

metro
PLUS

Sainte-Agathe-des-Monts

Faites le plein
d'économies
pour débuter
l'été en beauté!



244

CHOU-FLEUR
PRODUIT DES É.-U. ET/OU IMPORTÉ DU MEXIQUE,
CAT. No 1, GR 12
CAULIFLOWER

Essayez
cette recette
de poulet aux
olives, citron
et fenouil!

cliquez ici

127
/lb



CUISSES DE
POULET FRAIS
AVEC DOS, FORMAT
ÉCONOMIQUE
FRESH CHICKEN LEGS
WITH BACK, ECONOMIC PACK
2,80/kg



397

FROMAGE EXTRA CHEDDAR
KRAFT
SUISSE, 14 TRANCHES, 390 g
KRAFT EXTRA CHEDDAR CHEESE



99¢

SAUCE ST-HUBERT
398 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ST-HUBERT SAUCE

Spéciaux en vigueur du 16 au 22 mai 2024 chez vos marchands Metro Plus Sainte-Agathe-des-Monts, situé au 1050 Rue Principale, Sainte-Agathe-des-Monts et au Metro Val-David, situé au 2500 rue de l'Église, Val-David.

m

mon épicier

profitons du looong week-end!

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



Gaspésie

7.75
/lb

HOMARD VIVANT
ENV. 1 LB À 1.14 lb
LIVE LOBSTER
17.09/kg

3X
vos points

Si la température le permet



GÉANTES
plus charnues

3.99
/lb



CERISES
PRODUIT DE LA CALIFORNIE, 10.5 RANGS
CHERRIES
8.80/kg



maigre

3.99
/lb

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



produit d'ici

20%
de rabais
sur toutes les variétés de Platinum Angus AAA



BOEUF PLATINUM ANGUS AAA



2.47

CROUSTILLES LAY'S
220-225 g, POISSABLES 130 g, BAKED 177 g.
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LAY'S POTATO CHIPS



13.99

CAFÉ MOULU
VAN HOUTTE
908 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
VAN HOUTTE GROUND COFFEE



imbattable
4.94

FRANZISES GLACÉES DRUMSTICK
4 x 140 ml (100 ml par bûche)
VANILLE AU CARAMEL
FRANZISES GLACÉES DRUMSTICK
4 x 140 ml (100 ml par bûche)
GLACÉ, VRAIE CRÈME GLACÉE, 1.5 L, BEU MOYEN
FRANZISES GLACÉES DRUMSTICK
4 x 140 ml (100 ml par bûche)
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
DRUMSTICK FROZEN TREATS

produit d'ici

99¢ /lb

TOMATES ROUGES DE SERRE
PRODUIT DU QUÉBEC OU
POMMES RED PRINCE
PRODUIT DU CANADA, GR 110-113
HOTHOUSE RED TOMATOES
OR RED PRINCE APPLES
2,16/kg

consultez la recette de sandwich vietnamien banh-mi
cliquez ici

999 /lb

FILETS DE MORUE DU PACIFIQUE
SANS ARÊTES, FORMAT ÉCONOMIQUE
PACIFIC COD FILLETS, ECONOMIC PACK
22,02/kg

FRÂCHEUR TRACÉABLE
DE LA PÊCHE À L'ÉTAPE

BIO

2/398

BLEUETS BIOLOGIQUES
PRODUIT DES É.-U. ET/OU IMPORTÉS DU MEXIQUE,
170g
ORGANIC BLUEBERRIES

2/5\$

MÉLANGE DE SALADE OU LAITUE LES FERMES GOOD LEAF
PRODUIT DU QUÉBEC, 103 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LES FERMES GOOD LEAF SALAD MIX OR LETTUCE

MAYONNAISE HELLMANN'S
710-890 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
HELLMANN'S MAYONNAISE

imbattable

595

5/9\$ ou 1,99 l'unité

BLACK Soil - Terre NOIRE
27 L / 5 kg

GARDEN Soil - Terre NOIRE
27 L / 5 kg

TERRE SELECTION
À JARDIN, NOIRE, 27-27 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION SOIL

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

199

BISCUITS CÉLÉBRATION LECLERC
180-350 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LECLERC CÉLÉBRATION COOKIES

Cette semaine seulement

mon spécial appli
à l'achat d'une unité

244¢

SAUCISSES FUMÉES LESTERS
450 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LESTERS WIENERS

344¢

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

vendredi en folie!

17 mai seulement

grosses crevettes

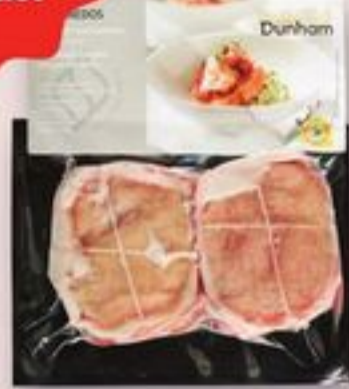
599
7,99 le reste de la semaine

CREVETTES BLANCHES DU PACIFIQUE
IRRESISTIBLES
SOURPELLES, 100% CRUES
FACILES À PÉLER, 21-25 cm, /lb, 340 g
IRRESISTIBLES PACIFIC WHITE SHRIMP



BURGERS DE BŒUF IRRESISTIBLES
SURGÈLES, 102 g (3 1/2 oz)
SÉLECTION 1,36 kg
MEUR-ÈTRE NATURALIA 158 g
BELMONT 556 g
CASA GRECQUE 4 STEAKS
DE BŒUF 490 g, DUNHAM
TOURNOIRS DE POULET
2750 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
IRRESISTIBLES
FROZEN BEEF BURGERS

**économisez
25%**
sur le 2e paquet
le moins cher



TARTARE SHAKER
SURGÈLE, SAUMON,
THON, 105 g
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SHAKER TARTARE

9.99



SAUCE POUR PÂTES CLASSICO
400-650 ml, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
CLASSICO PASTA SAUCE

3.99



6\$ de rabais
à l'achat de
2 bouteilles

VIN ROUGE,
BLANC OU
ROSÉ
750 ml (1 L)
VOS SÉLECTION
EN MAGASIN
RED, WHITE
OR ROSE WINE



PORTIONS
DE POULET PANÉES
STYLE PUB, JANES
SURGÈLES, 100 g
AILES DE POULET, 660 g
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
JANES PUB STYLE FROZEN
BREADED CHICKEN PORTIONS

**à partir de
9.99**



35% de rabais
sur charcuterie
Irresistibles Artisan
du comptoir service

CHARCUTERIES
IRRESISTIBLES
ARTISAN
VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
IRRESISTIBLES ARTISAN
BELL COLD CUTS



TARTE
CITRON-MERINGUE,
617 g
PIE

5\$



ŒUFS BLANCS SÉLECTION
NATURELLE, CALIBRE GROS, 18 œufs
NATURELLE, MEUR-ÈTRE BIOLOGIQUE POULES
EN LIBERTÉ, CALIBRE MOYEN, DOIT
SÉLECTION WHITE EGGS

5.59



YOGURT
MÉDITERRANÉE LIBERTÉ
500 g, YOP-LAIT SOURCE 0% 630 g,
PROTÉINES 650 g, YOGOURT TUBES
82.5 g, MINIBOÛTES YOGURT 630 g,
6/60 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
LIBERTÉ MÉDITERRANÉE YOGURT

15 points

2.99



**Jusqu'à
43% de rabais**

NOIX IRRESISTIBLES
175-250 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES NUTS
3.99 l'unité



RIZ BISTROT
EXPRESS
BEN'S
ORIGINAL
240-250 g, STYLE
ÉPICÉ, RISOTTO,
240 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
BEN'S ORIGINAL
BISTROT EXPRESS RICE

3/8.97



BIÈRE CORONA EXTRA, STELLA
ARTOIS, HEINEKEN, SAPPORO
CAISSE, BOÛTE, OU CANETTES CONSIGNÉES
37.5-550 ml, VOS SÉLECTION EN MAGASIN
BEER

