2 pay 7.49 ea.
HÄAGEN DAZS ICE CREAM SELECTED SIZES SELECTED VARIETIES

Cadbury
SHARE GOODNESS

JOIN US IN DONATING
\$200,000 TO
CANADIAN FOOD BANKS*



2 for
11⁰⁰

CADBURY
MULTI CHOCOLATE
4 UN
SELECTED VARIETIES



2 for
11⁰⁰

CADBURY
CHOCOLATE BARS
200 g
SELECTED VARIETIES



CADBURY
CHOCOLATE BARS
80 - 100 g
SELECTED VARIETIES

2 for
5⁵⁰



2 for
7⁰⁰

CADBURY
MICRO CHOCOLATE EGGS
90 g



BUY MORE
SAVE MORE!

4 for
5⁰⁰
Less than 4
pay 1.89 ea.

CADBURY
CHOCOLATE BARS
33 - 60 g
SELECTED VARIETIES



2 for
9⁰⁰

CADBURY
CHOCOLATE BAGS
SELECTED SIZES
SELECTED VARIETIES



2 for
11⁰⁰

CADBURY
CHOCOLATE BARS
90 g
SELECTED VARIETIES

*Cadbury is donating \$100k to select food banks in Canada. You can help raise \$100k more - \$0.10 from the purchase of displayed Cadbury product between April 1, 2024 and May 10, 2024, at participating retailers, will be donated to select food banks up to a maximum of \$100k.