

1^{er} anniversaire

ma fête à moi



5 enseignes pour profiter d'une foule d'offres moi



grand concours*

jusqu'au 3 juillet



à gagner:
la maison
BONNEVILLE
micro-liv
moi

une valeur totale de
560 000\$

cette semaine
exclusif chez
metro

2X

vos points
à l'achat de
75\$ et plus*

*Détails à programmemoi.ca



3⁸⁸

/lb

BOEUF HACHÉ MI-MAIGRE
FORMAT ÉCONOMIQUE
MEDIUM GROUND BEEF, ECONOMIC PACK
8.55/kg



CALIFORNIE

GEANTES
plus
charnues

2⁹⁹

/lb

CERISES GÉANTES
PRODUIT DES É.-U., CAT. No 1, 10.5 RANGS
JUNBO CHERRIES
6.59/kg



imbattable
3⁴⁷

PIZZA CROÛTE MINCE RISTORANTE
SINGULE, 200-295 g, CASA DI MAMA 395-410 g, GIUSEPPE
BAGNETTES DE PIZZA 175 g, FOUR VARIÉTÉS EN MALAGAN
RISTORANTE THIN CRUST PIZZA

mes produits gratuits!

coupons dans l'appli **jeudi** seulement



VALEUR DE
3,79\$

VALEUR DE
2,99\$

exclusif aux membres moi
aucun achat requis

Coupons disponibles dans l'appli Mon Metro le **jeudi** seulement !
Coupons échangeables jusqu'au **mercredi** suivant.

Du jeudi 6 juin au mercredi 12 juin 2024 From Thursday to Wednesday June 6th - June 12th, 2024

ma fête à **moi**

cette semaine
exclusif chez **metro**

2X vos points
à l'achat de
75\$ et plus*



sac
de 2 lb

PÊCHES
PRODUIT DES É.-U. SAC 2 LB
PEACHES

3.99



CÔTELETTES
DE PORC FRAIS
AVEC OS. VOUR VARIÉTÉS EN MAGASIN.
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH PORK LOIN CHOPS,
ECONOMIC PACK
5.49/kg

2.49
/lb



HARICOTS VERTS
PRODUIT DES É.-U.
GREEN BEANS
3.28/kg

1.49
/lb



SAUCISSES
FRAÎCHES
VOUR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
FRESH SAUSAGES

rabais de
1\$/lb
tout l'été



LAITUE DUO
GEN V
PRODUIT DU QUÉBEC.
VOUR VARIÉTÉS EN MAGASIN
GEN V DUO LETTUCE

2.99



YOGOURT
ACTIVIA DANONE
PROBIOTIQUES ACTIFS
PROBIOTIQUES ACTIFS
650g
TWO GOOD YOGURT GRÉC
4.9% & DANONE YOGOURT
À BOIRE 6.9% ML
VOUR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
DANONE ACTIVIA
YOGURT

imbattable
2.64



YOGOURT À BOIRE
YOP YOPLAIT
200 mL VOUR VARIÉTÉS EN MAGASIN
YOPLAIT DRINKABLE YOGURT

imbattable
97¢



PRODUIT LAITIÈRE
SANS LACTOSE
NATREL
NATREL PLUS LAIT 2% L.
ALLEGRO FROMAGE 27% L.
VOUR VARIÉTÉS EN MAGASIN
NATREL LACTOSE FREE
DAIRY PRODUCT

5.44



PEPSI, COKE
CAISSE, CANÉTTES CONSIGNÉES
12/355 mL VOUR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
SOFT DRINK

6.99
prix
membre
6.27



VIN ROUGE
OU BLANC
VINER 4L VOUR SÉLECTION
EN MAGASIN
RED OR WHITE WINE

6\$
de rabais

consultez la recette de truite citronnée sur plaque de cuisson
cliquez ici

100% CANADIEN

GARANTIE FRAICHEUR TRACABLE DE LA PÊCHE À L'ÉCHAPE

9.99 /lb

FILET DE TRUITE FRAIS
 SANS ARÊTES
 FORMAT ÉCONOMIQUE
 FRESH TROUT FILLET,
 ECONOMIC PACK
 22.02/kg

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

3/15\$ ou 6.99 l'unité

produit d'ici

PAIN TRANCHÉ POM
 CLUB NATURE - MENAGE 450-475 g
 PAIN À MIE D'OR 0% LIÉGIFIÉ
 4 1/2 in. x 10 in. x 1 1/2 in.
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 POM SLICED BREAD
 Voir réduction sur reçu de caisse

3\$ de rabais à l'achat de 2 pains

Bay Scallops Pétoucles de baie

PÉTOUNCLES DE BAIE IRRÉSISTIBLES
 SURGÊLES
 80-120 un./lb. 400 g
 IRRÉSISTIBLES BAY SCALLOPS

2/15\$ ou 8.99 l'unité

CROISSANTS 100% BEURRE
 10/57 g
 100% BUTTER CROISSANTS

5.99

produit d'ici

SAUCISSES FUMÉES LESTERS
 450 g, BOLOGNE 600-675 g
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 LESTERS WIENERS OR BOLOGNA

3.99

JAMBON MÈRE MICHEL
 MAPLE LEAF
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 MAPLE LEAF MÈRE MICHEL HAM
 9.03/lb

1.99 le 100 g

cette semaine exclusif chez **metro**

2X vos points à l'achat de **75\$ et plus+**

PRIMO spaghetti

PRIMO Macaroni

2.49

PÂTES ALIMENTAIRES PRIMO
 375-900 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 PRIMO PASTA

produit d'ici

Arctic Gardens Spaghetti

Arctic Gardens SMALL PEAS PETITS POIS

3.77

LÉGUMES ARCTIC GARDENS
 SURGÊLES, 340-350 g
 VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 ARCTIC GARDENS VEGETABLES

8-16 Double Simplex

Cashmere

2 DOUBLE DOUBLES = 4

Sponge Towels ULTRA

4.44

PAPIER HYGIÉNIQUE CASHMERE
 8 ROULEAUX DOUBLES, 4 ROULEAUX SIMPLES
 SPONGE TOWELS ULTRA ESSUIE-TOUT DE PAPIER
 2 ROULEAUX, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 CASHMERE BATHROOM TISSUE

Cette semaine seulement

mon spécial appli
 à l'achat d'une unité

C'EST EXCLUSIF! chez metro

BENNY CÔTES DE DOS DE PORC À LA SAUCE BBQ **8.99***

BARBECUE

9.99*

CÔTES DE DOS DE PORC CUITES IRRÉSISTIBLES
 680 g, BENNY 515 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
 IRRÉSISTIBLES COOKED PORK BACK RIBS

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 uniquement 1 fois par client à l'achat d'une unité, l'achat d'unités supplémentaires sera à 9.99 l'unité. Certaines conditions s'appliquent, voir metro.ca. Prix régulier à partir de 15.99\$.