18.99

5.77

PIZZA STEFANO FAITA
SOMMÈLE, 395-425 g, BRÉSISSTABLES LÈVE-À-DU-FOUR 744-829 g.
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
STEFANO FAITA FROZEN PIZZA

économisez
2\$ à l'achat de 2 pains

40 points à l'achat de 2

produit d'ici

PAIN TRANCHE POM CLUB NATURE, 520-675 g
BON MATIN 14 CÉRÉALES GRAINS, 395 g
POM SUPERCLUB SANDWICH, 100 g
Villaggio CLASSICO, 395 g

2.99

CAFFÉ INSTANTANÉ MAXWELL HOUSE
150 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MAXWELL HOUSE INSTANT COFFEE

Maxwell House
DÉCAFEINÉ
TORRÉFACTION ORIGINALE

BIÈRE ARCHIBALD, UNIBROU, BRASSEUR DE MONTREAL, BUD LIGHT CHELADA
CAISSE, BOUT, OU CANETTES CONSIGNÉES
12/340-355 mL, SIMPLY SPIKED BOISSON DE MALT ALCOOLISÉE, WHITE CLAM, COORS SELTZER, CAISSE, CANETTES CONSIGNÉES
12/355 mL, PEPITO BOISSON ALCOOLISÉE, CAISSE, CANETTES 12/355 mL, 4 L, VOIR SÉLECTION EN MAGASIN
BEER

au choix
100 points à l'achat de 2

19.99 à l'achat de 2 ou à partir de 20.99 la caisse

15 points

2.77

SAUCE CHINOISE VH
240-255 mL, SAUCE SOYA 200 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
VH CHINESE SAUCE

VH
SOYA SAUCE SAUCE SOYA
PLUM PRUNES
Dressing à l'ail • Vinaigrette

100 points à l'achat de 2

19.99 à l'achat de 2 ou à partir de 20.99 la caisse

100 points à l'achat de 2

2/64.98 ou à partir de 36.99 la caisse

BUD LIGHT

BIÈRE LABATT, BUD LIGHT, MOLSON ULTRA, SLEEMAN CLEAR 2.0
CAISSE, BOUT, OU CANETTES CONSIGNÉES
24/340-355 mL, VOIR SÉLECTION EN MAGASIN
BEER

100 points à l'achat de 2

2/68.98 ou à partir de 37.99 la caisse

BIÈRE LABATT, BUDWEISER, MOLSON DRY
CAISSE, BOUT, OU CANETTES CONSIGNÉES
24/340-355 mL, VOIR SÉLECTION EN MAGASIN
BEER

l'événement
1\$ 2\$ 3\$ 4\$ 5\$

OH HENRY!
CARAMILK
Mars

10 points

1\$

FRIANDISES CHOCOLATÉES MARS, CADBURY, NESTLÉ, HERSEY'S
30-60 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MARS, CADBURY, NESTLÉ, HERSEY'S CHOCOLATE TREATS

produit d'ici

PAINS À HAMBURGER OU À HOT-DOG SELECTION
12 UN. SELECTION PAINS MINI HAMBURGER, 12 UN. PAIN À SANDWICH 675 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION HAMBURGER DE HOT DOG BUNS
Voir réduction sur reçu de caisse

2\$ de rabais à l'achat de 2 pains

40 points à l'achat de 2

5\$

PÂTES FRAÎCHES OLIVIERI
340 g, TORTILLINI 250 g, RAVIOLI 300 g, GNOCCHI 200-300 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
OLIVIERI FRESH PASTA

3\$ de rabais à l'achat de 2 produits

produit d'ici

PAINS À HOT-DOG OU À HAMBURGER POM
4-8 UN., PULLAOGON 6-12 UN., TACHON PETITS GÂTEAUX 6-12 UN., VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
POM HOT DOG OR HAMBURGER BUNS
Voir réduction sur reçu de caisse

20 points

4\$

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

QUAKER
CROQUE NATURE
RECETTE ORIGINALE

Kellogg's
FROSTED FLAKES
BOUILLÉES
NOUVEAU
GOURMET

5\$

JUS D'ORANGE RÉFRIGÉRÉ
IRRÉSISTIBLES
1.5 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRÉSISTIBLES
REFRIGERATED ORANGE JUICE

4\$

NOIX DE CAJOU PLANTERS
AMANDES, 200 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PLANTERS CASHEWS

PLANTERS
LÉGÈREMENT SALES
Noix de cajou

PLANTERS
Noix de cajou salées

metro.ca

MON ÉPICERIE EN LIGNE

**COMMANDEZ EN LIGNE ET GAGNEZ
DU TEMPS, ON LIVRE CHEZ VOUS!**

ÉCONOMISEZ

60 \$

15\$ de rabais sur vos
4 premières commandes*

CODES PROMO

**FRAIS1
FRAIS2
FRAIS3
FRAIS4**



Magasinez maintenant

*Certaines conditions s'appliquent. Détails sur metro.ca

dites bonjour à

3000

valeur de
24\$

points de bienvenue*



en savoir plus



moi

* Des conditions s'appliquent. Allez à rbc.com/moi pour obtenir tous les détails.

des fruits et légumes

20 points

2⁹⁹

FRAISES
PRODUIT DES É.-U.
CUT. NO. 1, 454 g ou
MÛRES
IMPORTÉES DU
MEXIQUE, 170 g
STRAWBERRIES
OR BLACKBERRIES

sac de 3 unités

POIVRONS DE SERRE DE COULEURS VARIÉES
PRODUIT DU CANADA, 3 un.
HOTHOUSE ASSORTED COLORS PEPPERS

4⁹⁹

produit 0101

2/5\$

couronne

COURONNE DE BROCOLI
PRODUIT DES É.-U. ET/OU IMPORTÉE DU MEXIQUE
BROCCOLI CROWN

extra gros

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

3⁹⁹ /lb

jumbo

5⁹⁹ ch.

CANTALOUPE
IMPORTÉ DU GUATEMALA, GR 6
CANTALOUPE

20 points

3⁴⁹ /lb

HARICOTS VERTS
PRODUIT DES É.-U.
GREEN BEANS
7,69/kg

AUBERGINES
PRODUIT DES É.-U.
ET/OU IMPORTÉES DU MEXIQUE
EGGPLANTS
4,39/kg

1⁹⁹ /lb

CROÛTONS IRRESISTIBLES
PRODUIT DES É.-U.
345 g, VIGN VARIÉTÉS
EN MAGASIN
IRRESISTIBLES
CROUTONS

2⁹⁹

Attitude
Mélange de légumes
et multigrains
Chesse & garlic
Tomago & oil

POMMES DE TERRE
BBO PARFAITE
PRODUIT DU QUÉBEC, PAKET 4
BBO PARFAITE POTATOES

3⁹⁹

produit 0101

BBQ PARFAITE

gros format

prix spécial

7⁹⁹

Attitude
MELANGE DE SALADE AVEC
GARNITURES ATTITUDE
PRODUIT DES É.-U. 345 g, VIGN VARIÉTÉS
EN MAGASIN
ATTITUDE SALAD MIX WITH TOPPING

prix membre

6⁹⁹

Attitude
SPRING MIX
MÉLANGE
PRINTEMPS
CAESAR CÉSAR

6 variétés

TREMPETTE
MARZETTI
PRODUIT DES É.-U.
340 g, VIGN VARIÉTÉS
EN MAGASIN
MARZETTI DIP

4⁹⁹

Marzetti
ailon à la française
Marzetti
ranch
Marzetti
pour légumes

metrogo! préparés en magasin

gros plateaux

5 variétés disponibles

24⁹⁹

PLATEAU DE FRUITS OU DE LÉGUMES
AVEC DU SANS TREMPETTE, 1,92-4,44, VIGN VARIÉTÉS EN MAGASIN
FRUIT OR VEGETABLE TRAY

16 variétés disponibles

à partir de

3⁹⁹

BROCHETTES DE LÉGUMES
LÉGUMES COUPÉS, 275-425 g,
VIGN VARIÉTÉS EN MAGASIN
VEGETABLE BROCHETTES

MANGUES MIEL (ATAULFO) GR 14-16 HONEY (ATAULFO) MANGOS



2/5\$



2.49 /lb

COURGETTES IMPORTEES DU MEXIQUE ZUCCHINI SQUASHES 5.49/kg

CHOU-FLEUR PRODUIT DES E.-U. ET/OU IMPORTE DU MEXIQUE. CAT. No 1, GR 12 CAULIFLOWER



4.99 ch.

