



PRIME
RAISED WITHOUT antibiotics

588
/lb or ea.

Maple Leaf Prime Raised without Antibiotics Boneless Skinless Chicken Breasts or Thighs Value Pack 5.88lb, 12.36kg OR Extra Lean Ground Chicken 454g, 5.88EA.
Poitrines ou hauts de cuisses de poulet élevé sans antibiotiques Prime Maple Leaf, désossés sans la peau, en emballage économique 5.88lb, 12.36kg OU Poulet haché extra maigre 454g, 5.88 CH.

GRAPE EGG CALIFORNIA

244
/lb

Extra Large Red or Green or Large Black Seedless Grapes
PRODUCT OF U.S.A., No. 1 GRADE
5.38kg
Extra gros raisins rouges ou verts ou gros raisins noirs sans pépins
PRODUIT DES É.U., CAT. no 1
5.38kg

JANES
BEER BATTERED FISH
MADE WITH WHOLE FILLETS

JANES
BATTERED FISH BITES
MADE WITH WHOLE FILLETS

588
ea.

Janes Breaded Classics or Battered Fish Portions
FROZEN 450-500g
SELECTED VARIETIES
Pavés de poisson classiques ou en pâte Janes
SURGÈLES 450-500g
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

Beatrice 3L A-D

Lactantia PurFiltre

Honey Nut Cheerios FAMILY SIZE

547
ea.

Lactantia PurFiltre Milk, Beatrice Chocolate Milk or General Mills Cereal
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
Lait PurFiltre Lactantia, lait au chocolat Beatrice ou céréales General Mills
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

Kawartha Vanilla

Kawartha Moose Tracks

599
ea.

Kawartha Ice Cream 1.5L
SELECTED VARIETIES
Crème glacée Kawartha 1.5L
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

KICKING HORSE COFFEE

CLIF BAR CHOCOLAT CHIP

\$1 PER BAR!

1200
ea.

Clif Bars 12x68g OR Kicking Horse Coffee Beans 454g
SELECTED VARIETIES
Barres Clif 12x68g OU Café Kicking Horse en grains 454g
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

metro FRESH 2 GO

CHICKEN & RIB MEAL DEAL

EVERYDAY

26.99
ea.

Fresh 2 Go Chicken & Rib Meal Deal
INCLUDES: 1 MAMMOTH CHICKEN, 1 PORK BACK RIBS, 1 LARGE HOT SIDE AND 1 SELECTION SALAD (454g), MILK IN CURRY
Repas économique de poulet et côtes Fresh 2 Go
COMPREND: 1 POULET BARBECUE GEANT, 1 PORTION DE CÔTES DE BROS DE PORC, 1 ACCOMPAGNEMENT CHOISIE DE GRAND FORMAT ET 1 SALADE SÉLECTION (454g).
COMMANDES EN MAGASIN SEULEMENT

SCHNEIDERS
Maple Leaf Smoked ORIGINAL HAM
JAMBON ORIGINAL
Faisé au bois de framboise

NATURAL SMOKED HAM
JAMBON FUMÉ NATUREL
ORIGINAL

999
ea.

Maple Leaf or Schneiders Half Hams 900-700g
Selection Bacon 11kg
Demi-jambon Maple Leaf ou Schneiders 600-700g
Bacon Selection 11kg

2 for

800

Fontaine Santé Hummus or Dips 227-250g
SELECTED VARIETIES, OR 4-6 EA.
Hummus ou trempettes Fontaine Santé 227-250g
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES OU 4-6 CH.

made in my metro

549
ea.

Front Street Bakery Danish, Turnover or Parisian Twists
PKG OF 4-6, 350-504g, SELECTED VARIETIES
Danoises, chaussons ou torsades parisiennes
Front Street Bakery
EMB. DE 4-6, 350-504g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

Stonemill Breads 454-600g
SELECTED VARIETIES
Pains Stonemill 454-600g
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

469
ea.

Stonemill BREADHOUSE - BOURGHOISE
SPROUTED RYE & 12 GRAINS
NATURALLY FERMENTED

Stonemill BREADHOUSE - BOURGHOISE
PLANT-BASED PROTEIN WITH 11 WHOLE GRAINS
NATURALLY FERMENTED

made in my metro

1199
ea.

Store Made Carousels FRESH VEGETABLE 955g & FRESH FRUIT 1.4kg
Carousels préparés en magasin
DE FRAIS FRUITS 1.4kg

mix & match

3 for

25.00
or 8.99 ea.

Market Bunches ASSORTED COLOURS AND VARIETIES
Grappes de fleurs du marché ASSORTIMENT DE COULEURS ET DE VARIÉTÉS

metro



Irresistibles Artisan Turkey Breast or Castello Havarti
SELECTED VARIETIES, DELI SLICED, 15.56/lb

Poltrime de dinde Artisan
Irresistibles ou Havarti Castello
VARIETES SELECTIONNEES, TRANCHEE AU COMPTEUR, 15.56/lb

2.99 /100 g



CUT BY OUR BUTCHER

PLATINUM GRILL ANGUS
• 100% Canadian
• Cut from AAA Beef
• Aged minimum 14 days

Platinum Grill Angus Top Sirloin Steak Value Pack or Roast
CUT FROM CANADA AAA GRADE
17.57/kg

Haut de surlonge Angus Grill Platine en emballage économique de biftecks ou en rôti
SÉLECTION CANADA AAA
17.57/kg

7.97 /lb



Irresistibles Emmental Cheese
DELICATE, PRICES AS MARKED, 10.80/lb

Fromage emmental Irresistibles
COUPE AU COMPTEUR
PORTIÈLES QU'INDIQUÉS, 10.80/lb

1/2 PRICE



Fresh Pork Loin Chops Economy Pack
CÔTES À SURLONGE CHOPS
6.35/kg

Côtelettes fraîches de longe de porc en emballage économique (CÔTELETTES DE BOUT DE CÔTE ET 3 SE SURLONGE)
6.35/kg

2.88 /lb



ANDY BOY

Romaine Hearts 1pk
PRODUCT OF U.S.A.

Campari Tomatoes 1lb
PRODUCT OF ONTARIO

Coeurs de romaine EMB. DE 3, PRODUIT DE S.E.-U

Tomates Campari 1lb
PRODUIT DE L'ONTARIO

2.99 ea.