Selection
barbecue rings
anneaux au barbecue

Selection
party mix
mélange fiesta

AMUSE-GUEULE
SELECTION
285-300 g, SRETTELS
400 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
SELECTION SNACKS

277

OhCaram
12 UNITÉS

POM
BAGELS
40 points
à l'achat de 2

produit d'ici
DEPUIS 1870

2\$ de rabais
à l'achat
de 2 produits

BAGELS POM
MUFFINS ANGLAIS, 6 un., PAIN TRANCHÉ
RAGONS CANNELLÉ 600 g, MACHON PETITS GÂTEAUX
6-12 un., VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
POM BAGELS
Voir réduction sur reçu de caisse

30 335L FROID
Coors
LIGHT

30 335L FROID
SLEEMAN
CLEAR 2.0

100 points
à l'achat de 2

43.99

SESAME
SEED 8 PAINS
HAMBURGER
GRAINES
DE SESAM

12 UNITÉS

2\$ de rabais
à l'achat
de 2 pains

PAINS GÉANTS À HAMBURGER OU
À HOT-DOG IRRESISTIBLES
CRISTIN, 8 un., SELECTION PAINS À HAMBURGER
OU À HOT-DOG 12 un., PAIN À SANDWICH 675 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES MAMMOTH HAMBURGER OR HOT DOG BUNS
Voir réduction sur reçu de caisse

12 335L FROID
Heineke

12 335L FROID
Corona
Extra

100 points
à l'achat de 2

21.99

à l'achat de 2
ou à partir de
23.99 la caisse

PRINGLES
ORIGINAL

PRINGLES
BBQ

15 points

2.47

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

24 335L FROID
BUD
LIGHT

24 335L FROID
Molson
ULTRA

100 points
à l'achat de 2

2/64.98

ou à partir de
36.99 la caisse

nutella

30 points

5.99

TARTINADE
NUTELLA
NOSETTES-CACAO, 725 g
NUTELLA SPREAD

24 335L FROID
Molson
ULTRA

24 335L FROID
Molson
DRY

100 points
à l'achat de 2

2/68.98

ou à partir de
37.99 la caisse

AVOINE
CROQUANTE

CROQUE
NATURE

20 points

3.99

CÉRÉALES
QUAKER,
GENERAL MILLS
VOIR FORMATS ET
VARIÉTÉS EN MAGASIN
QUAKER, GENERAL MILLS
CEREAL

gratuit

à l'achat
d'une caisse

BIÈRE
LABATT
BUDWEISER,
BUD LIGHT

CAISSE,
CANETTES
CONSIGNÉES
30/355 ml
BEER

ANNONCÉE À
43,99\$

LA CAGE

COÛTES DE DOS DE PORC
CUIITES LA CAGE
CLASSIQUE, 750 g
LA CAGE COOKED PORK RACK RIBS

Valeur de
17,99\$

FROMAGE SELECTION
400 g, MEXIC-ÉPRE 375 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION CHEESE

2/10.99

ou 6,99
l'unité

MILD MARBLE
CHEDDAR
MARBB
DOUX

PIZZA
MOZZARELLA

produit d'ici

moi, j'économise
plus vite
chez metro!

À chaque dollar dépensé, je récolte
des points sans même lever le petit doigt!

À chaque achat, je double mes points*
avec ma carte moi RBC Visa, pincez-moi!

Je dénèche des produits avec des points
bonus pour économiser encore plus,
moi j'ai compris!

Je m'éclate avec les offres Mon spécial
appli et les prix membres chaque
semaine, c'est mon petit secret.

*Des conditions s'appliquent. Allez à rbc.com/moi pour obtenir tous les détails. ** MC Marquaisé de commerce de Banque Royale du Canada. moi est une marque de commerce de Metro Inc.

ma fête à



metro.ca

MON ÉPICERIE EN LIGNE



40\$
DE RABAIS

20\$ de rabais sur vos
2 premières commandes*

CODES PROMOS
BBQ1 - BBQ2



**LIVRAISON
ILLIMITÉE
GRATUITE
POUR 1 MOIS**



Magasinez maintenant

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

accumulez des points encore plus vite

avec la carte moi RBC® Visa†

valeur de
80\$*



+ obtenez jusqu'à
10 000
points en prime*

en savoir plus



moi

*Prend fin le 31 janvier 2025. Des conditions s'appliquent.
Allez à <https://www.programmemoi.ca/carte-moi-rbc-visa> pour obtenir tous les détails.



des fruits et légumes frais

FRAMBOISES
PRODUIT DES É.-U. ET/OU IMPORTÉES DU MEXIQUE.
CAT. No 1, 170 g
RASPBERRIES

3⁹⁹ **20** points

très sucrée

MINI MANGUES SUCRÉES
MINI SWEET MANGOS

2/5\$

C'EST NOUVEAU!
chez metro

gros cantaloup

5⁹⁹ ch.

GROS CANTALOUPE
PRODUIT DES É.-U., CAT. No 1, GR 9
LARGE CANTALOUPE

gros ananas

GROS ANANAS TROPICAL GOLD
GR 6-90
ANANAS DECORTIQUÉ
500 g
TROPICAL GOLD
LARGE PINEAPPLE OR
CORED PINEAPPLE

4⁹⁹

coupé en magasin

gros citron

CITRON
GR 10
LEMON

99¢ ch.

gros kiwi

GROS KIWI
GR 27
LARGE KIWI

99¢ ch.

1⁹⁹ /lb

BANANES PLANTAIN
PLANTAIN BANANAS
4.39/kg

gros format

Attitude

SPRING MIX MÉLANGE PRONTANIER

CAESAR CÉSAR

7⁹⁹ prix spécial

6⁹⁹ prix membre

MÉLANGE DE SALADE AVEC GARNITURES ATTITUDE
PRODUIT DES É.-U., 342-454 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
ATTITUDE SALAD MIX WITH TOPPINGS

produits de chez nous

bio 2⁴⁹ moyen

1⁹⁹ ch.

CONCOMBRE ANGLAIS SANS PÉPINS
PRODUIT DU QUÉBEC
SEEDLESS ENGLISH CUCUMBER

hommage aux producteurs du Québec

Tempehine
Saveur de goût et plaisir

SOMEL, MEIJIJSTE ET JASMINE KHAEL, PROPRIÉTAIRES

Reconnu pour offrir la gamme de produits tempeh la plus large en Amérique du Nord. Depuis près de 4 ans, Tempehine nous offre des produits goûteux et innovants de qualité.

faible en acidité

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

2⁹⁹ /lb

BIO

Tempehine
Saveur de goût et plaisir

BIO

BIO

BURGER DE TEMPEH BIOLOGIQUE TEMPEBURGER
PRODUIT DU QUÉBEC, 200 g
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
TEMPEBURGER ORGANIC TEMPEH BURGER

6⁹⁹

CUBES DE TEMPEH BIOLOGIQUE TEMPEHINE
PRODUIT DU QUÉBEC, 200 g
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
TEMPEHINE ORGANIC TEMPEH CUBES

5⁹⁹

nouvelle récolte

RHUBARBE
PRODUIT DU QUÉBEC, CANADA No 1, 9 un.
RHUBARB

5⁹⁹

1⁹⁹ RADIS EN FEUILLES
PRODUIT DU QUÉBEC, POT
TOP RADISHES

4⁹⁹ CHAMPIGNONS SHIITAKE
PRODUIT DU QUÉBEC, 125 g
SHIITAKE MUSHROOMS

3⁹⁹ TOFU UNISOYA
PRODUIT DU QUÉBEC, 300-454 g
VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
UNISOYA TOFU

7 variétés

gros format

5⁹⁹

PETITES TOMATES ITALIENNES OU TOMATES CERISES MÉLANGÉES OU TOMATES RAISINS
PRODUIT DU QUÉBEC, 600 g
SMALL ITALIAN TOMATOES OR MIXED CHERRY TOMATOES OR GRAPE TOMATOES

gros céleri **B10** **3.99** ch. GR 30

3.69 ch.

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

13 variétés **produit d'ici**

POMMES DE TERRE GRELOTS THE LITTLE POTATO CO. PRODUIT DU CANADA, 454-680 g, 100% VARIÉTÉS EN MAGASIN. THE LITTLE POTATO CO. CREAMER POTATOES

3.99

B10 **3.99** ch.

CHOU FRISÉ VERT (KALE)
PRODUIT DES É.-U. ET/OU IMPORTÉ DU MEXIQUE, GREEN KALE

1.99 ch.