CAROTTES COUPEES PELEES PRODUIT DES E.-U. CAT. No 1, 340 g PEELLED BABY-CUT CARROTS



1.99

BIO

produit d'ici

consultez la recette de gnocchi crémeux aux champignons

cliquez ici



2/5\$ ou 2,99 ch.

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

sac de 3 lb



25 points

4.99

ORANGES NAVEL SANS PÉPINS SACS 3 lb SEEDLESS NAVEL ORANGES

BIO



1.99 /lb

WASHINGTON POMMES ROYAL GALA OU GRANNY SMITH BIOLOGIQUES CAL. CERTIF. DE FANTASIE, GR 100-113 ORGANIC APPLES 4.39/kg

produits du Québec

produit d'ici

hommage aux producteurs du Québec

CONCOMBRES ANGLAIS SANS PÉPINS PRODUIT DU QUÉBEC. SEEDLESS ENGLISH CUCUMBERS



BIO au même prix

2/4\$ moyens



tomaté!



3.99 /lb

TOMATES HEIRLOOM PRODUIT DU QUÉBEC HEIRLOOM TOMATOES 8.80/kg

Tomaté! c'est le fruit d'un dur labeur et d'une formidable détermination de partager notre passion de la tomate originelle et de sa culture pour assurer une alimentation de grande qualité et riche en couleurs et en saveurs.



3.99

POUSSES LES FERMES GOOD LEAF 50 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN LES FERMES GOOD LEAF SHOOTS

GERMES DE LUZERNE AQUA FUCHSIA PRODUIT DU QUÉBEC, 75 g AQUA FUCHSIA ALFALFA SPROUTS



2.49



TOMATES BELLA OU GUSTATIVES PRODUIT DU QUÉBEC, CANADA No 1, 200-250 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN BELLA OR GUSTATIVES TOMATOES

3.99



9.99

TOFU MAGIQUE LOONNIE CUISINE PRODUIT DU QUÉBEC, 431 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN LOONNIE CUISINE MAGIC TOFU



1,75 L

3.99

JUS HÉRITAGE 77 PRODUIT DU QUÉBEC, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN HÉRITAGE 77 JUICE

viandes de qualité



rabais de **1\$**/lb tout l'été



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
3.99 /lb

PORC HACHÉ MAIGRE
FORMAT ÉCONOMIQUE
LEAN GROUND PORK, ECONOMIC PACK
8,80/kg



SAUCISSES FRAÎCHES
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FRESH SAUSAGES



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
3.49 /lb

PILONS DE POULET FRAIS
HAUTS DE CUISSES DE POULET FRAIS AVEC OS.
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH CHICKEN DRUMSTICKS, ECONOMIC PACK
7,69/kg



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
9.99 /lb

BIFTECKS TOURNEDOS
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FORMAT ÉCONOMIQUE
BEEF TOWNEDOS STEAKS,
ECONOMIC PACK
22,02/kg



coupe canoë

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

4.99 /lb



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
6.99 /lb

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



ÉPAULE DE PORC DE PALETTE DÉOSSÉ
BONELESS PORK SHOULDER
BLADE ROAST
11,00/kg

4.99 /lb

BOEUF VIEILLI À SEC 30 JOURS MINIMUM

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

★★★★★

- ★ Une texture exquise
- ★ Une tendreté inégalée
- ★ Un goût sublime en bouche

Notre choix ultime en matière de viande

20% de rabais sur toute la variété de viandes vieilles

BIFTECK DE CÔTES DE BOEUF PLATINUM ANGUS AAA (VIEILLI)
PLATINUM ANGUS AAA BEEF RIB STEAK

comme au resto

16.99

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

C'EST EXCLUSIF!

5.99 /lb

POULET CRAPAUDINE SCORES
ENV. 1,3 kg, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SCORES BUTTERFLIED CHICKEN
13,21/kg

7.99

EFFILOCHÉ DE PORC B.B.Q BÂTON ROUGE
ENTièrement cuit, avec sauce
B.B.Q, 385 g
BÂTON ROUGE COOKED BBQ PULLED PORK

12.99

BOEUF AU JUS ÉMINCÉ BÂTON ROUGE
400 g
BÂTON ROUGE SLICED BEEF AU JUS

13.99

BÂTONNETS DE FROMAGE MIKES
SURGELÉS, 530 g
MIKES FROZEN CHEESE STICKS

C'EST EXCLUSIF!

19.99

HORS-D'ŒUVRE LA CAGE
SURGELÉS
TOUS POUR UN!
LA CAGE FROZEN HORS D'ŒUVRE
610 g

rabais de 1\$/lb tout l'été

5\$ de rabais sur produit sélectionné

5.99

4.99

16.99

9.99

7.99

100% agneau

rabais de 1\$/lb tout l'été

12.99

9.99

11.99

10.99

13.99

12.99

17.99

gratuit

11.99\$

à l'achat de

11.99\$

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

SAUCISSES À GRILLER PETE AUTHENTIQUE
SURGÉLÉES, 320 g
YOUR VARIETES EN MAGASIN
PETE AUTHENTIQUE
FROZEN GRILLING SAUSAGES

JARRET DE BOEUF STYLE MARTEAU
HAMMER STYLE BEEF SHANK

CÔTELETTES DE PORC FRAIS
AVEC OS, YOUR VARIETES EN MAGASIN
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH PORK LOIN CHOPS, ECONOMIC PACK
11.00/kg

CÔTELETTES DE LONGE DE VEAU VIEILLIES
FAMILLE FONTAINE
EM: 270 g
FONTAINE FAMILY AGED VEAL T-BONE LOIN CHOPS
37.46/kg

BIFTECKS SANDWICH-ESCALOPE
BIFTECKS ATTENDRE, FORMAT ÉCONOMIQUE
SANDWICH-CUTLET STEAKS, ECONOMIC PACK
22.02/kg

POITRINES DE POULET FRAIS DÉOSSÉES
PARÉES, HAUTS DE CUISSES DE POULET DÉOSSÉES
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH BONELESS CHICKEN BREASTS, ECONOMIC PACK
17.61/kg

BROCHETTES DE SAUCISSES ITALIENNES
ITALIAN SAUSAGE SKEWERS

SAUCISSES MERGUEZ D'AGNEAU OU BURGERS
LAMB MERGUEZ SAUSAGES

BROCHETTES D'ÉTÉ
SUMMER SKEWERS

MÉDAILLON DE POULET BARDE DE BACON
CHICKEN MEDALLION BACON BARDED
22.02/kg

LONGE DE PORC DÉOSSÉE NAGANO
750 g, YOUR VARIETES EN MAGASIN
NAGANO BONELESS PORK LOIN ROAST

BACON LAFLEUR
LAFLEUR NATURAL
375-500 g, PRECUT 65-90 g
YOUR VARIETES EN MAGASIN
LAFLEUR BACON

SAUCISSES FUMÉES JUICY JUMBOS
SCHNEIDERS
375-450 g, HYBRIDE SAUCISSES FUMÉES TOUT BOEUF 375 g, YOUR VARIETES EN MAGASIN
SCHNEIDERS JUICY JUMBOS WIENERS

JAMBON FUMÉ GASPESIE
GENRE TOUPIE
SANS GLUTEN, 750 g
GASPESIE SMOKED HAM

CÔTELETTES DE PORC DÉOSSÉES ASSAISONNÉES
PREMIER
SURGÉLÉES, ÉCARLÉ ET ROUBON, 400 g, FORMAT ÉCONOMIQUE
PREMIER FROZEN SEASONED BONELESS PORK CHOPS, ECONOMIC PACK