Villaggio Italian Style Breads or Buns, Dempster's Grain Breads, Dempster's or Tia Rosa Tortillas
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES, OR 3 ASEA

Pain ou michettes Villaggio de style italien, Pain de grains Dempster's, Tortillas Dempster's ou Tia Rosa
FORMATS SELECTIONNES, VARIETES SELECTIONNEES, OU 3, 4.93/kg

2 for 6.00



Fresh Coho Salmon or Tilapia Fillets Value Pack
MIN 900 g, 2.29/100g

Filets Frais de saumon coho ou de tilapia, en emballage économique
MIN 900 g, 2.29/100 g

9.99 /lb



Large Honeycrisp Apples
PRODUCT OF ONTARIO, CANADA EXTRA FANCY GRADE, 4.39/kg

Grosses pommes Honeycrisp
PRODUIT DE L'ONTARIO, CANADA EXTRA DE FANTAISIE
4.39/kg

1.99 /lb



Siggis simple ingredient skyr
19% High Protein
PLAIN 750g • 0.5% MF

Astro ORIGINAL
FRUIT ON THE GO, SOFTYOM & FIBRE
Siggis Tubs, Astro or Iögo Multi Yogourt
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Bacs de yogourt Siggis, yogourt en emballage multiple Astro ou Iögo
FORMATS SELECTIONNES, VARIETES SELECTIONNEES

4.99 ea.



Simply Orange
Simply or Minute Maid Refrigerated Juice or Drinks
1.54-1.75L, SELECTED VARIETIES

Jus ou boissons Simply ou Minute Maid réfrigérés
1.54-1.75L, VARIETES SELECTIONNEES

3.99 ea.



30 UN.

Selection Eggs 30un, Irresistibles or Life Smart Maple Syrup
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Deux Selection 30un, Sirop d'érable Irresistibles ou Mieux-être
FORMATS SELECTIONNES, VARIETES SELECTIONNEES

7.99 ea.



Bubly, Montellier or Aha Sparkling Water
10-12 X 250ml, SELECTED VARIETIES
0 SUGAR

Eau pétillante Bubly, Montellier ou Aha
10-12 X 250ml, VARIETES SELECTIONNEES
0.0% SUCRE

2 for 11.00



Miss Vickie's Popcorners
ORIGINAL RECIPE RECETTE ORIGINALE
MIS A LA MARCHÉ

OREO
NEW

Croustilles Miss Vickie's, Popcorners ou biscuits ou craquelins Christie en emballage familial
FORMATS SELECTIONNES, VARIETES SELECTIONNEES

3.99 ea.



Cavendish Flavour Crisp
CLASSIC CLASSIQUE

CRAZE
MILK CHOCOLATE CHOCOLAT AU LAIT
MILK CHOCOLATE CHOCOLAT AU LAIT

Cavendish Fries, Craze or Kraft Dinner Frozen Meals
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Frites Cavendish, repas Craze ou Kraft Diner surgelés
FORMATS SELECTIONNES, VARIETES SELECTIONNEES

2.99 ea.



Cashmere Bathroom Tissue, Sponge Paper Towels or Scotties Facial Tissue
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Papier hygiénique Cashmere, Essaije-tout Sponge Towels ou Papiers-mouchoirs Scotties
FORMATS SELECTIONNES, VARIETES SELECTIONNEES

5.99 ea.



ITALPASTA
Traditionale

WHOLE TOMATOES
RED SALT WATER

DICED TOMATOES
RED SALT WATER

Italpasta Pasta 900g
Selection or Life Smart Tomatoes
540-796ml, SELECTED VARIETIES

Pâtes Italpasta 900g
Tomates Selection ou Mieux-être
540-796ml, VARIETES SELECTIONNEES

3 for 5.00



CLASSICO
TOMATO & BASIL TOMATE ET BASILIC

CLASSICO
ALFREDO

CLASSICO
PIZZA O PIZZA

Classico Sauce
210-450ml
SELECTED VARIETIES

Sauce Classico
210-450ml
VARIETES SELECTIONNEES

2.98 ea.

\$ New Lower Prices

Irresistibles Wild Argentinian Raw Shrimp
20-30 SIZE, 340g/12oz
Shrimp Appetizers 240-400g, FROZEN
SELECTED VARIETIES

7.99 ea.

Crevettes sauvages de l'Argentine
Irresistibles crues FOMAT 20-30, 340g/12oz
Hors-d'œuvre aux crevettes
240-400g, SURGÉLÉES
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

Lasagne à la viande
Irresistibles 2,27kg/5lb
Trio de boulettes de bœuf Angus Irresistibles
12kg, SURGÉLÉES

12.99 ea.

San Daniele Sliced Prosciutto or Mastro Sliced Deli Meat
100-150g, SELECTED VARIETIES, OR 6.90EA.

12.00 ea.

Prosciutto San Daniele en tranches ou charcuteries Mastro en tranches
100-150g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
OU 6.90EA.

Black Diamond
NATURAL CHEESE SLICES
2 for

CRACKER BARREL
MEDIUM-MILFORD
12

CRACKER BARREL
SLICES / TRANCHES
MARBLE-MARBLE
12

10.00 ea.

Cracker Barrel or Black Diamond Sliced Cheese
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES, OR 4.95EA.

Fromage Cracker Barrel ou Black Diamond en tranches
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES, OU 4.95EA.

Philadelphia Cream Cheese 340g/12oz
Heluva Good! Dip 480g
SELECTED VARIETIES

5.99 ea.

Fromage à la crème Philadelphia 340g/12oz
Trempette Heluva Good! 480g
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

Kellogg's Eggo
original

3.99 ea.

Kellogg's Eggo Waffles
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
Gaufres Eggo Kellogg's
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

St. Dalfour Spread 225ml, SELECTED VARIETIES
Tartinade St. Dalfour 225ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

4.99 ea.

Becel Margarine SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
Margarine Becel FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

8.49 ea.

2 for

8.00 ea.

lôco Nano Drinkable 6 x 125ml
Sigg's Skyr Yogourt 4 x 100g
SELECTED VARIETIES, OR 4.95EA.

Nano lôco à boire 6 x 125ml
Yogourt skyr Sigg's 4 x 100g
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES, OU 4.95EA.

Selection Cream 473ml-1L, SELECTED VARIETIES
Crème Selection 473ml-1L, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3.99 ea.

SAVE UP TO \$7.99
BUY TWO GET ONE FREE

Coca-Cola or Canada Dry Soft Drinks
8 x 300ml & 700ml
SELECTED VARIETIES

Boissons gazeuses Coca-Cola ou Canada Dry
8 x 300ml & 700ml
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

2 for

8.00 ea.

PureLife Natural Spring Water 24 x 500ml
OU 4.95EA.

Eau de source naturelle PureLife 24 x 500ml
OU 4.95EA.