5 unités **prix spécial** **6.49**

prix membre **5.99**

AVOCATS SAC 5 un. AVOCADOS

la fraîcheur on connaît ça

produit d'ici

FRAISES PRODUIT DU QUÉBEC, 750 ml STRAWBERRIES

3.99

gros poivrons **produit d'ici**

POIVRONS ROUGES, ORANGE OU JAUNES DE SERRE PRODUIT DU CANADA. HOTHOUSE RED, ORANGE OR YELLOW PEPPERS 8.80/kg

3.99 /lb

couronne **B10** **3.99** ch.

20 points **2.69** ch.

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

jus québécois **produit d'ici**

jus Héritage 77
• jus maison fait de fruits du verger
• fraîchement pressé et sans sucre ajouté

1.75 L **3.99**

JUS HÉRITAGE 77 PRÉPARÉ AU QUÉBEC, THE VERT, 1.75 L, 100% VARIÉTÉS EN MAGASIN. HÉRITAGE 77 JUICE.

gros format **jus d'orange pur**

JUS D'ORANGE 100% PUR PRÉPARÉ AU QUÉBEC, 946 ml 100% PURE ORANGE JUICE

8.99

hommage aux producteurs du Québec

DÖSE

ORGANIC BIOLOGIQUE

RAPHAËL HUBERT ET GENEVIÈVE BROUSSEAU-PROVENCHEUR, PROPRIÉTAIRES

Aujourd'hui, le couple accompagné d'une bande d'humains sympathiques, travaillent fort pour vous offrir des bouteilles de bien-être frais et biologique.

B10 **4.99**

JUS BIOLOGIQUE DÖSE PRÉPARÉ AU QUÉBEC, 300 ml, 100% VARIÉTÉS EN MAGASIN. DÖSE ORGANIC JUICE

13.99

SHOTS BIOLOGIQUES DÖSE PRÉPARÉ AU QUÉBEC, 400 ml, 100% VARIÉTÉS EN MAGASIN. DÖSE ORGANIC SHOTS

Loop pressé à froid
• goût unique
• remplis d'ingrédients sains
• une source très élevée en vitamine C

LIMONADE LOOP PRÉPARÉ AU QUÉBEC, FRAISE-CITRON, 355 ml LOOP LEMONADE

3.99

LIMONADE LOOP PRÉPARÉ AU QUÉBEC, FRAISE-CITRON, 1 L LOOP LEMONADE

6.99

gros format **jus Tradition**
• entreprise familiale
• jus frais

LIMONADE TRADITION JUS, COCKTAIL, PRODUIT DU QUÉBEC, 2.25 L, 100% VARIÉTÉS EN MAGASIN. TRADITION LEMONADE

à partir de 4.49

viandes de qualité



consultez la recette de hauts de cuisses sauce mandarine

[cliquez ici](#)



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

20 points

3.88 /lb

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

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



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

3.49 /lb

CÔTELETTES DE PORC
AVEC OS FRAIS
ASSAISONNÉES BBQ, FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH PORK CHOPS BONE-IN, ECONOMIC PACK
7.69/kg



FAMILLE
FONTAINE
FAMILY

8.99

AGNEAU
HACHÉ MAIGRE
FAMILLE FONTAINE
375 g
FONTAINE FAMILY
LEAN GROUND LAMB



C'EST
NOUVEAU!
chez metro

rabais de
1\$/lb
tout l'été

BROCHETTES DE HAUTS
DE CUISSES DE POULET
DÉOSSÉS FRAIS
ASSAISONNÉS
FRESH BONELESS CHICKEN THIGH BROCHETTES



Irresistibles

9.99

BAVETTE DE BOEUF
IRRÉSISTIBLES
225 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRÉSISTIBLES BEEF BAVETTE

brisket barbecue



consultez la recette
[cliquez ici](#)



5\$
de rabais
sur le produit
sélectionné

POITRINE DE BOEUF ENTIÈRE
EMBALLÉE SOUS-VIDE
WHOLE BEEF BRISKET, VACUUM PACKED



produit
D'ICI

3.49 /lb

RÔTI D'ÉPAULE PICNIC DE PORC
PORK PICNIC SHOULDER ROAST
7.69/kg



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

9.99 /lb

BIFTECK SANDWICH
ESCALOPE
BIFTECK ATTENDRI, FORMAT ÉCONOMIQUE
SANDWICH CUTLET STEAK, ECONOMIC PACK
22.02/kg



LAC
BROME
LAKE

17.99 /lb

POITRINES
DE CANARD
FRAIS DÉOSSÉES
LAC BROME
AVEC PEAU, ENV. 500 g
BROME LAKE FRESH BONELESS
DUCK BREASTS
39.66/kg



FAMILLE
FONTAINE
FAMILY

17.99 /lb

ESCALOPES DE VEAU
FAMILLE FONTAINE
INTÉRIEUR DE RONDE, ENV. 200 g
FONTAINE FAMILY VEAL CUTLETS
39.66/kg

consultez la recette de steak Denver sur le BBQ de Martin Juneau [cliquez ici](#)

BOEUF PLATINUM ANGUS AAA

20% de rabais

15⁹⁹ /lb

BIFTECK D'ÉPAULE DE BOEUF DENVER
NATURE OU ASSAISONNÉ
BOWED BEEF SHOULDER STEAK
35,25/kg

BIFTECK DE HAUT DE SURLONGE DÉOSSÉ SANS CULOTTE
PLATINUM ANGUS AAA
PLATINUM ANGUS AAA BONELESS TOP SIRLOIN STEAK CAP OFF

à partir de 9⁹⁹ /lb

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

44⁹ /lb

CÔTES DE FLANC DE PORC FRAIS
FORMAT ÉCONOMIQUE
FRESH PORK SIDE RIBS, ECONOMIC PACK
9,90/kg

8 brochettes par paquet metrogo!

9⁹⁹ /lb

CUBES DE BOEUF BOURGUIGNON
À FONDRE OU À BROCHETTE, FORMAT ÉCONOMIQUE
BOURGIGNON BEEF CUBES, ECONOMIC PACK
22,02/kg

12^{\$}

BROCHETTES D'ÉTÉ
440 g, 8 en 1
SUMMER BROCHETTES

découpes savoureuses hautes en couleurs!

Consili québécois de la transformation de la volaille

produit d'ici

la viande brune est onctueuse, juteuse et extrêmement goûteuse

44⁹ /lb

POULET DE GRAIN MIEUX-ÊTRE NATURALIA
ENV. 2 kg
LIFE SMART NATURALIA GRAIN-FED CHICKEN

44⁹ /lb

CUISSES DE POULET MIEUX-ÊTRE NATURALIA SANS OS
ENV. 450 g
LIFE SMART NATURALIA CHICKEN LEGS

34⁹ /lb

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

44⁹ /lb

PILONS OU HAUTS DE CUISSES DE POULET JERK
JERK CHICKEN DRUMSTICKS OR THIGHS
9,90/kg

savoir jerk

produit d'ici

4⁹⁹

BOLOGNE SELECTION
475 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION BOLOGNA

produit d'ici

6^{\$}

TORTELLINI IRRESISTIBLES
2750 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES TORTELLINI

40 points

7⁹⁹

BACON MAPLE LEAF
375 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MAPLE LEAF BACON

produit d'ici

7⁹⁹

PORC EFFILOCHÉ PLAISIRS GASTRONOMIQUES
POUR ET AU REURRÉ, VOU-AU-VENT AU POULET, CHILI AU BOEUF, 400-480 g
PLAISIRS GASTRONOMIQUES PULLED PORK

produit d'ici

11⁹⁹

BBQ AILES DE POULET
SPECIAL

10⁹⁹ prix membre

AILES DE POULET SELECTION
SURGELÉES, 650 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION FROZEN CHICKEN WINGS

produit d'ici

13⁹⁹

PORTIONS DE POULET FLAMINGO
SURGELÉES, 600-730 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FLAMINGO FROZEN CHICKEN PORTIONS

produit d'ici

12⁹⁹

JANES STYLE PUB
Languettes de poulet

12⁹⁹

PORTIONS DE POULET PANÉES STYLE PUB JANES
SURGELÉES, 700 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
JANES PUB STYLE FROZEN BREADED CHICKEN PORTIONS