SMOKED MEAT MONTREAL LESTERS
400 g
LESTERS MONTREAL SMOKED MEAT

SAUCISSES ENROBÉES DE PÂTE POGO
SURGÉLÉES
940 g (1.5 kg), YOUR VARIETES EN MAGASIN
POGO FROZEN BREADED WIENERS

PORC EFFILOCHÉ MAPLE LEAF
SAUCE BARBECUE CLASSIQUE, 450 g
MAPLE LEAF PULLED PORK

FILET DE PORC MAPLE LEAF
ÉCARLÉ CANADIEN 400 g
CUISSES DE POULET DE RÔTISSE 600 g
MAPLE LEAF PORK TENDERLOIN

repas rapides sur le grill

C'EST NOUVEAU!

rabais de 1\$/lb tout l'été

12.99

9.99

11.99

10.99

13.99

12.99

17.99

gratuit

11.99\$

à l'achat de

11.99\$

BROCHETTES DE SAUCISSES ITALIENNES
ITALIAN SAUSAGE SKEWERS

SAUCISSES MERGUEZ D'AGNEAU OU BURGERS
LAMB MERGUEZ SAUSAGES

BROCHETTES D'ÉTÉ
SUMMER SKEWERS

MÉDAILLON DE POULET BARDE DE BACON
CHICKEN MEDALLION BACON BARDED
22.02/kg

LONGE DE PORC DÉOSSÉE NAGANO
750 g, YOUR VARIETES EN MAGASIN
NAGANO BONELESS PORK LOIN ROAST

BACON LAFLEUR
LAFLEUR NATURAL
375-500 g, PRECUT 65-90 g
YOUR VARIETES EN MAGASIN
LAFLEUR BACON

SAUCISSES FUMÉES JUICY JUMBOS
SCHNEIDERS
375-450 g, HYBRIDE SAUCISSES FUMÉES TOUT BOEUF 375 g, YOUR VARIETES EN MAGASIN
SCHNEIDERS JUICY JUMBOS WIENERS

JAMBON FUMÉ GASPESIE
GENRE TOUPIE
SANS GLUTEN, 750 g
GASPESIE SMOKED HAM

CÔTELETTES DE PORC DÉOSSÉES ASSAISONNÉES
PREMIER
SURGÉLÉES, ÉCARLÉ ET ROUBON, 400 g, FORMAT ÉCONOMIQUE
PREMIER FROZEN SEASONED BONELESS PORK CHOPS, ECONOMIC PACK

SMOKED MEAT MONTREAL LESTERS
400 g
LESTERS MONTREAL SMOKED MEAT

SAUCISSES ENROBÉES DE PÂTE POGO
SURGÉLÉES
940 g (1.5 kg), YOUR VARIETES EN MAGASIN
POGO FROZEN BREADED WIENERS

PORC EFFILOCHÉ MAPLE LEAF
SAUCE BARBECUE CLASSIQUE, 450 g
MAPLE LEAF PULLED PORK

FILET DE PORC MAPLE LEAF
ÉCARLÉ CANADIEN 400 g
CUISSES DE POULET DE RÔTISSE 600 g
MAPLE LEAF PORK TENDERLOIN

100% agneau

rabais de 1\$/lb tout l'été

12.99

9.99

11.99

10.99

13.99

12.99

17.99

gratuit

11.99\$

à l'achat de

11.99\$

BROCHETTES DE SAUCISSES ITALIENNES
ITALIAN SAUSAGE SKEWERS

SAUCISSES MERGUEZ D'AGNEAU OU BURGERS
LAMB MERGUEZ SAUSAGES

BROCHETTES D'ÉTÉ
SUMMER SKEWERS

MÉDAILLON DE POULET BARDE DE BACON
CHICKEN MEDALLION BACON BARDED
22.02/kg

LONGE DE PORC DÉOSSÉE NAGANO
750 g, YOUR VARIETES EN MAGASIN
NAGANO BONELESS PORK LOIN ROAST

BACON LAFLEUR
LAFLEUR NATURAL
375-500 g, PRECUT 65-90 g
YOUR VARIETES EN MAGASIN
LAFLEUR BACON

SAUCISSES FUMÉES JUICY JUMBOS
SCHNEIDERS
375-450 g, HYBRIDE SAUCISSES FUMÉES TOUT BOEUF 375 g, YOUR VARIETES EN MAGASIN
SCHNEIDERS JUICY JUMBOS WIENERS

JAMBON FUMÉ GASPESIE
GENRE TOUPIE
SANS GLUTEN, 750 g
GASPESIE SMOKED HAM

CÔTELETTES DE PORC DÉOSSÉES ASSAISONNÉES
PREMIER
SURGÉLÉES, ÉCARLÉ ET ROUBON, 400 g, FORMAT ÉCONOMIQUE
PREMIER FROZEN SEASONED BONELESS PORK CHOPS, ECONOMIC PACK

SMOKED MEAT MONTREAL LESTERS
400 g
LESTERS MONTREAL SMOKED MEAT

SAUCISSES ENROBÉES DE PÂTE POGO
SURGÉLÉES
940 g (1.5 kg), YOUR VARIETES EN MAGASIN
POGO FROZEN BREADED WIENERS

PORC EFFILOCHÉ MAPLE LEAF
SAUCE BARBECUE CLASSIQUE, 450 g
MAPLE LEAF PULLED PORK

FILET DE PORC MAPLE LEAF
ÉCARLÉ CANADIEN 400 g
CUISSES DE POULET DE RÔTISSE 600 g
MAPLE LEAF PORK TENDERLOIN

poissons et fruits de mer



FORMAT ÉCONOMIQUE
12⁹⁹ /lb

FILETS DE TRUITE FRAIS
SANS ARÊTES, FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH TROUT FILLETS, ECONOMIC PACK
28.64/kg

qualité
tartare

DARNES DE THON
TUNA STEAKS
35.25/kg

15⁹⁹ /lb

VOTRE FUMOIR

FILET DE SAUMON
FUMÉ À CHAUD
ARTISANAL
VOTRE VARIÉTÉS EN MAGASIN
ARTISANAL HOT SMOKED SALMON
20.37/lb

4⁴⁹ /100g



PAVÉS DE SAUMON
TRUQUEROS DE SAUMON
BISTÉ DE SAUMON, FILETS
DE SAUMON ASSAISONNÉS.
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN.
FORMAT ÉCONOMIQUE
SALMON PORTIONS,
ECONOMIC PACK
38.56/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE
17⁴⁹ /lb



SALADE DE GOBERGE
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN.
FORMAT ÉCONOMIQUE
POLLOCK SALAD, ECONOMIC PACK
17.61/kg

économisez
1\$
/lb
sur le prix régulier
à l'achat d'une salade
fraîche prête à servir
FORMAT ÉCONOMIQUE
7⁹⁹ /lb



ESCARGOTS AU BEURRE
À L'AIL, DOM
SURGÉLÉS, 85 g
DOM ESCARGOTS
WITH GARLIC BUTTER

8⁹⁹



QUEUES
DE HOMARD
SURGÉLÉES,
NON CUITES
LOBSTER TAILS

4/26\$
ou 7.99
l'unité



FILETS DE POISSON
BLUE WATER
SURGÉLÉS, 400-725 g.
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BLUE WATER FISH FILLETS

13⁹⁹



SAUMON
BIOLOGIQUE DOM
SANS PEAU, ENV. 200 g
DOM ORGANIC SALMON
27.17/lb

5⁹⁹ /100 g



GROSSES
CREVETTES
AIL ET FINES
HERBES
IRRESISTIBLES
SURGÉLÉES, NON-CUITES,
AVEC CARAPACE, 340 g
IRRESISTIBLES GARLIC
AND HERB LARGE SHRIMP

