

metrogo!

m

mon épicier

à go... retour au quotidien

format
économique
directement
au four

notre
rôtisserie

souper
à partager

les à-côtés

tout pour
vos lunches

199
le 100g

LASAGNE
FORMAT ÉCONOMIQUE
LASAGNA, ECONOMIC PACK
9,03/lb

Du jeudi 5 septembre au mercredi 11 septembre 2024
From Thursday to Wednesday September 5th - September 11th, 2024

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

metrogo!

**formats
— économiques —**

**VOUS
travaillez
tard?**

Pas de soucis! Nos formats économiques sont à la rescousse des soirées pressées. Toute la famille se régalerà.

**3 à 4
portions
par repas**



**— FORMAT —
ÉCONOMIQUE**

**PENNE SAUCISSES ITALIENNES
SAUCE TOMATE**
FORMAT ÉCONOMIQUE
8,53/lb



**— FORMAT —
ÉCONOMIQUE**

**BOULETTES DE VEAU
À L'ITALIENNE**
FORMAT ÉCONOMIQUE
9,93/lb

à partir de

186
/100 g
à partir de 8,43/lb



**— FORMAT —
ÉCONOMIQUE**

POULET SHISH TAOUK
FORMAT ÉCONOMIQUE
10,84/lb



**— FORMAT —
ÉCONOMIQUE**

BOULETTES GÉNÉRAL TAO
FORMAT ÉCONOMIQUE
à partir de 8,53/lb

metrogo!

**directement
au four**

en panne d'idées?

Notre grand choix de prêts-à-cuire
vous permet de ne rien avoir à planifier.

**c'est rapide, simple
et savoureux!**



PAIN DE VIANDE DE PORC
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
PORK MEAT LOAF
13,21/kg

5.99
/lb



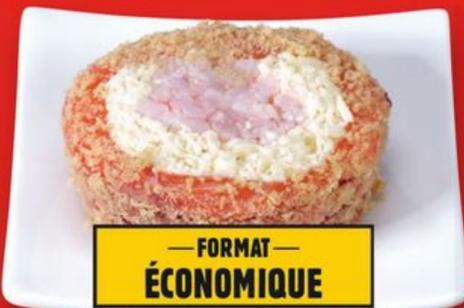
**MINI PIZZAS AUX FRUITS DE MER
OU AU SAUMON FUMÉ**
SEAFOOD OR SMOKED SALMON MINI PIZZAS

5.49 emballage de 2



SCHNITZELS DE POULET OU DE PORC
FORMAT ÉCONOMIQUE
CHICKEN OR PORK SCHNITZELS, ECONOMIC PACK
À partir de 17,61/kg

— FORMAT —
ÉCONOMIQUE
à partir de
7.99
/lb



— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

17.99
/lb

TOURNEDOS DE SAUMON
PAVÉS DE SAUMON, RÔTI DE SAUMON,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN, FORMAT ÉCONOMIQUE
SALMON TOWNEDOS, ECONOMIC PACK
39,66/kg



— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

BOULETTES DE PORC CUITES ASSAISONNÉES
FORMAT ÉCONOMIQUE
SEASONED COOKED PORK MEATBALLS, ECONOMIC PACK
15,41/kg

6.99
/lb

metrogo!

notre
rôtisserie

**LE CHOIX DU
RÔTISSEUR**

Poitrine ou cuisse
de poulet

— **REPAS** —

POUR 2

12⁹⁹\$

POUR 3

18⁹⁹\$

POUR 4

23⁹⁹\$



**moins
cher qu'au
resto!**

Quart de poulet
avec frites, sauce et salade

**prêt à emporter
pour toute la famille!**



**c'est
chaud!**



14⁹⁹



RÔTI DE PORC NAGANO
AVEC PATATES GRELOTS, MIN. 1 kg
NAGANO PORK ROAST



POULET BBQ CUIT ET CHAUD
MIN. 1 kg
HOT AND COOKED BBQ CHICKEN

12⁹⁹

metrogo!

**repas à
partager**

en manque de temps?

Nous avons la solution pour vous!
Il suffit de choisir parmi nos plats
préparés et de vous concocter
un festin à partager!

**assemblez,
garnissez
et dégustez!**

PAINS À
PARTAGER
À LA PIZZA
845 g
PIZZA BREADS
TO SHARE

14.99



14.39

ENSEMBLE DE MINI
BURGERS AU POULET
CROUSTILLANT
590 g
CRISPY CHICKEN MINI
BURGERS KIT



ENSEMBLE DE
TACOS AU POULET
8 MORCEAUX, 590 g
CHICKEN TACO KIT

15.99

metrogo!

p'tit creux?