ARTISAN

• 18% de protéines
• Fumé naturellement

64⁹ /lb

JAMBON DÉOSSÉ IRRESISTIBLES ARTISAN
ENV. 1,6 kg
IRRESISTIBLES ARTISAN BONELESS HAM
14,31/kg

8 JUIN
JOURNÉE
MONDIALE
DE L'OcéAN

repérez l'autocollant
Fraîcheur traçable pour
nos poissons issus de
pêches durables!

produit
D'ICI

GARANTIE
FRAÎCHEUR
TRAÇABLE
DE LA PÊCHE À L'AMBIÈRE



15⁹⁹ /lb
CREVETTES NORDIQUES CUITES
COOKED NORTHERN SHRIMP
35,25/kg

449
lb 100g
FILET DE SAUMON
FUMÉ ARTISANAL
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ARTISANAL SMOKED
SALMON FILET
20,37/lb

599
POISSON COUPES DU
MARCHÉ HIGH LINER
SURGÉLÉ, HIGH LINER, MORUE, SOLE
DU SAUMON SAUVAGE DU PACIFIQUE, 227 g
HIGH LINER MARKET CUTS FISH

qualité
tartare
16⁹⁹ /lb
PAVÉS DE SAUMON
TOURNÉDOS DE SAUMON,
RÔTI DE SAUMON,
FILETS DE SAUMON
ASSAISONNÉS.
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN.
FORMAT ÉCONOMIQUE
SAUMON PORTIQUE,
ECONOMIC PACK
37,46/kg

15⁹⁹ /lb
DARNES DE THON
TUNA STEAKS
35,25/kg

999
FLOCONS DE
GOBERGE À SAVEUR
DE CRABE
CRAB FLAVOURED
POLLOCK FLAKES
22,02/kg

549
MINI PIZZAS AUX
FRUITS DE MER OÙ
AU SAUMON FUMÉ
SEAFOOD OR SMOKED SALMON
MINI PIZZAS

50 points
999
CREVETTES
ET PETONCLES
IRRÉSISTIBLES
SURGÉLÉS, NON-CUITS, 340 g
IRRÉSISTIBLES SHRIMP & SCALLOPS

999
C'EST EXCLUSIF!
SAUMON
OU THON
EN CUBES
AKI SOIRÉE
SUSHI
SURGÉLÉ, 150 g
AKI SUSHI NIGHT
SALMON OR
TUNA IN CUBES

899
LES HORS-D'ŒUVRE
CRISPY CALAMARI
CALMARS
CROUSTILLANTS
SALAIS PRÉPARÉS
SEL ET POIVRE

1099
DIM SUM
DUMPLINGS
SALAIS PRÉPARÉS
SEL ET POIVRE

799
CALMARS
CROUSTILLANTS
IRRÉSISTIBLES
SURGÉLÉS, SEL-POIVRE, 340 g
IRRÉSISTIBLES
CRISPY CALAMARI

999
DIM SUM AUX
CREVETTES
IRRÉSISTIBLES
SURGÉLÉS, 290 g, 670/4 400 g
IRRÉSISTIBLES
SHRIMP DIM SUM

un festin de homard

produit
D'ICI
5\$ de rabais
prix du
marché
à l'achat d'une caisse
de 12 bières Stella
Artois et de homard
vivant ou cuit
en cuisson par achat, par visite

Jusqu'à 3\$ de rabais
VIN ROUGE,
BLANC OU ROSÉ
750 mL VOIR SÉLECTION
EN MAGASIN
RED, WHITE OR ROSÉ WINE

599
CHAIR DE HOMARD
CUITE ÉMINCÉE
SURGÉLÉE, 304 g
MINCED COOKED LOBSTER MEAT

2/6\$
BEURRE À L'AIL
LACTANTIA
125 g
LACTANTIA GARLIC BUTTER

1299
BOUCHÉES
DE HOMARD
IRRÉSISTIBLES
SURGÉLÉS, 283 g
IRRÉSISTIBLES
LOBSTER BITES

des huîtres disponibles à l'année

produit
D'ICI
2299
HUÎTRES COCKTAIL TRÉSOR DU LARGE
18 UN.
TRÉSOR DU LARGE COCKTAIL OYSTERS

Découvrez nos
différentes
saveurs
d'huîtres pour
tous les goûts!

des salades tout l'été

à l'achat d'une
salade fraîche
prête à servir
économisez 1\$ sur le prix régulier
rabais déjà appliqué sur l'emballage
plusieurs variétés offertes
à partir de 699 /lb
SALADE
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SALAD
à partir de 15,41/kg

*Selon la variété disponible en magasin. Jusqu'à épuisement des produits participants. Metro et Metro Plus participants. Nous nous réservons le droit de suspendre, de modifier ou de mettre fin à ce programme en tout temps sans préavis.

boulangerie



Irresistibles



TARTE À LA CRÈME
850 g, GÂTEAU AU FROMAGE 400 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CREAM PIE

à partir de
12⁹⁹



GÂTEAU
500-750 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CAKE

à partir de
20⁹⁹



C'EST NOUVEAU!
chez Lesch

GÂTEAU CROUSTADE
450 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CRUMB CAKE

8⁹⁹



MUFFINS
400 g, VOIR MUFFINS 326 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MUFFINS

à partir de
5⁹⁹



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

7⁹⁹



MINI GÂTEAU AU FROMAGE
330-350 g, MINI MOUSSE 300 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MINI CHEESECAKE

prix spécial
10⁹⁹
prix membre
9⁹⁹



* PRÉSENTATION SUCCÉDÉE
PETITS GÂTEAUX MARIE-ANNE
VANILLE, 142 g
SUNNY SHELL CAKES

2/6\$



C'EST NOUVEAU!
chez Lesch
GÂTEAU FROMAGE FRUITS
125 g, FROMAGE CHOCOLAT FRUITS 115 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FRUIT CHEESECAKE
Voir réduction sur reçu de caisse

2/9\$



TARTE AUX FRUITS
450-475 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FRUIT PIE

9⁹⁹



GÂTEAU SHORTCAKE AUX FRAISES
650-755 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
STRAWBERRY SHORTCAKE CAKE

19⁹⁹

produits d'ici

produit d'ici

Irresistibles



GAUFRES CLASSIQUES
400 g
CLASSIC WAFFLES

5⁴⁹



Dr. Habelle
MUFFINS
GÂTTES ET NOIX, 4/80 g
MUFFINS

4⁹⁹



PAIN TRANCÉ
PAIN DE CAMPAGNE
950 g, CARRE AUX
CARRIBERGES 575 g
SLICED BREAD

6⁴⁹



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

25 points
à partir de
3²⁹



PAIN TRANCÉ
RAISINS-MIEL-NOISSETTES
500 g
RAISIN-HONEY-HAZELNUT SLICED BREAD

à partir de
5⁴⁹



BAGELS STYLE MONTREAL
400 g, BAGELNICHES 420 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
MONTREAL STYLE BAGELS

3⁹⁹



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

7⁹⁹

idées pour vos pique-niques

La saison du pique-nique est commencée! Opter pour un pique-nique équilibré: combiner des craquelins, des viandes, des fromages et des fruits et légumes.