10⁹⁹
prix membre
9⁹⁹



PENNE OU
RISOTTO AUX
FRUITS DE MER
MARINA
DEL REY
SURGÉLÉE, 680 g
MARINA DEL REY SEAFOOD
PENNE OR RISOTTO

15⁹⁹
prix membre
14⁹⁹

découvrez notre nouvelle variété de fruits de mer et de crevettes

Irresistibles

10\$
et moins

CREVETTES OU FRUITS DE MER IRRESISTIBLES
SURGÉLÉS, 340-454 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES SHRIMP OR SEAFOOD

délicieuses entrées

Irresistibles

SHRIMP &
ONION NESTS - NIDS D'ONIONS
ET CREVETTES
10 PETITES

NIDS D'ONIONS
ET CREVETTES
IRRESISTIBLES
SURGÉLÉS, 10 UN.
IRRESISTIBLES
SHRIMP & ONION NESTS

8⁹⁹

COURONNE DE CREVETTES BLANCHES DU PACIFIQUE
IRRESISTIBLES
SURGÉLÉES, AVEC SAUCE COCKTAIL, 284-600 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES PACIFIC WHITE SHRIMP RING

à partir de
6⁹⁹

LES HORS-D'ŒUVRE
CRISPY CALAMARI
COOKED - CUITS
CALMARS
CROUSTILLANTS
SALT & PEPPER
SEASONED
SEL ET POIVRE

CALMARS
CROUSTILLANTS
IRRESISTIBLES
SURGÉLÉS, SEL POIVRE, 340 g
IRRESISTIBLES
CRISPY CALAMARI

8⁹⁹

CREVETTES À
LA NOIX DE COCO
IRRESISTIBLES
SURGÉLÉES, AVEC SAUCE
CHILI DROUCE, 454 g
IRRESISTIBLES
COCONUT SHRIMP

55
points

12⁹⁹

SAUMON
ATLANTIQUE FUMÉ
IRRESISTIBLES
SURGÉLÉ, TRANCHÉ, 300 g
IRRESISTIBLES
SMOKED ATLANTIC SALMON

19⁹⁹

boulangerie



BEIGNES
2700-330 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
DONUTS

3.49
2 unités



CROISSANTS
6100-8
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CROISSANTS

4.79
4 unités



DAMOISES
4100-85 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
DAMOISES

5.99
4 unités



TORSADES
4775-80 g, FEUILLETES
4790 g, CHOCOLATINES
CHOCOLATINES 4140 g
BROSCHES 4790 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
TWISTS

à partir de 6.49
4 unités



Selection



ROULÉS SUISSES
400 g, CARRÉS 400-450 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SWISS ROLLS

à partir de 7.49



Inesistibles

GÂTEAU
560-750 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAKE

20.99

pains briochés



à partir de 4.69

PAIN BRIOCHE TRANCHÉ
500 g, PAINS À HAMBURGERS 100-100-900 BRIOCHE, 4-8 un.,
PETITS PAINS BRIOCHE 12 un.
SLICED BRIOCHE BREAD



consultez
la recette de
hamburgers
aux trois
fromages
[cliquez ici](#)



2.77\$
ou 3.99 l'unité

PAIN PLAT NAAN
710-240 g, MINI NAAN
4140 g, PAIN SANDWICH
NAAN CARRÉ 300 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
NAAN FLATBREAD
Voir réduction sur le repq
de caisse



TORTILLAS
400 g, STILLE
BORSCHTS 564 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
TORTILLAS

5.49



MINI-ÉCLAIRS
SUKRELLER 455 g
PROFITEAUX 300-400 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MINI ÉCLAIRS

9.99
prix spécial
8.99
prix membre



BISCUITS
1020 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
COOKIES

5.99
10 unités



BAGUETTE FRANÇAISE
BAGUETTE CHARBATA 325 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FRENCH BAGUETTE

25
points
à partir de 3.29



PAIN TRANCHÉ
PAIN DE CAMPAGNE 950 g
CARRÉ AUX CANNEBERGES 575 g
SLICED BREAD

6.49

charcuterie

et mets préparés

ÉMINCÉ DE JAMBON OU DE POITRINE DE DINDE SÉLECTION 175 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN

SELECTION SHAVED HAM OR TURKEY BREAST
à partir de
5.49



produit d'ici

HUMMUS FONTAINE SANTÉ
TARTINAUX, THOMPETTE, 250-280 g, HUMMUS COCKTAIL, 227 g, SAUCE CRÉMEUSE À L'AIL, 225 ml, LANTANA HUMMUS, 283 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FONTAINE SANTÉ HUMMUS

4.49



PEPPERONI CASERTA ROMA
TRANCHE, 375 g
ROMA CASERTA PEPPERONI

6.99



SIMILI-POULET TRANCHE GASPÉSIEN
SALAMI, PEPPERONI, BOLOGNE, 200 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
GASPÉSIEN SLICED MOCK CHICKEN

5.49



25 points

à partir de
4.79

SALADE ST-HUBERT
454 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ST-HUBERT SALAD



20 points

SAUCE ST-HUBERT
300-450 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ST-HUBERT SAUCE

3.49



PÂTÉ DE CAMPAGNE OU DE FOIE PLAISIRS GASTRONOMIQUES
TERREME, MOUSSE, 225-250 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PLAISIRS GASTRONOMIQUES COUNTRY STYLE OR LIVER PÂTÉ

à partir de
4.29



CRETONS À L'ANCIENNE SÉLECTION
300 g
SELECTION OLD-FASHIONED CRETONS

6.79



TROUSSE SCHNEIDERS
75 g, LUNCH MATE 90-120 g, PEPPERETTES 60 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SCHNEIDERS SNACK KIT

3.99



FÈVES À TABLE!
450 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
À TABLE! BEANS

4.49

JAMBON PROSCIUTTO TRANCHE SAN DANIELE
PROSCIUTTO FUMÉ, 800 g, MASTRO SALAMI 125-150 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SAN DANIELE SLICED PROSCIUTTO HAM

à partir de
5.99

40 points



produit d'ici

SOUPE OU POTAGE COMMENSAL
400 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
COMMENSAL SOUP

prix spécial
6.99

prix membre
5.99

fromages d'ici

BRIE BRISE DU MATIN ALEXIS DE PORTNEUF
125 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ALEXIS DE PORTNEUF BRISE DU MATIN BRIE CHEESE

petit format à petit prix
4.99



produit d'ici

FROMAGE GOUDA IRRESISTIBLES ARTISAN
200 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES ARTISAN GOUDA CHEESE

7.49

FONDUE PARMESAN LA PAYSANNE
VINI FORME PARMESAN 100 g, LA FROMAGERIE, 450 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LA PAYSANNE PARMESAN FONDUE

à partir de
4.79

à découvrir dans les Laurentides

FROMAGE FERMIER BIO LE RASSEMBLEU
LE RASSEMBLEU ORGANIC FARMSTEAD CHEESE
24,00/lb

5.29
le 100 g



FROMAGE BIOLOGIQUE LE FOU DU ROY
LAIT DE VACHE
LE FOU DU ROY ORGANIC CHEESE
30,80/lb

6.79
le 100 g



essayez la recette de panini grillé au jambon forêt noire



consultez la recette

cliquez ici

Irresistibles

BLACK FOREST HAM JAMBON FORÊT NOIRE

1.99
le 100 g

JAMBON FORÊT NOIRE IRRESISTIBLES ARTISAN
IRRESISTIBLES ARTISAN BLACK FOREST HAM
9,03/lb

chef
martin juneau
pour **metrigo!**

nouveau
3 plats
à savourer
dès maintenant



50 points

50 points

50 points

3\$ de rabais

C'EST NOUVEAU! chez metro

au choix

999

50 points

MACREUSE DE VEAU BRAISÉE AU VIN ROUGE ET GRAINS DE POIVRE VERT
AVEC CAROTTES, PANIS ET POMMES DE TERRE
GRELOTS RÔTIS, 290 g
BRAISED VEAL FLAT IRON IN RED WINE AND GREEN PEPPERCORNS

KEFTAS DE BOEUF AUX ÉPICES LIBANAISES
AVEC UN MÛLIÈRE DE LENTILLES AU LAIT DE COCO ET COURGE
AVEC BUN CHEY, 400 g
BEEF KEFTA WITH LIBANESE SPICES

BOULETTES DE DINDE ET DE QUINOA
AVEC SAUCE AUX ABRICOTS ET COUSCOUS ARI
LÉGÈRES RÔTIS ET AUX FRUITS SÈCHES, 400 g
TURKEY AND QUINOA MEATBALLS

metrigo! prêt-à-manger pour gourmands pressés **préparés en magasin**

sélections de la semaine

obtenez **10%** de rabais et plus sur produits sélectionnés

3 à 4 portions par repas!



solutions sur le pouce!