C'est le moment de succomber à une soupe chaude réconfortante ou à l'une de nos délicieuses salades.

salade kale féta quinoa raisins



plus de 20 variétés

soupe noce italienne



salade libanaise



soupe poulet et nouilles



SOUPES OU SALADES ASSORTIES
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SOUP OR ASSORTED SALADS

sur le pouce

Ajoutez votre pâte favorite à notre grande variété de sauces et le repas est prêt!

sauce rosée



SAUCE
400-800 ml,
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
SAUCE

à partir de

6⁹⁹

sauce à la viande



metrogo!

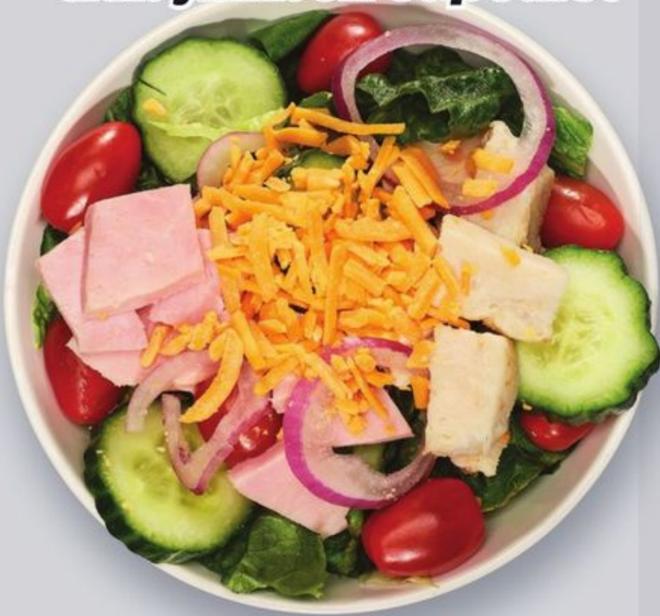
salades repas

envie de fraîcheur?

8
variétés
disponibles

Nos salades fraîches préparées en magasin sont une excellente option pour ceux et celles qui cherchent à manger sainement sans passer trop de temps en cuisine.

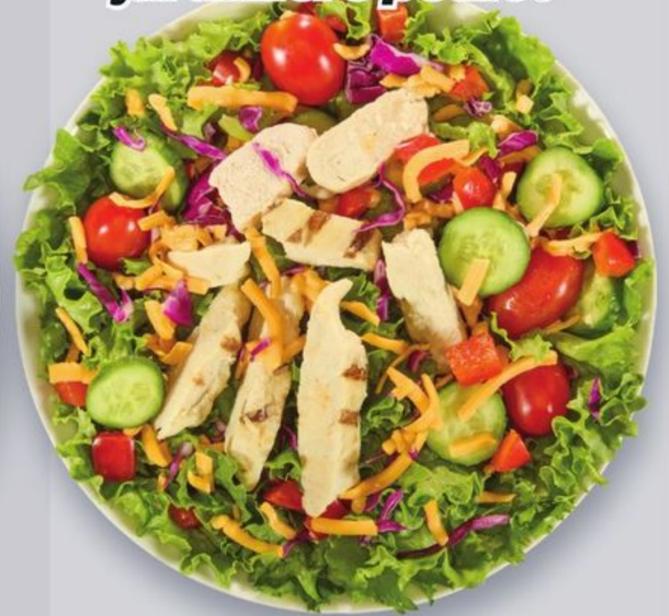
club jambon et poulet



césar poulet



jardinière poulet



mandarines poulet



fraises amandes



cobb



au choix
6.99

SALADES VARIÉES
300-650 g, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
ASSORTED SALADS

metrogo!

**pour vos
— lunches —**



**dîner
pressé?**

Votre temps est précieux et c'est pourquoi nous vous offrons un grand choix de mets préparés bien équilibrés pour vos boîtes à lunch.

BOÎTE À LUNCH
300-505 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LUNCH BOX

à partir de
6.99

**10
variétés
disponibles**



**petite
fringale?**

Nos collations sont parfaites pour la baisse d'énergie d'après-midi! Ce sont des portions idéales pour vous soutenir jusqu'au prochain repas.

CRUDITÉS
MÉLANGÉES AVEC
TREPETTE RANCH
225 g
MIXED RAW VEGETABLES WITH
RANCH DIP

à partir de
2.99



**8
variétés
disponibles**

SALADE
DE FRUITS
RÉGULIÈRE
375 g
REGULAR FRUIT
SALAD



YOGOURT LÉGER OU GREC
AVEC PETITS FRUITS, 325 g. VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
LIGHT OR GREEK YOGURT

**les
— collations —**