ANTIPASTO MISTO
100g

PROSCIUTTO
100g

SPICY CALABRESE PROSCIUTTO
100g

40 points
7.99

ANTIPASTO MISTO TRANCHE IRRESISTIBLES PROSCIUTTO, SALAMI, 100 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. IRRESISTIBLES SLICED ANTIPASTO MISTO

BRISÉ DU MATIN ALEXIS DE PORTNEUF
125 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN

produit d'ici

petit format à petit prix
4.99

CHARVOISIENNE
NATURE ORIGINAL
125 g

produit d'ici

PÂTE DE FOIE OU DE CAMPAGNE CHARVOISIENNE TERRINE, 125 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. CHARVOISIENNE LIÈGE OR COUNTRY STYLE PÂTE

à partir de **3.99**

FROMAGE CLASSIQUE BERGERON
SANS LACTOSE, 170-200 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. BERGERON CLASSIC CHEESE

produit d'ici

à partir de **7.99**

FROMAGE DE CHÈVRE IRRESISTIBLES ARTISAN MIEUX-ÊTRE, 170 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. IRRESISTIBLES ARTISAN GOAT CHEESE

5.99

TRIO DE CHARCUTERIES MASTRO
150-250 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. MASTRO DELI COLD CUTS TRIO

55 points

à partir de **8.49**

JAMBON TRANCHE PREMIÈRE MOISSON
125-175 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. PREMIÈRE MOISSON SLICED HAM

produit d'ici

à partir de **6.99**

charcuterie

JAMBON CUIT LAFLEUR EXTRA-MAGRE, TONIN EFFEL JAMBON PARISIEN LAFLEUR COOKED HAM 12,66/lb

2.79 le 100g **15 points**

RÔTI DE POITRINE DE DINDE CUDDY VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN CUDDY TURKEY BREAST ROAST 20,37/lb

4.49 le 100g

BOEUF FUMÉ À L'ANCIENNE LESTERS PASTRAMI LESTERS OLD FASHIONED SMOKED MEAT 18,10/lb

3.99 le 100g

PEPPERONI TRANCHE SELECTION 375 g SELECTION SLICED PEPPERONI

5.99

HUMMUS FONTAINE SANTÉ TARTINADE, TREMPETTE, 150-160 g. SAUCE À CŒUR 235 ml. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. FONTAINE SANTÉ HUMMUS

produit d'ici

4.49

SALADE MOISHES 454 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. MOISHES SALAD

4.49

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

3.49

PÂTE AU POULET ST-HUBERT TOURTIÈRE, OUCHI, GRATIN, 235 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. ST-HUBERT CHICKEN POT PIE

25 points

4.49

CRETONS NOREL 150 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. NOREL CRETONS

4.79

FETA TRE STELLE DOCCONCI, 200 g. CASTELLO FROMAGE TRANCHE 125-175 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN. TRE STELLE FETA CHEESE

6.99 prix spécial

5.99 prix membre

La Méditerranée dans votre assiette



découvrez notre variété de produits



ADONIS

BAKLAVAS ADONIS
FOR VIRETTES
EN MAGASIN
ADONIS
BAKLAVAS
14,97/lb

330
le 100 g

ROULEAUX AU FROMAGE
CHEESE ROLLS

799
6 un.

KEBBE VÉGÉTARIENNE
ET HUMMUS
265 g
VEGETARIAN KEBBE AND HUMMUS

749
9 un.

KEBBE VIANDE AVEC
SAUCE À L'AIL ADONIS
300 g
ADONIS GARLIC SAUCE MEAT KEBBE

749
6 un.

HUMMUS CLASSIQUE ADONIS
SAUCE À L'AIL, 250 g
ADONIS CLASSIC HUMMUS

399

PIZZA LAHMAJOUN
120 g, PIZZA TOMATE-FROMAGE 150 g
LAHMAJOUN PIZZA

349
pour 2 un.

metrOGO! préparés en magasin

sandwicherie à petit prix

savoureux sandwichs pour gourmands pressés

repérez
l'autocollant 5\$

5\$
ch.



sélections de la semaine

obtenez
10%
de rabais
et plus sur produits
sélectionnés

3 à 4
portions
par repas!



préparez vos matinées

JUS RÉFRIGÉRÉ OASIS
1,5 L, 100% JUS DE FRUITS EN MAGASIN
OASIS REFRIGERATED JUICE

3.99

20 points



6.79 FROMAGE CHEDDAR RIVIERA
270 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
RIVIERA CHEDDAR CHEESE



3.79 FROMAGE LA VACHE QUI RIT
100-140 g, 100% LAITI, 100% FROMAGES EN MAGASIN
THE LAUGHING COW CHEESE



JUS D'ORANGE RÉFRIGÉRÉ OASIS
1,5 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
OASIS REFRIGERATED ORANGE JUICE

5.49



25 points

4.99



9.99



4.99 MÉLANGE À CHOCOLAT CHAUD CARNATION NESTLÉ
7-10/25 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
NESTLÉ CARNATION HOT CHOCOLATE MIX



5.99 CÉRÉALES POUR BÉBÉS GERBER
200-227 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
GERBER BABY CEREAL



3.49 GRUAU INSTANTANÉ QUAKER
340-344 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
QUAKER INSTANT OATMEAL



5.99 CÉRÉALES JORDANS
VOS FORMATS ET VARIÉTÉS EN MAGASIN
JORDANS CEREAL



5.49 YOGOURT SILK
440-650 g, PROBIOTIQUES
YOGOURT GRÈC 500 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SILK YOGURT

prix spécial 6.99
prix membre 5.99

CONFITURE BONNE MAMAN
GÉLÉE, MARMELADE, TARTINADE, 250-280 mL, CARAMEL DULCE LECHE, 280 g, TARTINADE NOISETTES-CACAO 250 g, CITRON 240 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
BONNE MAMAN JAM

2.99 TARTINADE ORIGINALE LACTANTIA
427 g, 50% AMIL 227 g
LACTANTIA ORIGINAL SPREAD

économisez 2\$ à l'achat de 2 pains

PAIN TRANCHÉ CAMPAGNOLO ST-MÉTHODE
570-650 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
ST-MÉTHODE CAMPAGNOLO BREAD
Voir réduction sur reçu de caisse

AJOUTEZ PLUS d'économies avec

Life Smart Mieux-être, Irrésistibles, Selection, Personnelle

4.59 25 points
ŒUFS BLANCS SELECTION
MIEUX-ÊTRE, CALIBRE EXTRA GROS, MIEUX-ÊTRE, MATURÉMENT ŒUFS BRUNS, CALIBRE GROS, ŒUFS
SELECTION WHITE EGGS

5.79 BEURRE D'ARACHIDE SELECTION
1 kg, MIEUX-ÊTRE, BRILLANT, 50% DE BEURRE
SELECTION PEANUT BUTTER

2.29 LÉGUMES SELECTION
540 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION VEGETABLES

3.49 CRÈME SURE SELECTION, MIEUX-ÊTRE
500 mL, FROMAGE COTTAGE 500 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION, LIFE SMART SOUR CREAM

6.99 GUIMAUVES SELECTION
1 kg, ENSEMBLE POUR 5 MOUSSES 400 g
SELECTION MARSHMALLOWS

2.49 CORNETS À CRÈME GLACÉE SELECTION
CHOCOLATE, IRRÉSISTIBLES, CORNETS SUICIS, 32 mL, SELECTION MINI Gobelets
42 mL, SELECTION ICE CREAM CONES
132 g