6.99 ea.

San Pellegrino Naturali or Momenti Sparkling Water
6 x 330ml, SELECTED VARIETIES

Eau pétillante Naturali ou Momenti San Pellegrino
6 x 330ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

9.99 ea.

Crafty Ramen Frozen Meal 500-550g, SELECTED VARIETIES
Repas surgelés Crafty Ramen 500-550g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

2 for

4.00 ea.

Minute Maid Frozen Juice or Drinks
250ml, SELECTED VARIETIES
OR 2.49EA.

Jus ou boissons surgelés Minute Maid
250ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
OU 2.49EA.

2 for

7.50 ea.

Minute Maid, Five Alive Juice or Drinks, Nestea Iced Tea or Core Power Milk Shake
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES, OR 4.95EA.

Jus ou boissons Minute Maid, Deli-Cinq, the glacé Nestea ou milk-shake Core Power
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES, OU 4.95EA.

1.99 ea.

Prime Hydration Sports Drinks or Roar Beverage 500-520ml, SELECTED VARIETIES

Boissons Prime Hydration pour sportifs ou breuvage Roar 500-520ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

6.99 ea.

zEVIA
Zevia Beverage 6 x 350ml
Halo Top Frozen Dessert 473ml, SELECTED VARIETIES

Breuvage Zevia 6 x 350ml
Dessert surgelé Halo Top 473ml, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3.99 ea.

G.H. Cretors Popcorn, Humble Potato Chips, Neal Brothers Tortilla Chips or Salsa
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Mais soufflé G.H. Cretors, croustilles Humble, croustilles de tortillas ou salsa Neal Brothers
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3.99 ea.

Orville Redenbacher Popping Corn
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Mais à éclater Orville Redenbacher
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

3.49 ea.

Lay's Family Size Chips
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Croustilles Lay's en format familial
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

6.99 ea.

Lay's
Sour Cream & Onion
Crème sure et oignon

Lay's
Classic
Classique

2 for

6.50 ea.

Dare Cookies or Crackers
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Biscuits ou craquelins Dare
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

2 for

5.50 ea.

Cadbury, Nestlé Chocolate Bars
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Tablettes de chocolat Cadbury, Nestlé
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

7.99 ea.

Rustica Pizza
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Pizza Rustica
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

2 for

7.00 ea.

Old El Paso Taco or Refried Beans
250-300ml/94-297g, SELECTED VARIETIES

Taco ou haricots sautés Old El Paso
250-300ml/94-297g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

6.99 ea.

Nuts to You Peanut Butter, Raincoast Crisps Cracker or Lakewood Juice
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Beurre d'arachide Nuts to You, craquelins Raincoast Crisps ou Jus Lakewood
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

4.99 ea.

Dove Personal Care
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Produits personnels Dove
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

10.99 ea.

Charmin Bathroom Tissue or Bounty Paper Towel
4-12' un., SELECTED VARIETIES

Papier hygiénique Charmin ou essuie-tout Bounty
4-12' un., VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

9.99 ea.

Tide or Gain Detergent, Gain, Downy or Bounce Softeners, Cascade or Dawn Detergent or Swiffer
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

Détergent Tide ou Gain, assouplissants Gain, Downy ou Bounce, détergent Cascade ou Dawn ou Swiffer
FORMATS SÉLECTIONNÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

SAVE BIG WITH
metro
MEGA
APP DEALS

Tap into our best weekly deals on the **My Metro App**.
 Click on **"My Coupons"** to start saving!
 Only until October 2, 2024



SAVE \$4.99
\$5 ea.

Life Smart Naturalia
Grass Fed
Lean Ground Beef
 454 g



SAVE \$2
149 ea.

Selection
Frozen Vegetables
 Selected Sizes
 Selected Varieties



SAVE \$1.50
249 ea.

Skittles
or Starburst
Candy
 Selected Sizes
 Selected Varieties

Frank's
RedHot Sauce
 354 ml
 Selected Varieties



SAVE \$2.30
299 ea.



SAVE \$1.50
249 ea.

Selection
Cream Cheese
 Selected Sizes
 Selected Varieties

Dare Bear Paws
Cookies
 168 - 240 g
 Selected Varieties



SAVE 76¢
249 ea.

How to save:

1 Clip the coupon in My Metro app.

2 Scan your barcode at checkout.

3 Save big!

**Healthy
Together**

MAKE THE OUT OF REACH REACHABLE

HELP SOMEONE IN NEED
BY DONATING IN-STORE. WE'LL MATCH IT.



Between September 26, 2024 - October 16, 2024, Metro Inc. will match every \$2.00 donation with a Metro gift card of the same value, up to a maximum of \$100,000, and donate the gift card to local food banks in Ontario. To learn more about the food bank receiving the funds raised in this store, see posted signage or speak to a Metro Employee.