699 l'unité

749 l'unité

799 l'unité

599 l'unité

préparez vos **matinées**

749

JUS D'ORANGE
REFRIGERÉ SIMPLY
2,4 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SIMPLY REFRIGERATED ORANGE JUICE



SMOOTHIE
EVIVE
SURGÉLÉ, 405 g
VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
EVIVE SMOOTHIE

999

BOISSON
DE SOYA
BIOLOGIQUE
NATUR-A
1,9 L, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
NATUR-A ORGANIC
SOY DRINK

399



TWININGS
TISANE
Citron & Gingembre

prix spécial
499

prix membre
399

TISANES TWININGS
THE EN SACHETS, 20 mL
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
TWININGS HERBAL TEA

LAIT
PURFILTRÉ
LACTANTIA
1 L, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
LACTANTIA
PURIFILTRÉ MILK

15 points

329

CÉRÉALES
GRANOLA
LA FOURMI
800 g, NUTRIBROWN
GRANOLA 510 g,
VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
LA FOURMI
GRANOLA CEREAL

1249

CAFÉ EN
GRAINS
OU MOULU
BRÛLÉRIES
FARO

1199

PRODUIT
LACTIER SANS
LACTOSE
NATREL
NATREL PLUS LAIT, 2 L,
NATREL CHÈVRE À CAÛFÉ,
1 L, OUBON, NATREL
CRÈME FOUETTÉE 225 g,
VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
NATREL LACTOSE
FREE DAIRY PRODUCT

599

LACTANTIA
Originale
BIÈRE ET LIÈGE

299

TARTINADE ORIGINALE
LACTANTIA
427 g, 5019-40, 227 g
LACTANTIA ORIGINAL SPREAD

499

BEURRE
D'ARACHIDE
JIF
ADAMS, 500 g,
VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
JIF PEANUT BUTTER

MÉLANGE
À MUFFINS
QUAKER
À BISCUITS, 900 g,
FARINE D'AVOINE 700 g,
VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
QUAKER MUFFIN MIX

499

GAUFRES EGGO
KELLOGG'S
SURGÉLÉES, 200 g,
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
KELLOGG'S EGGO FROZEN WAFFLES

399

PÂTE RÉFRIGÉRÉE
PILLSBURY
À BISCUITS, BRÛCHES,
CHOUSSURES, 363-496 g,
CROÛTES À TARTES 400 g,
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
PILLSBURY
REFRIGERATED DOUGH

20 points

399

FROMAGE
LA VACHE QUI RIT
400 g, BARYREL MINI-FROMAGES
140 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
THE LAUGHING COW CHEESE

799

tout pour
le BBQ

FROMAGE EN
TRANCHES SELECTION
200-230 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION SLICED CHEESE

499

OLIVES
MANZANILLA
FARCIES
MIEUX-ÊTRE
375 mL, SELECTION
CORNICONS SUCRÉS
375 mL, PIMENTES EN
HONDELLES FORTES 750 mL
LIFE SMART STUFFED
MANZANILLA OLIVES

299

CROÛTILLES
MISS VICKIE'S
200-230 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
MISS VICKIE'S POTATO
CHIPS

25 points

449

RELISH VERTE SUCRÉE
SELECTION
375 mL, MUSTARDE, JAUNE 400 mL
SELECTION GREEN SWEETENED RELISH

179

MÉLANGE À MARINADE
LA GRILLE CLUB HOUSE
28 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
CLUB HOUSE LA GRILLE MARINADE MIX

150

BURGER
FRIES
SAUCE À BURGER OU
À FRIRES
IRRÉSISTIBLES
275 mL
IRRÉSISTIBLES
BURGER OR FRIES SAUCE

2/6\$

SAUCE FITCOOK
RED OR WHITE WINE, 250 mL,
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
FITCOOK SAUCE

999

MAYO ÉPICÉE
DIC ANN'S
500 mL, VOS
VARIÉTÉS EN MAGASIN
DIC ANN'S SPICY MAYO

599

ENDUIT
ANTIADHÉSIF
POUR CUISSON
PAM
170-210 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
PAM COOKING SPRAY

599

gratuit

SAUCE B.B.Q. FIREBARNS
200 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
FIREBARNS B.B.Q. SAUCE

Valeur de
5,99\$

VOS RÉDUCTION SUR REÇU DE CAISSE

à l'achat de deux
bouteilles de

VIN ROUGE
OU BLANC
LE BARBECUE,
BOB LE CHEF,
750 mL,
VOS SÉLECTION
EN MAGASIN
RED OR WHITE WINE

ANNONCÉES À
12,99\$ ch.

ALUMINIUM FOIL
PAPIER D'ALUMINIUM
50'

349

PAPIER D'ALUMINIUM
SELECTION
50 pl., 7,62 m
SELECTION ALUMINIUM FOIL

399

GOBELETS
SELECTION
21-40 mL,
BOIS, ASSIETTES
EN FIBRE DE CANNE,
15-40 mL,
SELECTION ECO
VAISSELLE
COMPOSTABLE
12-15 mL,
SELECTION CUPS

Knorr **Sabichs**
Knorr **Sabichs**
Knorr **Sabichs**

RIZ INSTANTANÉ MINUTE RICE
 12-14 kg
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 MINUTE RICE INSTANT RICE

199 PLAT D'ACCOMPAGNEMENT
 KNORR SIDEKICKS
 120-167 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 KNORR SIDEKICKS SIDE DISH

799

organisez vos fins de **journées**

Doritos **Tostitos**
 CROUSTILLES TORTILLA DORITOS
 155-230 g, TORTILLES 100-200 g, CROÛTES AMISE-
 CHELLE 100-200 g, MAGS SOUFFLÉS 100 g, MUFFLES
 CROUSTILLES 100-200 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 DORITOS TORTILLA CHIPS

40 **2/850**
 points à l'achat de 2

GALA
 craquelins cuits au four

299 prix spécial

garden vegetable légumes du jardin
 225-250 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SELECTION CRACKERS

249 prix membre

StHubert
BBQ **StHubert**
StHubert
StHubert

3/5\$ MÉLANGE À SAUCE
 ST-HUBERT
 29-57 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 ST-HUBERT SAUCE MIX

429 PRÉPARATION DE FROMAGE FONDU
 SELECTION
 14-22 TRANCHE(S), 400 g,
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SELECTION PROCESS CHEESE FOOD

Healthy Choice
POWER BOWLS
PF CHANG'S
PF CHANG'S

449 DÎNER MIKES
 250-275 g, COMMERCIAL 250-300 g,
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 MIKES FROZEN DINNER

599 DÎNER BOL ÉNERGIE
 P.F. CHANG'S
 300-322 g, HEALTHY CHOICE
 242-269 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 P.F. CHANG'S POWER BOWL DINNER

Cordon Bleu
RAGÔT CORDON BLEU
 400 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 CORDON BLEU STEW

PARIS PÂTE
PÂTE À SANDWICH PARIS PÂTE
 78 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 PARIS PÂTE SANDWICH SPREAD

449 **249**

Aylmer
SOUPE AUX TOMATES AYLMER
 234 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 AYLMER TOMATO SOUP

2/222

SAUCE TABASCO
 57 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 TABASCO SAUCE

15 points
299

CHEEZ-IT
ORIGINAL
15 points
299 CRAQUELINS CHEEZ-IT
 191-200 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 CHEEZ-IT CRACKERS

Snack pack
POUDING EN COUPE SNACK PACK
 4 ml, COUPE À LA GELÉE 4/99 g,
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SNACK PACK PUDDING CUP