1.99 GAUFRES SELECTION
SINGLES, 200-220 g, CRÊPES 330 g, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION WAFFLES

1.99 LAIT DE COCO SELECTION
400 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION COCONUT MILK

1.99 SAUCE TOMATE SELECTION
400 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION TOMATO SAUCE

3.99 SACS À ORDURES SELECTION
20-32 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION GARBAGE BAGS

7.49 MIEL SELECTION
NATURALIA, 500 g, SELECTION HONEY

5.49 EAU PÉTILLANTE FRUITÉE SELECTION
1,5 L, 100% JUS DE FRUITS EN MAGASIN
SELECTION FRUITY SPARKLING WATER

7.49 PAPIER HYGIÉNIQUE SELECTION, ECO
12 ROLLETS DE PAPIER & 8 ROLLETS DE PAPIER
ESSUIE-TOUT DE PAPIER
2-4 ROLLETS, PAPIERS
MOUCHOIRS & 200-250 mL, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN
SELECTION, ECO
BATHROOM TISSUE

organisez vos fins de **journées**

SAUCE SOJA KIKKOMAN
570 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
KIKKOMAN SOY SAUCE
7.99

BOUILLON CONCENTRÉ BOVRIL
500 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BOVRIL CONCENTRATED BROTH
6.99

SEA SALT
OLD-FASHIONED SEA SALT
100 g

MESQUITE BBO
OLD-FASHIONED BBO
100 g

CROUSTILLES IRRESISTIBLES
120-150 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES POTATO CHIPS
1.99

THAI ZONE
SAUCE ORIENTALE
450 g

BÂTON ROUGE
SIGNATURE PEPPERCORN SAUCE
SAUCE AU POIVRE SIGNATURE
450 g

Canton
L'ORIGINAL THE ORIGINAL
BOUILLON À FONDUE CANTON
1.1 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CANTON FONDUE BROTH
4.99

MÉLANGE À SAUCE BÂTON ROUGE
2x1, 20-45 g & VALENTINE 50 g
2x1, 42-45 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BÂTON ROUGE SAUCE MIX
1.99

Cavendish
RESTAURANT Style
CRISPY THIN
300 g

Cavendish
Quick CRISP
300 g

Gattuso
Sauce à pizza
1.0 L (Originale)
399 mL

POMMES DE TERRE CAVENDISH
CORSEELLES, 454-750 g
RONDELLES D'POURON 400 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CANTON POTATOES
3.49

SAUCE À PIZZA GATTUSO
SAUCE À PIZZA, 399 mL
GATTUSO PIZZA SAUCE
2.99

15 points

CEDAR
Haricots rouge foncés
540 mL

CEDAR
Pois chiches
540 mL

Pastene
Tomates en dés diced tomatoes
796 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PASTENE TOMATOES
2.49

15 points

LÉGUMINEUSES CEDAR
540 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CEDAR LEGUMES
1.99

FRUITE
C'est nouveau!
BOISSON RÉFRIGÉRÉE KOMBUCHA RISE
1 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
KOMBUCHA RISE REFRIGERATED DRINK
7.99

FRUITE
BOISSON RÉFRIGÉRÉE
1.54 L, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
FRUITE REFRIGERATED DRINK
2.49

RISE
KOMBUCHA RISE REFRIGERATED DRINK

gratuit

DÎNER PATAK'S
235 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PATAK'S DINNER

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

Valeur de 3,69\$

VOIR RÉDUCTION SUR REÇU DE CAISSE

ANNONCE À **6,99\$**

Robinson
farine tout usage
ORIGINAL
2.5 kg

FIVE ROSES
ALL PURPOSE FLOUR
WHITE
2.5 kg (5.5 lbs)

prix spécial 6.49

prix membre 5.99

FARINE TOUT USAGE ROBIN HOOD, FIVE ROSES
BROUÉE XXX, 2.5 kg, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ROBIN HOOD, FIVE ROSES ALL PURPOSE FLOUR

CHEEZ-IT
Original
170-200 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CHEEZ-IT CRACKERS
2/5\$

TARTINADE MAP-O-SPREAD
BEURRE DE SUCRE, CROQUANT, CARAMEL, 400 g
MAP-O-SPREAD SPREAD
2/5.50

multipliez vos économies

BISCUITS TRADITION LECLERC
225-250 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LECLERC TRADITION COOKIES
2/6\$

TRADITION 1905
LECLERC TRADITION COOKIES

Colgate
DENTIFRICE COLGATE
50-120 mL, BRUSSE À DENTS
1 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
COLGATE TOOTHPASTE
2/4\$

ALIMENTS EN PURÉE POUR BÉBÉS GERBER
125-150 mL, 80-99 g
PERSONNELLE BÉBÉ
BISCUOTTES DE RIZ
BIOSÉCHÉES 50 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
GERBER STRAINED BABY FOOD
2/5\$

DÎNER IRRESISTIBLES
SURGÈLE, 230-260 g
MORCEAU ÉTIRÉ, 230-270 g
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
IRRESISTIBLES DINNER

Butter Chicken
265 g

Poulet Général Tao Chicken
265 g

2/5.50

NESTEA
BOISSON MINUTE MAID
SURGÈLE, CONCENTRÉE,
NESTEA THE GLACE,
PHOTOPHIA BOISSON AUX
FRUITS, 295 mL, VOIR
VARIÉTÉS EN MAGASIN
MINUTE MAID DRINK
3/5\$

LAIT AROMATISÉ QUÉBON, SEALTEST
473 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
QUÉBON, SEALTEST
FLAVOURED MILK
2/3.50

HEINZ
JUS DE TOMATE
540 mL
HEINZ TOMATO JUICE
2/5\$

Silk AMANDES
BOISSON AUX AMANDES SILK
DE SOYA, LAIT DE COCO
OU À L'AVOINE, 946 mL
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SILK ALMOND DRINK
3/8\$

oikos
YOGOURT GREC OIKOS DANONE
4/95-100 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
DANONE OIKOS GREEK YOGURT
3/9.99

ou 5.29\$ l'unité

Red Bull
BOISSON ENERGISANTE
RED BULL
CAISSE, CANETTES
CONSIGNÉES 12/250 mL
RED BULL ENERGY DRINK
2/43.98

ou 24.99 l'unité

chiens et chats

NOURRITURE POUR CHATS
WHISKAS
100 g, JAMB PERFECT PORTIONS 75 g,
LUXE & JAZZ 85 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
WHISKAS CAT FOOD

3/5\$



379 GÂTERIES POUR CHATS
TEMPTATIONS WHISKAS
160-180 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
WHISKAS TEMPTATIONS CAT TREATS



1049 NOURRITURE POUR CHATS
WHISKAS
1.5 Lb, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
WHISKAS CAT FOOD

DÉSODORISANT
POUR LITIÈRE
DE CHAT
ARM & HAMMER
500 g
ARM & HAMMER
CAT LITTER DEODORANT

299



1599

DÉSODORISANT
EXTRA FORT
ARM & HAMMER
POUR TAPIS, 700 g
ARM & HAMMER EXTRA
STRENGTH DEODORANT

399



NOURRITURE POUR CHATS
SELECTION
3 SAVOIRS, 84 g
SELECTION CAT FOOD

1899



1199 ASSOUPLISSEUR
DE TISSUS BOUNCE
120-200 g, BOUNTY
1.90-2.83 L, GAIN 2.83 L, BOUNTY,
GAIN RENOUVELEUR DE PARFUM
3.74 L, GAIN RENOUVELEUR POUR
LA LESSIVE 2.6 L, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
BOUNCE LAUNDRY SOFTENER



299 NOURRITURE
POUR CHIENS
NATURE'S RECIPE
340 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
NATURE'S RECIPE DOG FOOD



2\$ GÂTERIES
POUR CHIENS
MILK-BONE
103 g, SAUCI-SNACK
196 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
MILK-BONE
DOG TREATS



2/10\$ GÂTERIES
POUR CHIENS
PEDIGREE
200-737 g,
BISCUITS POUR
CHIENS 500-480 g,
DENTASTIX
GÂTERIES
POUR CHIENS
160-292 g,
VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
PEDIGREE
DOG TREATS