Farm Fresh Produce

 <p>4.99 ea.</p> <p>Clementines 2 lb PRODUCT OF SOUTH AFRICA Clémentines 2 lb PRODUIT DE LA FROUQUE DU SUD</p>	 <p>2.49 ea.</p> <p>Broccoli Crowns PRODUCT OF CANADA Couronnes de brocoli PRODUIT DU CANADA</p>	 <p>5.99 ea.</p> <p>Sunset Red or Medley Grape Tomatoes 681 g PRODUCT OF ONTARIO Tomates raisins Sunset rouges ou mélangées 681 g PRODUIT DE L'ONTARIO</p>	 <p>1.99 ea.</p> <p>Carrots or Yellow Onions 2 lb PRODUCT OF ONTARIO CANADA No. 1 GRADE Carottes ou oignons jaunes 2 lb PRODUIT DE L'ONTARIO, CANADA no 1</p>
 <p>1.99 /lb</p> <p>Large Red Grapefruits PRODUCT OF SOUTH AFRICA Gros pamplemousses rouges PRODUIT DE LA FROUQUE DU SUD 4.39 kg</p>	 <p>4.99 ea.</p> <p>Lemons 2 lb PRODUCT OF ARGENTINA OR SOUTH AFRICA Citrons 2 lb PRODUIT DE L'ARGENTINE OU DE LA FROUQUE DU SUD</p>	 <p>3.99 ea.</p> <p>Raspberries 1 lb PRODUCT OF U.S.A. OR MEXICO Goldenberries 200 g PRODUCT OF COLOMBIA Framboises 1 lb PRODUIT DE E.-U. OU DU MEXIQUE Cerises de terre 200 g PRODUIT DE LA COLOMBIE</p>	 <p>4.99 ea.</p> <p>Cauliflower PRODUCT OF CANADA CANADA No. 1 GRADE Chou-fleur PRODUIT DU CANADA CANADA no 1</p>
 <p>4.99 ea.</p> <p>Black Mission Figs 227 g, PRODUCT OF U.S.A. Figues Black Mission 227 g, PRODUIT DE E.-U.</p>	 <p>5.99 ea.</p> <p>Bosc or Bartlett Pears 2 L PRODUCT OF ONTARIO CANADA EXTRA FANCY GRADE Poires Bosc ou Bartlett 2 L PRODUIT DE L'ONTARIO CANADA EXTRA DE FANTASIE</p>	 <p>3.49 ea.</p> <p>Belle Grove Mushrooms 1 PISTON 100 g, BUTTONS 227 g PRODUCT OF ONTARIO Champignons Belle Grove PLEUROTES 100 g, BUTTONS 227 g PRODUIT DE L'ONTARIO</p>	 <p>3.49 /lb</p> <p>Brussels Sprouts PRODUCT OF U.S.A. OR MEXICO 769 kg Choux de Bruxelles PRODUIT DE E.-U. OU DU MEXIQUE 769 kg</p>
 <p>3.49 ea.</p> <p>Large Pomegranates PRODUCT OF U.S.A. Grosses grenades PRODUIT DE E.-U.</p>	 <p>5.99 ea.</p> <p>Jumbo Pumpkins PRODUCT OF ONTARIO Pie Pumpkins PRODUCT OF ONTARIO, 2.45 EA. Citrouilles géantes PRODUIT DE L'ONTARIO Citrouilles à tartes PRODUIT DE L'ONTARIO, 2.45 CH.</p>	 <p>1.69 /lb</p> <p>Assorted Ontario Squash PRODUCT OF ONTARIO 3.73 kg Variété de courges de l'Ontario PRODUIT DE L'ONTARIO 3.73 kg</p>	 <p>3.99 ea.</p> <p>Red Onions 3 lb PRODUCT OF ONTARIO CANADA No. 1 GRADE Oignons rouges 3 lb PRODUIT DE L'ONTARIO CANADA no 1</p>
 <p>10.00 2 for</p> <p>Wonderful In-Shell Pistachios 200-225 g, SELECTED VARIETIES Pistaches Wonderful en écale 200-225 g, VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>8.99 ea.</p> <p>Sweet with subtle spice-filled undertones and a chocolate coloured interior simmis CHOCOLATE PERSIMMONS Chocolate Persimmons 2 lb PRODUCT OF U.S.A. Kakis au coeur chocolat 2 lb PRODUIT DE E.-U.</p>	 <p>4.49 ea.</p> <p>Baby Carrots 907 g PRODUCT OF ONTARIO Carottes coupées 907 g PRODUIT DE L'ONTARIO</p>	 <p>3.49 ea.</p> <p>Local Garlic 1 lb PRODUCT OF ONTARIO Ail local 1 lb PRODUIT DE L'ONTARIO</p>

Organic

 <p>4.99 ea.</p> <p>Greenhouse Organic Protein Shakes 300 ml SELECTED VARIETIES Boissons frappées biologiques protéinées Greenhouse 300 ml VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>3.49 ea.</p> <p>Belle Grove Organic Whole White or Creami Mushrooms 227 g, PRODUCT OF ONTARIO Champignons biologiques entiers Belle Grove blancs ou creami 227 g, PRODUIT DE L'ONTARIO</p>	 <p>1.99 /lb</p> <p>Organic Acorn, Butternut or Spaghetti Squash PRODUCT OF CANADA Courges biologiques poivrée, musquée ou spaghetti PRODUIT DU CANADA 4.39 kg</p>	 <p>5.49 ea.</p> <p>Assorted Attitude Organic Salads 422 g PRODUCT OF U.S.A. OR CANADA Organic Sweet Onions 2 lb PRODUCT OF PERU, No. 1 GRADE Variété de salades biologiques Attitude 1/2 lb, PRODUIT DE E.-U. OU DU CANADA Oignons doux biologiques 2 lb, PRODUIT DU PEROU, CAT. no 1</p>
--	--	--	---

Sliced & Diced

 <p>1.29 /lb</p> <p>Seedless Watermelon Quarters 2.84 kg Quartiers de melon d'eau sans pépins 2.84 kg</p>	 <p>4.99 ea.</p> <p>Cored Golden Pineapples 600 g Ananas dorés évidés 600 g</p>
 <p>3.99 ea.</p> <p>Store Made Melon Chunks 360-380 g Morceaux de melon préparés en magasin 360-380 g</p>	 <p>5.99 ea.</p> <p>Store Made Small Salads 300-340 g Petites salades préparées en magasin 300-340 g</p>

Flowers in Bloom

 <p>20.00 ea.</p> <p>Rainbow Pom and Carnation Bouquet ASSORTED COLOURS Bouquet arc-en-ciel de pompons et d'oeillets VARIETE DE COULEURS</p>	 <p>24.99 ea.</p> <p>Indoor Gardens ASSORTED STYLES COLOURS AND FLOWERS Jardins d'intérieur VARIETE DE STYLES DE COULEURS ET DE FLEURS</p> <p>STARTING AT</p>
 <p>12.00 or 6.99 ea.</p> <p>Pumpkin and Courds Vanished Bags ASSORTED VARIETIES AND COLOURS Citrouilles et courges vernies en sac ASSORTIMENTS VARIÉS ET VARIETE DE COULEURS</p> <p>WHITE MINI PUMPKINS AVAILABLE</p>	

Our Butcher's Finest



Maple Leaf Prime
Raised without Antibiotics
Fresh Chicken Drumsticks or Thighs
11.00/kg
Pilons ou hauts de cuisses frais de poulet Prime Maple Leaf élevé sans antibiotiques
11.00/kg

4.99 /lb



Red Grill T-Bone Steak
CUT FROM CANADA AA OR USDA SELECT GRADE OR HIGHER
37.46/kg
Bifteck d'aloyau Grill Rouge
BOEUF CANADA AA OU USDA SELECT OU SUPERIEUR
37.46/kg

16.99 /lb



Pork Loin Chops Value Pack
CENTRE CUT, BONE IN
9.90/kg
Côtelettes de longe de porc en emballage économique
COUPE DU CENTRE, AVEC OS
9.90/kg

4.49 /lb



Red Grill Beef Short Ribs
CUT FROM CANADA AA OR USDA SELECT GRADE OR HIGHER
24.23/kg
Côtes raccourcies de boeuf Grill Rouge
BOEUF CANADA AA OU USDA SELECT OU SUPERIEUR
24.23/kg