249

30 points
549 PEPSI, COKE
 BOUT. CONDENSÉES 6/710 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SOFT DRINK

pour vous **rafraîchir**

EAU DE SOURCE GAZEIFÉE ESKA
 1 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 ESKA CARBONATED SPRING WATER

99¢

EAU DE SOURCE NATURELLE SELECTION
 24/500 ml
 SELECTION NATURAL SPRING WATER

399

ANANAS
549 EAU PÉTILLANTE FRUITÉE SELECTION
 12/255 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SELECTION FRUITY SPARKLING WATER

BOISSON GAZEUSE 1642
 BOUT. CONDENSÉES 4/275 ml,
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 1642 SOFT DRINK

899

EAU DE SOURCE GAZEIFÉE MONTELLIER
 6/71 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 MONTELLIER CARBONATED SPRING WATER

649

BOISSON RÉFRIGÉRÉE SIMPLY
 LIMONADE, 1.5 L
 SIMPLY REFRIGERATED DRINK

449

BOISSON FRUITÉE
 2 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 FRUITÉ DRINK

329

35 points
699 BOISSON AU
 EAU PÉTILLANTE SAN PELLEGRINO
 6/250 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SAN PELLEGRINO SPARKLING DRINK OR WATER

799 BOISSON ÉNERGISANTE REDBULL
 CANETTES CONDENSÉES 4/250 ml,
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 REDBULL ENERGY DRINK

FORMAT ÉCONOMIQUE
2199 BOISSON SPORTIVE GATORADE
 24/571 ml, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 GATORADE SPORT DRINK

FORMAT ÉCONOMIQUE
1499 JUS SELECTION
 EMBALLAGE VARIÉ, 40/200 ml
 SELECTION JUICE

sans alcool
1299 BOISSON PÉTILLANTE NON ALCOOLISÉE
 CHERRY RIVER
 COLLECTION MIOLOGIE, CANETTES CONDENSÉES
 6/250 ml,
 CHERRY RIVER NON-ALCOHOLIC SPARKLING DRINK

sans alcool
849 BIÈRE DÉSALCOOLISÉE SELECTION
 CAISSE, CANETTES CONDENSÉES
 12/255 ml, VOIR SELECTION EN MAGASIN
 BEER

les essentiels

ASSOUPLISSEUR DE TISSUS BOUNCE
 120-200 ml, BOUNNY 1.90-2.63 L, GAIN 2.63 L.
 DÉTARGEANT POUR LA LESSIVE 2.6 L.
 GAIN, DOUNNY RÉASSOUPLISSEUR DE PARFUM, 379 g.
 BOUNCE FABRIC SOFTENER



11⁹⁹

GLAD
FILETS LONGS 45 x 26
 26-52 in. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 GLAD CARRAGE BAGS



7⁴⁹

AIR WICK
ESSENTIAL OILS
 PURIFICATEUR D'AIR À L'HUILE AIR WICK
 2700 ml. VAPORISATEUR AUTOMATIQUE 100 g.
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 AIR WICK OIL AIR FRESHENER



11⁴⁹

PAPIER HYGIÉNIQUE SELECTION, ECO
 12 ROLLEAUX VOILES, 8 ROLLEAUX TROPLES.
 ESSUIE-TOUT DE PAPIER 7-6 ROLLEAUX.
 PAPIERS MOUCHOIRS 6/80-120.
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SELECTION, ECO BATHROOM TISSUE



7⁴⁹

NETTOYANT TOUT USAGE PINE-SOL
 4 L. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 PINE-SOL ALL PURPOSE CLEANER



4⁹⁹

NETTOYANT ATTITUDE
 800 ml (34 fl. oz.) VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 ATTITUDE CLEANER



4⁹⁹

finish
ALL IN 1 PASTILLES LAVE-VAISSELLE
 35 TABLETTES
 FINISH POWERBALL 26-28 in. NETTOYANT POUR LA MACHINE 3 in. JET-DRY AGENT DE RINÇAGE 500-621 ml. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 FINISH POWERBALL DISHWASHER LOZENGES



10⁹⁹

ATTITUDE
 DÉTARGEANT POUR LA VAISSELLE
 700 ml. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 ATTITUDE DISH DETERGENT



3⁴⁹

NETTOYANT POUR SURFACE DE CUISSON CERAMA BRYTE
 474-474 ml, TAMPON NETTOYANT 1 in. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 CERAMA BRYTE COOKING SURFACE CLEANER



5⁹⁹

DÉTACHANT POUR LA LESSIVE RESOLVE OXI-ACTION
 625 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 RESOLVE OXI-ACTION STAIN REMOVER



6⁹⁹

Pampers baby dry
 75 points
31⁹⁹

HUGGIES simply clean.
 FRAGRANCE FREE
 384
15⁹⁹

COUCHES POUR BÉBÉS PAMPERS
 56-104 in. TABLETTES D. & COLIOTTES SPÉCIALEMENT 56-66 in. TABLETTES D. & VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 PAMPERS BABY DIAPERS

LINGETTES HUMIDES HUGGIES
 352-384 in. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 HUGGIES WET WIPES

SENSODYNE
 DENTIFRICE SENSODYNE
 75-100 ml. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SENSODYNE TOOTHPASTE



5²⁹

SHAMPOING TRESemme
 REVITALISANT, 829 ml. PRODUITS COIFFANTS 236-430 ml, 298-311 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 TRESemme SHAMPOO



35 points
6⁹⁹

pâtes inspirantes

GNOCCHI DELVERDE
 500 g
 DELVERDE GNOCCHI
3⁹⁹

PÂTES ALIMENTAIRES DELVERDE
 250-450 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 DELVERDE PASTA



2/5\$

CRÈME SURE SELECTION, MIEUX-ÊTRE
 500 g. FROMAGE COTTAGE 500 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SELECTION, LIFE SMART SOUR CREAM



3⁴⁹

NOUILLES DE RIZ BLUE DRAGON
 250-300 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 BLUE DRAGON RICE NOODLES



20 points
3⁴⁹

PÂTES ALIMENTAIRES FAVUZZI
 500 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 FAVUZZI PASTA



25 points
4⁹⁹

PÂTES VÉGÉTALES CATELLI
 250 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 CATELLI PLANT-BASED PASTA



3⁹⁹

CHAPELURE PASTENE
 425 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 PASTENE BREAD CRUMBS



4²⁹

PESTO IRRESISTIBLES
 270 ml. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 IRRESISTIBLES PESTO



4⁴⁹

FROMAGE RAPÉ SELECTION
 300 g. IRRESISTIBLES 270 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SELECTION SHREDED CHEESE



5⁹⁹

THON PÂLE SELECTION
 170 g. ASSAISONNÉ 85 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SELECTION LIGHT TUNA



1⁴⁹

PRÉPARATION BELSOY
 CRÈMEUSE DE SOJA, 250 ml
 BELSOY PRÉPARATION



2⁴⁹

COULIS DE TOMATES IRRESISTIBLES
 PASTATA, 400 ml
 IRRESISTIBLES STRAINED TOMATOES



2⁹⁹

LÉGUMES SELECTION
 540 ml. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SELECTION VEGETABLES



3⁴⁹

LÉGUMES SELECTION
 500-750 g. IRRESISTIBLES 500 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 SELECTION VEGETABLES



2²⁹

LÉGUMINEUSES CEDAR
 540 ml. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 CEDAR LÉGUMES



1⁹⁹

VINAIGRETTE MAISON ORPHÉE
 240-250 ml. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 MAISON ORPHÉE SALAD DRESSING



4⁴⁹

j'économise plus avec

moi

prix spécial 349

prix membre 299

Crème à café 10%
Crème à cuisson 15%

CRÈME SÉLECTION 15%, 10%, 473 mL. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION CREAM

prix spécial 1099

prix membre 999

McCafé 100% ETHICAL SOURCEL ARABICA BEANS
Premium Roast Medium Dark R.