ÉLIMINATEUR
D'ODEURS
NATURE'S MIRACLE
946 ml, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
NATURE'S MIRACLE
ODOR REMOVER

1399



1199 NOURRITURE
POUR CHIENS
ONE SMART BLEND
1.72-1.81 kg, NATURE'S
RECIPE 1.8 kg, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
ONE SMART BLEND DOG FOOD



2/6\$ NOURRITURE POUR CHIENS BENEFUL
287 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
BENEFUL DOG FOOD

collations pour tous

CROUTILLES LAY'S
220-235 g, POPPABLES 100 g, BAKED 177 g,
SOIN CHIPS CROUTILLES MULTIGRAINS 210 g,
CHARTONNÉ MAÏS DUFFLE 150-220 g, M&P GOLD
AMUSE-QUEULE 190-370 g, MUNCHIES 250 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LAY'S POTATO CHIPS

399



CRISPY MINIS
QUAKER
90-109 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
QUAKER CRISPY MINIS

15 points

299



799 MAÏS À ÉCLATER
ORVILLE
340-800 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
ORVILLE POPPING CORN



649 YOGOURT SOURCE 0 % YOPLAIT
YOPLAIT CRÈMEUX, 16/700 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
YOPLAIT 0 % SOURCE YOGURT



349 BAGUETTES DE PAIN
GRILLE GRISPOL
100 g, BOUCHÉS 100 g, CANAPÉS
MELBA RONDS 150 g, TOAST
MELBA 200 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
GRISPOL TOASTED
BREAD BAGUETTES



299 PIZZA POPS
PILLSBURY
SURGÉLÉES, 380 g, CHEESE
PEROGIES 397 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PILLSBURY PIZZA POPS



1199 BARRES
GRANOLA
BIOLOGIQUES
MADE GOOD
360 g,
VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
MADE GOOD ORGANIC
GRANOLA BARS



699 BARRES
VAL
NATURE
525-490 g,
VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
NATURE
VALLEY BARS



199 BARRE ÉNERGÉTIQUE
CLIF BAR
66 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
CLIF BAR ENERGY BAR



349 BARRES AUX RICE
KRISPIES HOMESTYLE
KELLOGG'S
190 g, SPECIAL K BARRES TENDRES
165 g, KASHI BARRES GRANOLA
OU DE CÉRÉALES 175-200 g,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
KELLOGG'S HOMESTYLE RICE
KRISPIES SQUARES



899 MÉLANGE
À SMOOTHIE
WISE BY NATURE
175 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
WISE BY NATURE SMOOTHIE MIX



449 ARACHIDES
PLANTERS
454-475 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
PLANTERS PEANUTS



249 FRIANDISES
CHOCOLATÉES
NESTLÉ
172-216 g, VOIR VARIÉTÉS
EN MAGASIN
NESTLÉ CHOCOLATE TREATS



999 ENSEMBLE S'MORES
HERSHEY'S
100 g,
HERSHEY'S S'MORES KIT

ÉCONOMISEZ
4,00\$ à l'achat de **2**

pains tranchés Villaggio

Villaggio



PAIN TRANCHÉ VILLAGGIO
550-675 g, VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
VILLAGGIO SLICED BREAD
Voir réduction sur reçu de caisse



Nestlé
5⁹⁹
CRÈME GLACÉE
DRUMSTICK
DEL MONTE GELATO, SORBET, 946 mL
VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
DRUMSTICK ICE CREAM



NESCAFÉ
4⁹⁹
CAFÉ INSTANTANÉ NESCAFÉ
NESCAFÉ INSTANT COFFEE



SANPELLEGRINO
BOISSONS PÉTILLANTES ITALIENNES
35 points
6⁹⁹
EAU PÉTILLANTE
SAN PELLEGRINO
6730 mL, VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
SAN PELLEGRINO SPARKLING WATER

LES MARQUES DE COMMERCE DEL MONTE SONT UTILISÉES
SOUS LICENCE DE DEL MONTE FOODS, INC. TOUTES LES MARQUES
DE COMMERCE SAN PELLEGRINO SONT LA PROPRIÉTÉ DE
SANPELLEGRINO S.P.A., SAN PELLEGRINO TERME, (BG),
ITALIE ET SONT UTILISÉES SOUS LICENCE. © SAN PELLEGRINO, 2024.
LES MARQUES DE COMMERCE DE NESTLÉ SONT
LA PROPRIÉTÉ DE LA SOCIÉTÉ DES PRODUITS NESTLÉ S.A., VEVEY,
SUISSE ET SONT UTILISÉES SOUS LICENCE. ©2024 NESTLÉ.



Mieux manger. Mieux vivre.

GRAND CONCOURS ESTIVAL

Breton VOUS POURRIEZ
GAGNER 10 000 \$
PLUS DES PRIX QUOTIDIENS!
GrandConcoursEstival.com

*AUCUN ACHAT REQUIS. Pour participer au Concours et consulter le Règlement complet du concours ainsi que les détails de l'achat requis, visitez www.grandconcourestival.com (le « site Web »). Le Concours débute le 15 mai 2024 à 00:00:01 HE et se terminera le 7 juillet 2024 à 23:59:59 HE. Le Concours est ouvert aux résidents légaux du Canada qui ont l'âge de la majorité dans leur province de résidence. Sous réserve de l'achat requis, un reçu de produit valide (« Réçu ») sera requis pour recevoir une participation à ce Concours. Le nombre de participations par reçu dépendra du nombre de produits Les Aliments Dare admissibles achetés sur le reçu, avec une (1) participation accordée par produit admissible acheté, jusqu'à un maximum de trois (3) participations de produits admissibles par reçu. Une liste des produits admissibles se trouve sur le site Web ainsi que dans le document complet du Règlement du concours. Toutes les participations sont admissibles au tirage du Grand prix et sont admissibles aux Prix quotidiens, de la date d'inscription jusqu'à la clôture du Concours. Limite d'un (1) Grand prix et d'un (1) Prix quotidien par personne. Limite d'une (1) participation Reçu par personne par jour ou jusqu'à trois (3) participations uniques sans achat requis par personne par jour pour le tirage du concours. Chaque gagnant potentiel doit répondre correctement à une question d'habiletés mathématiques pour être déclaré gagnant. Le Grand prix se compose de dix mille dollars canadiens (10 000 \$ CA). Chaque Prix quotidien se compose d'une carte-cadeau électronique de 50 \$ (le Règlement du concours pour plus de détails) pour un total de 50 Prix quotidiens (total de 2 500 \$ CA). Les chances de gagner le Grand prix dépendent du nombre total de participations admissibles reçues, et pour un Prix quotidien, les chances dépendent du nombre de participations reçues avant 23:59:59 HE, de chaque jour du concours.



Breton original
3²⁹
croustillants au goût de beurre
GRAND PRIX: 10 000 \$ CA
DARE BRETON CRACKERS
PRIX QUOTIDIEN: 50 \$ CA
BRETON CRACKERS
3⁴⁹
Pattes d'ours
BISCUITS PATTES D'OURS DARE
100-150 g, VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
DARE BREAD AND BAKED GOODS
3²⁹
VEGGIE CRISPS
CRISPS VÉGÉTARIENS DARE
100-150 g, VOTRE VARIÉTÉ EN MAGASIN
DARE CRISPS CRACKERS

toujours
au prix minimum
garanti!



lait régulier, format 4 L



Beatrice
3⁹⁹
4 L D
Québon
2% LOCAL
4 L
Québon
0% LOCAL
4 L

C'EST NOUVEAU! **Enjoy!** **BOISSONS VÉGÉTALES**

8 g de protéines, goût délicieux!

à l'achat de **1** Boisson végétale Enjoy!