10.99 /lb



Platinum Grill Angus Top Sirloin Medallions or Cap Off Steak
CUT FROM CANADA AAA GRADE
21.90/kg
Haut de surloin de boeuf Angus Grill Platine en médaillons ou en bifteck sans la coiffe
BOEUF CANADA AAA
21.90/kg

9.97 /lb



Flamingo Grade A or Utility Turkeys
FROZEN, 3-7kg AVERAGE
3.28/kg
Dinde grade A Flamingo ou utilitaires
SURGELÉE, 3-7kg MOYENNE
3.28/kg

1.49 /lb



Easy Carve Pork Rib Roast
7.65/kg
Rôti de côte de porc facile à découper
7.65/kg

3.49 /lb



Store Made Sausages Value Pack
SELECTED VARIETIES
12.10/kg
Sausisses préparées en magasin en emballage économique
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
12.10/kg

5.49 /lb



Fresh Store Made Meat Kabobs
19.82/kg
POUR 6.99/15.41kg
SELECTED VARIETIES
Brochettes de viande fraîche préparées en magasin
19.82/kg
DE PORC 6.99/15.41kg
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

8.99 /lb



Chicken, Lamb or Beef Souvlaki Skewers
19.82/kg
POUR 6.99/15.41kg
SELECTED VARIETIES
Brochettes de poulet, d'agneau ou de boeuf marinées à la souvlaki
19.82/kg
DE PORC 6.99/15.41kg

8.99 /lb

Plant-Based



Impossible Plant-Based Chicken Nuggets
FROZEN, 301g
Pépites de poulet Impossible à base de plantes
SURGELÉES, 301g

7.99 ea.



Impossible Plant-Based Burgers or Ground
226-340g
Burgers ou sans viande hachée Impossible à base de plantes
226-340g

7.99 ea.



Beyond Meat Plant-Based Burgers or Sausages
400g
SELECTED VARIETIES
Sausisses Beyond Meat à base de plantes
400g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

7.99 ea.



Beyond Chicken Tenderloins
Sausages 400g
FROZEN, 226g
Filets de poitrine de poulet Beyond
SURGELÉES, 226g

7.99 ea.



Life Smart Plant-Based Vegan Party Pack Appetizers
FROZEN, 500g
Hors-d'œuvre végétaliens en emballage festif
Mieux être à base de plantes
SURGELÉS, 500g

5.99 ea.



Yves Veggie Cuisine
FROZEN, 226-301g, SELECTED VARIETIES
Yves Veggie Cuisine
SURGELÉE, 226-301g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5.99 ea.



Beyond Plant-Based Steak Strips
226g
Lanières de bifteck Beyond à base de plantes
SURGELÉES, 226g

7.99 ea.



Beyond Plant-Based Burgers
FROZEN, 679g
Burgers Beyond à base de plantes
SURGELÉS, 679g

17.99 ea.

LOCKED DOWN PRICES UNTIL OCTOBER 23RD, 2024



Johnsonville Sausages
375-500g, SELECTED VARIETIES
Sausisses Johnsonville
375-500g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5.99 ea.



Cavendish Potato Patties
FROZEN, 1.2kg, SELECTED VARIETIES
Gallettes de pomme de terre Cavendish
SURGELÉES, 1.2kg, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5.99 ea.



Lou's Kitchen Entrées or Peameal Back Bacon
375-400g, SELECTED VARIETIES
Repas ou bacon de dos Lou's Kitchen
375-400g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

8.99 ea.



Schneiders Breakfast Sandwiches or Breakfast Bites
204-208g, FROZEN, SELECTED VARIETIES
Sandwichs à déjeuner ou bouchées à déjeuner Schneiders
204-208g, SURGELÉS, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

6.49 ea.



Butterball Boneless Turkey Breast
FROZEN, 1.2-1.5kg, SELECTED VARIETIES
Poitrine de dinde Butterball désossée
SURGELÉE, 1.2-1.5kg, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

19.99 ea.



Mama Yolanda's Lasagna
1.27kg, FROZEN, SELECTED VARIETIES
Lasagne Mama Yolanda's
1.27kg, SURGELÉE, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

12.99 ea.



Janes Pub Style Chicken Wings
FROZEN, 600g, SELECTED VARIETIES
Ailes de poulet de style Pub Janes
SURGELÉES, 600g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

11.99 ea.



Piller's Hams
800g, SELECTED VARIETIES
Jambons Piller's
800g, VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

9.99 ea.

FOR PERSONALIZED COUPONS, DOWNLOAD OUR APP OR VISIT [metro.ca](https://www.metro.ca)

GET APPY

Add inspiration to every occasion with our wide variety of apps that deliver on their promise of being truly

Irresistibles



IRRESISTIBLES
MEATBALLS
FROZEN, 500 - 680 g
SELECTED VARIETIES
8.99
ea.



6.99
ea.

IRRESISTIBLES
ASIAN OR MEXICAN BITES
FROZEN, 500 g



8.99
ea.

IRRESISTIBLES
GOURMET SAUSAGES
OR PARTY PACK PUFF PASTRIES
FROZEN, 432 - 468 g



5.99
ea.

IRRESISTIBLES
PORK SAUSAGE ROLLS
FROZEN, 360 g



5.99
ea.

IRRESISTIBLES
CHEESE STICKS
FROZEN, 325 - 400 g
SELECTED VARIETIES



8.99
ea.

IRRESISTIBLES
CRANBERRY & BRIE PHYLLO PASTRIES
FROZEN, 255 g



IRRESISTIBLES
BATTERED CAULIFLOWER BITES
FROZEN, 493 g



6.99
ea.

IRRESISTIBLES
LOADED POTATO TOTS
OR SPANAKOPITA
FROZEN, 228 - 264 g



6.99
ea.

IRRESISTIBLES
MINI QUICHES
FROZEN, 360 g
SELECTED VARIETIES

HOST WITH
THE MOST
UNIQUE
BITES



5.99
ea.

IRRESISTIBLES
JALAPENO POPPERS
FROZEN, 400 g



7.99
ea.

IRRESISTIBLES
CHICKEN & VEGETABLE TACOS
FROZEN, 480 g



11.99
ea.

IRRESISTIBLES
MINI SPRING ROLLS TRIO
FROZEN, 576 g

Over the top flavours from under the sea.