CAPSULES DE CAFÉ McCAFÉ
CAFÉ WILLIAM, 8-CUP (24 UN.). VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
McCAFÉ COFFEE CAPSULES

prix spécial 399

prix membre 349

GO GO SQUEEZ sans sucre ajouté
pomme pomme

COLLATIONS AUX POMMES GO GO SQUEEZ
470 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
GO GO SQUEEZ APPLE SNACK

prix spécial 299

prix membre 249

Poulet General Tao Chicken

DÎNER IRRESISTIBLES, MIEUX-ÊTRE
SURGÈLE, 230-250 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES, LIFE SMART FROZEN DINNER

prix spécial 399

prix membre 299

sac de 1 lb

LIMES
SAC 1 lb
LIMES

prix spécial 549

prix membre 499

sac de 3 lb

OIGNONS JAUNES VIDALIA
PRODUIT DES E.-U.
SAC 3 lb
VIDALIA YELLOW ONIONS

prix spécial 449

prix membre 399

French Cancan
MAÏS SOUFFLÉ FRENCH CANCAN
130-254 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FRENCH CANCAN POPCORN

prix spécial 399

prix membre 349

Dentalife Chews
GÂTERIES POUR CHIENS DENTALIFE PURINA
172-248 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PURINA DENTALIFE DOG TREATS

prix spécial 449

prix membre 399

Habitant
Fraises
CONFITURE HABITANT
TARTINADE LÉGÈRE, 500 mL. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
HABITANT JAM

prix spécial 699

prix membre 649

DAINTY
BASMATI
RIZ BASMATI DAINTY
JASMIN, 900 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
DAINTY BASMATI RICE

prix spécial 1599

prix membre 1499

POP-CORN SHRIMP - CREVETTES
CREVETTES POPCORN IRRESISTIBLES
SOURÉES, CHIPS, 700 g.
IRRESISTIBLES POPCORN SHRIMP

prix spécial 949

prix membre 899

ROSETTES DE BŒUF
NATURE OU ASSASONNÉES.
FORMAT ÉCONOMIQUE
BEEF PINWHEELS, ECONOMIC PACK

prix spécial 1599

prix membre 1499

Schnitzel
CHICKEN CUTLET
ESCALOPE DE POULET
ESCALOPES DE POULET OU DE PORC
SCHNITZEL
SCHNEIDERS
SURGÈLES, 450 g.
SCHNEIDERS FROZEN SCHNITZEL CHICKEN OR PORK CUTLETS

prix spécial 799

prix membre 749

BOCCONCINI COCKTAIL IRRESISTIBLES
IRRESISTIBLES COCKTAIL BOCCONCINI CHEESE

prix spécial 1099

prix membre 999

MINI GÂTEAUX AU FROMAGE
320-350 g. MINI MOUSSE
300 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MINI CHEESECAKES

Alfèz

DÉCOUVREZ LES DÉLICIEUSES SAVEURS DU MOYEN-ORIENT

MÉLANGE À FALAFEL AL'FEZ
STYLE LIBANAIS, 150 g
COUSCOUS AUX ÉPICES
MOROCCAINS 200 g
AL'FEZ FALAFEL MIX
4.49

FALAFEL MIX
MÉLANGE À FALAFEL
STYLE LIBANAIS
150 g

COUSCOUS
AUX ÉPICES
MOROCCAINS
200 g

TAHINI NATUREL
AL'FEZ
150 g, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
AL'FEZ NATURAL TAHINI
3.99

SAUCE À CUISSON
AL'FEZ
400 mL, VOS VARIÉTÉS
EN MAGASIN
AL'FEZ COOKING SAUCE
5.29

FRANK'S RedHot

LE MÉLANGE PARFAIT DE SAVEUR ET DE PIQUANT

SAUCE FRANK'S RED HOT
354 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
FRANK'S REDHOT SAUCE
4.49

ASSAISONNEMENT CLUB HOUSE
100-99 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
CLUB HOUSE SEASONING
4.99

Ajoute du piquant à vos mets préférés

ESSAYEZ-LES SUR LA VIANDE, LE POP-CORN ET LA PIZZA

Reg TM/MD McCormick Canada.

FAITES VOTRE PROPRE ENSEMBLE

6/19\$[†]
ou 3.89 l'unité

CANETTES 473 mL

BLANCHE

BOCK ALE LACROIX Lot 300

archibald microbrasserie

GOOSE ISLAND

Belle Me West Coast IPA archibald 473 mL 6.8%

Chipie Pale Ale Rousse archibald 473 mL 5.0%

IPA

AUSSI OFFERT: FAMILLE ARCHIBALD, GOOSE ISLAND IPA, CIDRES LACROIX, BOCK ALE SANS ALCOOL, 473 ML

APPRECIÉZ DE MANIÈRE RESPONSABLE. Vous devez avoir l'âge légal de consommer de l'alcool. *Offre valide du 16 au 22 mai 2024 dans les établissements participants ou jusqu'à épuisement des stocks. Sujet à la disponibilité des produits en magasin. Offre applicable à l'achat de six (6) canettes (473 mL) de Bock Ale sans alcool, de Goose Island IPA, des cidres Lacroix ou de la famille Archibald. Les produits peuvent être mélangés et doivent être achetés sur une même transaction. Cette offre ne peut être combinée à aucune autre offre. ** Prix sujet à changement. Taxes et consignes en sus. Le prix de vente est du ressort exclusif du détaillant qui doit respecter le prix minimum de la bière établi par la loi MD. Les marques de commerce sont la propriété exclusive de leur propriétaire respectif.

toujours au prix minimum garanti!

lait régulier, format 4 L

produit d'ici

Beatrice LOCAL 4 L

Québon LOCAL 2% 4 L

Québon LOCAL 0% 4 L

MOTT'S
CLAMATO
Caesar

JOURNÉE
NATIONALE DU
CAESAR
16 MAI

C'EST NOUVEAU!
chez metro

3⁹⁹ MOTT'S® CLAMATO® ORIGINAL LÉGER, 1,89 L. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN

Marque de commerce utilisée sous licence par Canada Dry Mott's Inc.

40⁹⁹* LA CAISSE DE 30 CANETTES DE 355 ML

2/22⁹⁸* ou 14,99* l'unité
LES CAISSES DE 4 CANETTES DE 473 ML

VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN

36⁹⁹ la caisse
À L'ACHAT DE **2**

OU 40,99\$ L'UNITÉ
CAISSES DE 24 CANETTES OU BOUTEILLES DE 330-355 ML

VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN

18 ans et plus. En vigueur dans les établissements METRO participants du Québec du 16 au 22 mai 2024 sous réserve de la disponibilité des produits ou jusqu'à épuisement des stocks, selon la première de ces éventualités. *Les offres sont disponibles pour une durée limitée seulement. Taxes et congé en sus. La fonction du prix de détail est du ressort exclusif du détaillant, qui doit respecter le prix minimum de la bière établi par la loi.

WHITE CLAW
HARD SELTZER

CAISSES DE 6 CANETTES

14⁹⁹

C'EST NOUVEAU!
chez metro

*18 ans et plus. Taxes et congé en sus. Offre valide du 16 au 22 mai 2024. Chez les détaillants participants du Québec. Offre valide sur les White Claw Original, White Claw Surf et White Claw Surge ne sont pas inclus dans la promotion. Jusqu'à épuisement des stocks. Consommez avec modération. © 2024, T/M/C et G/M/O - marques de commerce de White Claw Seltzer Co.

LANDSHARK
QUALITÉ Lager SUPÉRIEURE

CAISSE DE 12 BOUTEILLES

18⁹⁹

C'EST NOUVEAU!
chez metro

*18 ans et plus. Taxes et congé en sus. Offre valide du 16 au 22 mai 2024 chez les détaillants participants du Québec. Jusqu'à épuisement des stocks. Le prix de vente de la bière est du ressort exclusif du détaillant qui doit respecter le prix minimum établi par la loi. Consommez avec modération.

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 détaillants Metro participants de la province de Québec du jeudi 16 mai ou mercredi 22 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 coûtant égal ou supérieur. Pas de vente aux détaillants. 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.

The advertised prices on these pages will be valid in your participating Quebec province Metro grocery stores from Thursday, May 16th to Wednesday, May 22nd, 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.