OBTIENT GRATUITEMENT* BOISSON VÉGÉTALE ENJOY! NOUSSETTE 1,75 L ENJOY! PLANT-BASED DRINK

4⁹⁹

BOISSON VÉGÉTALE ENJOY! 1,75 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN ENJOY! PLANT-BASED DRINK

*pour 250 ml

*L'achat d'une (1) boisson végétale Enjoy! 1,75 L de votre choix, obtenez gratuitement une (1) boisson végétale Enjoy! 1,75 L de votre choix. Offre valable dans les magasins Metro Québec participants du lundi au 12 juin 2024, au plaisir d'avancement des stocks (voir en magasin). Cette offre ne peut être combinée à aucune autre offre et/ou coupon. Limite d'une transaction par personne par variété en magasin. Image à des fins d'illustration seulement. Lactalis Canada Inc. se réserve le droit de modifier ou d'annuler cette offre en tout temps. Sans droits réservés. Marque de commerce déposée ou utilisée sous licence par Lactalis Canada Inc., Toronto (Ontario) M9C 5Z1.

BOOM CHICKA POP INGRÉDIENTS SIMPLES ET VRAIS. RIEN D'ARTIFICIEL.

SANS OGM SANS COLORANTS OU ARÔMES ARTIFICIELS, NI AGENTS DE CONSERVATION SANS GLUTEN

BOOM CHICKA POP SEA SALT POPCORN MAÏS ÉCLATÉ AU SEL MARIN

BOOM CHICKA POP WHITE CHEDDAR PUFFS AU CHEDDAR BLANC

3⁹⁹

ANGIE'S BOOMCHICKAPOP® MAÏS SOUFFLÉS ET PUFFS, 136 g - 198 g

Lactantia DEPUIS 1947

LE LAIT DES CONNAISSEURS

GÉNÉREUX ET PROTÉINÉ

5⁶⁹

LAIT ULTRA PUR LACTANTIA 1,5 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN LACTANTIA ULTRA PUR MILK

50% PROTÉINES SANS COCOA 10% MATIÈRE GRASSE

FRAIS ET ONCTUEUX

4⁹⁹

LAIT PURFILTRÉ LACTANTIA 1,7 L, VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN LACTANTIA PURFILTRÉ MILK

P.F. CHANG'S HOME MENU | MENU À LA MAISON

RESTEZ À LA MAISON. MANGEZ COMME AU RESTAURANT.™

P.F. CHANG'S CHICKEN LO MEIN LO MEIN AU POULET

5⁹⁹ P.F. CHANG'S™ ENTRÉE, 302 g

4⁹⁹ P.F. CHANG'S™ SAUCE, 300 ml

L'Italie DANS CHAQUE BOUCHÉE

2/5\$

DELVERDE PÂTES 250-450 g VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN

DELVERDE PENNE ZITA RIGATE

DELVERDE FUSILLI

10⁹⁹

RAO'S TOMATO BASIL TOMATE & BASILIC

RAO'S MARINARA

RAO'S SAUCE 600 ml VOS VARIÉTÉS EN MAGASIN

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 6 juin ou mercredi 12 juin 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 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. 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. Disponibles dans les magasins participants au programme moi.

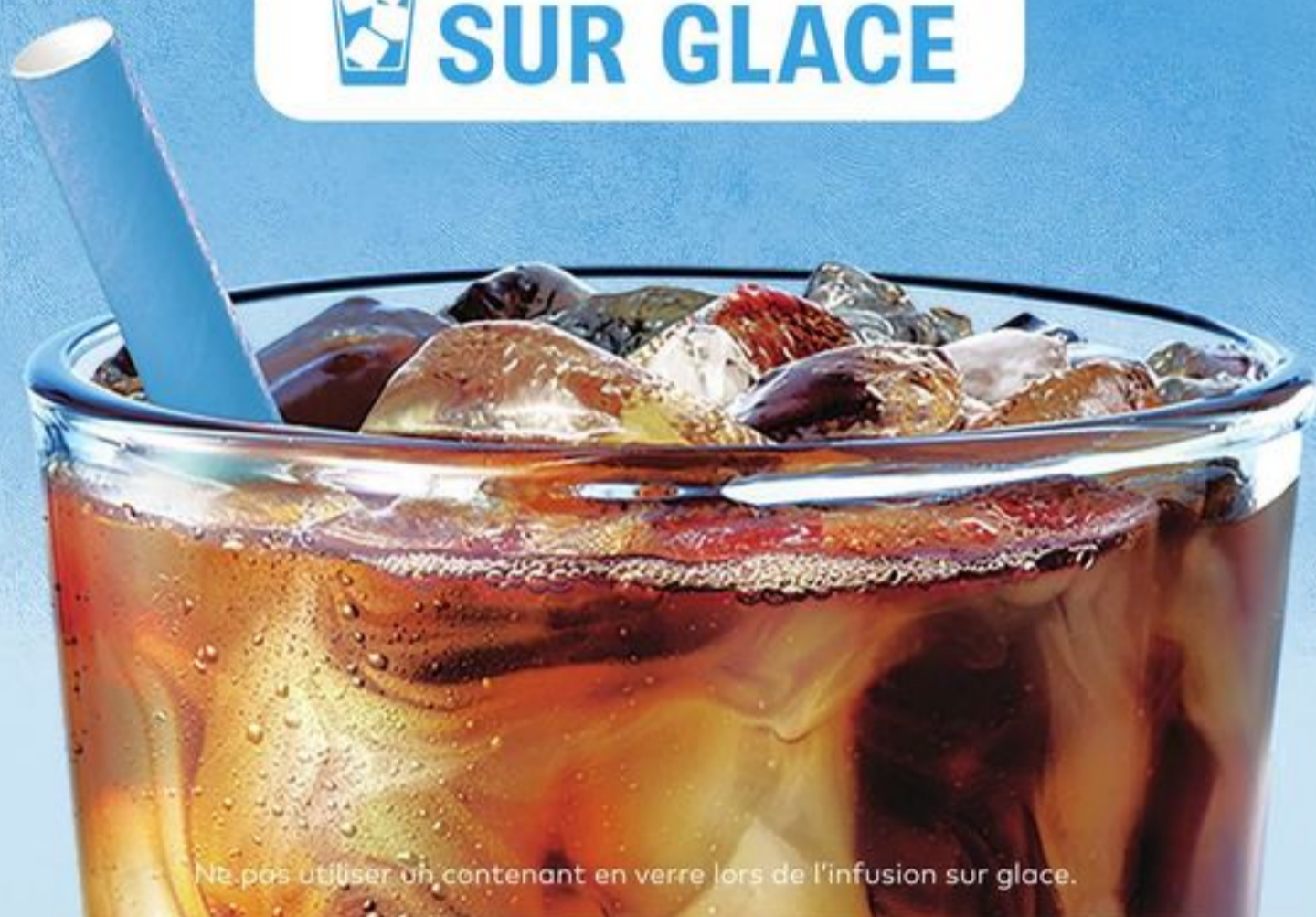
The advertised prices on these pages will be valid in your participating Quebec province Metro grocery stores from Thursday, June 6th to Wednesday, June 12th, 2024 until closing. We reserve the right to limit quantities. It is possible that in certain areas, the brand of certain products may not be available. 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. When presenting the moi card, the allocation of points is calculated on the total amount, before taxes, and excludes the products stipulated in the program terms and conditions. Does not apply to bonus points. Available at stores participating in the moi program.

VAN HOUTTE®



PRÉPAREZ VOTRE
CAFÉ GLACÉ PARFAIT
À LA MAISON

 **CAFÉ INFUSÉ
SUR GLACE**



Ne pas utiliser un contenant en verre lors de l'infusion sur glace.



Van Houtte® 10 capsules K-Cup®

9.99 \$