TRUE NORTH SEAFOOD COMPANY

4.99 ea. **Fresh** Raised without Antibiotics Canadian Salmon Portions
PLAIN SKINLESS 10x
Pavés frais de saumon du Canada élevé sans antibiotiques
NATURE, SANS LA PEAU, 10x

9.99 ea. **True North Stuffed Salmon Roasts**
FROZEN 227g
Rôti de saumon farcis
True North
SURGÈLES 227g

15.99 /lb **True North Hot Smoked Salmon Chunks**
353/100g
Morceaux de saumon fumé à chaud True North
353/100g

RAISED WITHOUT ANTIBIOTICS

CHOICE

1.29 ea. **Choice Oysters**
SELECTED VARIETIES
Huîtres de choix
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

1.99 ea. **Pacific Raw Shrimp Skewers**
FROZEN/PREVIOUSLY FROZEN 74g
Brochettes de crevettes du Pacifique crues
SURGÈLES OU DÉGÉLÉES 74g

5.99 ea. **Fresh Canadian Cove Organic Canadian Mussels**
2lb 507g
Moules biologiques fraîches du Canada
Canadian Cove
2lb 507g

24.99 /lb **7 Seas Smoked Atlantic Candied Salmon**
55/100g
Saumon atlantique 7 Seas fumé confit
55/100g

9.99 ea. **Better Fish Barramundi Fillets**
FROZEN 340g
Filets de barramundi Better Fish
SURGÈLES 340g

9.99 /lb **Bay Scallops**
ADULT SIZE, FROZEN 2.2V100g
Pétoncles de Baie
FORMAT ADULTE, SURGÈLES 2.2V100g

9.99 ea. **Marina Del Rey Seafood Paella or Penne**
FROZEN 600g
Paella ou penne aux fruits de mer Marina Del Rey
SURGÈLES 600g

13.99 ea. **Cedar Bay Canadian Lobster Mac & Cheese**
FROZEN 375g
Macaroni au fromage et au homard du Canada
Cedar Bay
SURGÈLE 375g

VALUE SIZE

Life Smart **NATURALIA** **Irresistibles**

6.99 ea. **Irresistibles Pacific White Shrimp Ring**
FROZEN 204g
Couronne de crevettes blanches du Pacifique Irresistibles
SURGÈLE 204g

8.99 ea. **Naturalia Wild Cod or Haddock Fillets**
FROZEN 400g
Filets de morue ou d'aiglefin sauvages Naturalia
SURGÈLES 400g

9.99 ea. **Irresistibles Garlic Herb & Ail et fines herbes JUMBO-GÉANTES**
FROZEN 340g
Crevettes ail et fines herbes Irresistibles crues
SURGÈLES 340g

9.99 ea. **Naturalia Basa Fillets**
FROZEN 300g
Filets de pangasius Naturalia
SURGÈLES 300g

VALUE SIZE - FORMAT VALEUR

Irresistibles ARTISAN

Exclusive to METRO

3.99 /100g **Irresistibles Artisan Black Forest Ham**
DELI SLICED 10.83/100g
Jambon Forêt-Noire Artisan Irresistibles
TRANCHE AU COMPTOIR 10.83/100g

3.99 /100g **Irresistibles Artisan Hardwood Smoked Ham or Pork Loin**
DELI SLICED 10.83/100g
Jambon ou longe de porc fumés sur bois dur Artisan Irresistibles
TRANCHE AU COMPTOIR 10.83/100g

4.79 /100g **Irresistibles Artisan Angus Roast Beef**
DELI SLICED OR SHAWARMA 22.83/100g
Rôti de boeuf Angus Artisan Irresistibles
TRANCHE OU ÉMINCÉ AU COMPTOIR 22.83/100g

3.49 /100g **Irresistibles Artisan Montreal Smoked Meat, Corned Beef or Pastrami**
SELECTED VARIETIES
DELI SLICED OR SHAWARMA 15.83/100g
Smoked meat montréalais, boeuf salé ou pastrami Artisan Irresistibles
VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES
TRANCHE OU ÉMINCÉ AU COMPTOIR 15.83/100g

4.99 /100g **Irresistibles Artisan Salami**
DELI SLICED 22.83/100g
Salami Artisan Irresistibles
TRANCHE AU COMPTOIR 22.83/100g

3.49 /100g **Irresistibles Artisan Brie Cheese**
DELI SLICED 15.83/100g
Fromage brie Artisan Irresistibles
COUPE AU COMPTOIR
PRIX TELLS QU'INDIQUÉS 15.83/100g

9.49 ea. **Irresistibles Artisan Goat Cheese**
250g SELECTED VARIETIES
Fromage de chèvre Artisan Irresistibles
250g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

8.49 ea. **Irresistibles Artisan Dry Sausage**
300g SELECTED VARIETIES
Saucisson sec Artisan Irresistibles
300g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

8.99 ea. **Irresistibles Artisan Mozzarella Pizza Cheese**
340g
Fromage mozzarella Artisan Irresistibles pour pizza
340g

6.49 ea. **Irresistible Artisan Kolbasa or Gouda or Ricotta Cheese**
200-400g SELECTED VARIETIES
Fromage kolbasa ou gouda ou ricotta Artisan Irresistibles
200-400g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

5.99 ea. **Irresistibles Tortellini**
340-350g SELECTED VARIETIES
Tortellini Irresistibles
340-350g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES

MASTRO **PROSCIUTTO COTTO** **BRANDT** **MOZZARELLA** **BRANDT** **BLACK FOREST SMOKED HAM** **MAIN STREET Deli** **MAIN STREET Deli**

mix & match

YOUR CHOICE

5.00 ea.

San Daniele, Mastro, Selection, Main Street Deli or Brandt Sliced Deli Meat
100-200g SELECTED VARIETIES
Charcuteries San Daniele, Mastro, Selection, Main Street or Brandt en tranches
100-200g VARIÉTÉS SÉLECTIONNÉES



WRAPS & SOUP



Cheesy Delights

5.99 ea.
Front Street Bakery
Extra Cheddar Cheese Bread 675g
Pain au fromage extra cheddar
Front Street Bakery 675g

4.49 ea.
Front Street Bakery
Cheddar Cheese Mini Croissant
Pkg. of 12, 400g
Mini croissant au fromage extra
cheddar Front Street Bakery
EML DE 12, 400g

5.49 ea.
Front Street Bakery
Cheese Buns or Cheese Sticks
Pkg. of 6, 475g
Michelettes ou bâtonnets de
pain au fromage
Front Street Bakery
EML DE 6, 475g

FRONT STREET BAKERY

OUR ABSOLUTE FINEST

18.99 ea.
Front Street Bakery
Cheesecakes 975g
SELECTED VARIETIES
Gâteaux au fromage
Front Street Bakery 975g
VARIETES SELECTIONNEES

9.99 ea.
Front Street Bakery
Mini Dessert Cakes
250-440g, SELECTED VARIETIES
Mini gâteaux Front Street
Bakery pour le dessert
250-440g, VARIETES SELECTIONNEES

4.00 2 for
Front Street Bakery
Dessert Cakes
750-1000g, SELECTED VARIETIES
Gâteaux dessert
Front Street Bakery
750-1000g, VARIETES SELECTIONNEES

3.79 ea.
Front Street Bakery
Rye Breads 450g
SELECTED VARIETIES
Pain de seigle
Front Street Bakery 450g
VARIETES SELECTIONNEES

3.79 ea.
Front Street Bakery
Grain Breads 340-450g OR
Hot Dog or Hamburger Rolls
SELECTED VARIETIES
Pain de grains Front Street Bakery
340-450g
Pains à saucisse fumée ou
à hamburger
VARIETES SELECTIONNEES

3.79 ea.
Front Street Bakery
French or Italian Bread
450g, SELECTED VARIETIES
Pain français ou italien
Front Street Bakery
450g, VARIETES SELECTIONNEES

2.99 ea.
Front Street Bakery
Everything Ciabatta Rolls
360-450g, SELECTED VARIETIES
Michelettes Everything Ciabatta
Front Street Bakery
360-450g, VARIETES SELECTIONNEES

mix & match

2 for 6.00
VILLAGGIO BREAD OR BUNS,
DEMPSTER'S GRAIN BREAD,
DEMPSTER'S 7" TORTILLAS OR
TIA ROSA TORTILLAS
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
993, 416 EA.

Offer valid September 26 - October 9, 2024

Snacks & Beverages

BUY MORE SAVE MORE!
2 for 3.50
LESS THAN 2
PAY 1.99 EA.
Selection Soft Drinks
2L, SELECTED VARIETIES
Boissons gazeuses Selection
2L, VARIETES SELECTIONNEES

BUY MORE SAVE MORE!
2 for 4.00
LESS THAN 2
PAY 2.79 EA.
Glaceau Vitamin Water
500mL, SELECTED VARIETIES
Eau VitaminWater Glacéau
500mL, VARIETES SELECTIONNEES

2 for 4.00
Action Alkaline Water
1L OR 2.79 EA.
Eau alkaline
Action 1L OR 2.79 EA.

2 for 6.00
Selection Juice or Cocktails
8 x 200mL, SELECTED VARIETIES
OR 3.79 EA.
Jus ou cocktails Selection
8 x 200mL, VARIETES SELECTIONNEES
OU 3.79 EA.

7.49 ea.
Del Monte Juice
2.5L, SELECTED VARIETIES
Jus Del Monte
2.5L, VARIETES SELECTIONNEES

BUY MORE SAVE MORE!
2 for 5.50
LESS THAN 2
PAY 3.79 EA.
Celsius or Rock Star
Energy Drinks
355-473mL, SELECTED VARIETIES
Boissons énergisantes
Celsius ou Rock Star
355-473mL, VARIETES SELECTIONNEES

BUY MORE SAVE MORE!
2 for 7.00
LESS THAN 2
PAY 3.99 EA.
Quaker Crispy
Minis or Rice Cakes
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
Crispy Minis ou galettes
de riz Quaker
FORMATS SELECTIONNEES
VARIETES SELECTIONNEES

2 for 8.50
Takis Tortilla Chips
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES
OR 4.79 EA.
Croustilles de tortillas Takis
FORMATS SELECTIONNEES,
VARIETES SELECTIONNEES, OU 4.79 EA.

FALL INTO FLAVOURFUL CELEBRATIONS

BUY MORE SAVE MORE!
2 for 7.50
LESS THAN 2
PAY 4.29 EA.
WHEAT THINS
original
RITZ
CHRISTIE
CRACKERS
SELECTED SIZES
SELECTED VARIETIES

6.49 ea.
Zanders Snack Mix
100g, SELECTED VARIETIES
Collations mélangées
Zanders
100g, VARIETES SELECTIONNEES

5.49 ea.
Slim Jim Snacks
112g, SELECTED VARIETIES
Collations Slim Jim
112g, VARIETES SELECTIONNEES

BUY MORE SAVE MORE!
2 for 6.00
LESS THAN 2
PAY 4.29 EA.
Bits & Bites
Méli-Mélo
Crispers
ORIGINAL
ALL BREADS
FRUIT CREME
PEEK'S FREANS OR
DADS COOKIES
SELECTED SIZES
SELECTED VARIETIES
FRUIT CREME
CRISPERS OR
BITS & BITES SNACKS
145g
SELECTED VARIETIES

2 for 8.00
LESS THAN 2
PAY 4.99 EA.
DADS
PEEK'S FREANS OR
DADS COOKIES
SELECTED SIZES
SELECTED VARIETIES

JOIN US IN DONATING \$200,000 TO CANADIAN FOOD BANKS
EVERY CADBURY PRODUCT PURCHASED GETS US CLOSER TO OUR GOAL.

2 for 11.00
MAYNARDS CANDY &
CADBURY CELLOS
SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES

2 for 6.00
CADBURY CHOCOLATES
SELECTED SIZES
SELECTED VARIETIES

FREE SAME-DAY PICKUP

SAME FLYER PRICES AND DEALS ONLINE



© 2024 METRO INC.



12⁹⁹
ea.

NESTLÉ
50'S CHOCOLATE BARS
485 g
SELECTED VARIETIES

Sweet & SALTY

ON-THE-GO TREATS



12⁹⁹
ea.

PRINGLES CHIPS
608 g
SELECTED VARIETIES



10⁹⁹
ea.

CADBURY
45'S CHOCOLATE BARS
SELECTED SIZES
SELECTED VARIETIES



PACK MORE OF THEIR FAVOURITES



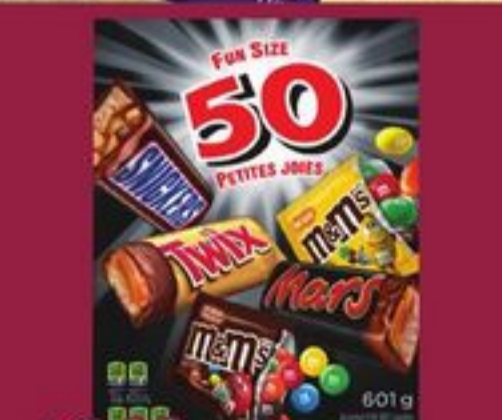
8⁹⁹
ea.

HERSHEY'S,
OH HENRY! OR REESE'S
CHOCOLATES
375 - 390 g
SELECTED VARIETIES



6⁹⁹
ea.

DUBBLE BUBBLE
GUM
495 g
SELECTED VARIETIES



13⁹⁹
ea.

MARS
50'S HALLOWEEN CHOCOLATES
601 g
SELECTED VARIETIES



10⁹⁹
ea.

SKITTLES OR STARBURST
HALLOWEEN CANDY
554 g
SELECTED VARIETIES



10⁹⁹
ea.

DARE
REALFRUIT GUMMIES
600 g
SELECTED VARIETIES



5⁹⁹
ea.

HERSHEY'S
HARRY POTTER KISSES
180 g
SELECTED VARIETIES



10⁹⁹
ea.

KINDER CHOCOLATES
297 - 330 g
SELECTED VARIETIES



13⁹⁹
ea.

TAKIS
40 un
SELECTED VARIETIES

More Great Savings

 <p>Gay Lea Cottage Cheese 750g SELECTED VARIETIES Fromage cottage Gay Lea 750g VARIETES SELECTIONNEES</p> <p>3.49 ea.</p> <p>Selection Sour Cream 300mL SELECTED VARIETIES Crème sure Selection 300mL VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>6.49 ea.</p>	 <p>9.99 ea.</p> <p>Nutella Spread 1kg Tartinade Nutella 1kg</p>	 <p>9.99 ea.</p> <p>Lipton Tea Bag 72-100mL SELECTED VARIETIES Thé Lipton en sachets 72-100mL VARIETES SELECTIONNEES</p>
 <p>3 for 8.00</p> <p>Campbell's Soup 304mL SELECTED VARIETIES Soupe Campbell's 304mL VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>4.99 ea.</p> <p>Hellmann's Mayonnaise 340-405mL SELECTED VARIETIES Mayonnaise Hellmann's 340-405mL VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>5.99 ea.</p> <p>Boston Market Frozen Meals SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Repas Boston Market surgelés VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>4.49 ea.</p> <p>Dr. Oetker Momenti Pizzeria SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Pizzeria Momenti Dr. Oetker FORMATS SELECTIONNEES VARIETES SELECTIONNEES</p>
 <p>2.99 ea.</p> <p>Primo or Italpasta Lasagne 375-500g SELECTED VARIETIES Lasagne Primo or Italpasta 375-500g VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>3.99 ea.</p> <p>Selection Vegetable or Canola Oil 946mL SELECTED VARIETIES Huile végétale ou de canola Selection 946mL VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>2 for 3.00</p> <p>Club House Gravy or Seasoning Mix 24-47g SELECTED VARIETIES Mélange à sauce ou d'assaisonnements Club House 24-47g VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>2 for 5.00 LESS THAN 2 PAY 3.99 EA.</p> <p>Selection Spices 55-200g SELECTED VARIETIES OU 29EA Epices Selection 55-200g VARIETES SELECTIONNEES OU 29EA</p>
 <p>Gay Lea Whipped Topping 225g SELECTED VARIETIES Garniture fourrée Gay Lea 225g VARIETES SELECTIONNEES</p> <p>3.99 ea.</p>	 <p>2 for 5.00</p> <p>Dr. Oetker Pie Filling or Pie Crust 110-270g SELECTED VARIETIES Garniture ou croûte à tarte Dr. Oetker 110-270g VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>3.99 ea.</p> <p>Crisco Vegetable Shortening 454g SELECTED VARIETIES Shortening végétal Crisco 454g VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>3.99 ea.</p> <p>Eagle Brand Condensed Milk 300mL SELECTED VARIETIES Lait condensé Eagle Brand 300mL VARIETES SELECTIONNEES</p>

Baby & Beauty

Gerber Baby Purée
92-102mL SELECTED VARIETIES
OU 2,29EA

Purée Gerber pour bébés
92-102mL
VARIETES SELECTIONNEES
OU 2,29EA

5 for
11.00

Organic

Little Gourmet Baby Purée
102mL SELECTED VARIETIES
OU 2,29EA

Purée Little Gourmet
pour bébés
102mL VARIETES SELECTIONNEES
OU 2,29EA

5 for
11.00

Household Helpers

 <p>2.99 ea.</p> <p>Selection Eco Compostable Utensils 24-50mL SELECTED VARIETIES Ustensiles compostables Selection Eco 24-50mL VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>5.99 ea.</p> <p>Selection Paper Plates or Bowls 24-40mL SELECTED VARIETIES Assiettes ou bols de papier Selection 24-40mL VARIETES SELECTIONNEES</p>
 <p>2 for 6.00 LESS THAN 2 PAY 3.99 EA.</p> <p>Palmolive Dishwashing Detergent 591-620mL SELECTED VARIETIES Détergent Palmolive pour la vaisselle 591-620mL VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>2 for 15.00 LESS THAN 2 PAY 9.99 EA.</p> <p>Cascade Dishwasher Detergent SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Détergent Cascade pour lave-vaisselle FORMATS SELECTIONNEES VARIETES SELECTIONNEES</p>
 <p>2 for 7.50</p> <p>Yard waste bags 5m OU 3.99EA Sacs à déchets de jardin 5m OU 3.99EA</p>	 <p>3.49 ea.</p> <p>Glade Air Freshener or Lysol Disinfecting Wipes SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Assainisseur d'air Glade ou lingettes désinfectantes Lysol FORMATS SELECTIONNEES VARIETES SELECTIONNEES</p>
 <p>5.99 ea.</p> <p>Resolve Stain Remover or Clorox Bleach SELECTED SIZES, SELECTED VARIETIES Détachant Resolve ou jaavelisant Clorox FORMATS SELECTIONNEES VARIETES SELECTIONNEES</p>	 <p>12.99 ea.</p> <p>Woolite Laundry Detergent or Lysol Laundry Disinfectant 1.8-2.7L SELECTED VARIETIES Détergent pour la lessive Woolite ou désinfectant Lysol pour la lessive 1.8-2.7L VARIETES SELECTIONNEES</p>

Dove
Self-esteem project

Keep her
CONFIDENT

4.99
ea.

DOVE PERSONAL CARE
SELECTED SIZES
SELECTED VARIETIES

Helps protect skin's moisture barrier

AVEENO BODY WASH
532mL SELECTED VARIETIES
13.99
ea.

AVEENO MOISTURIZING LOTION
532mL SELECTED VARIETIES
2 for
26.00
LESS THAN 2
PAY 9.99 EA.

Non-GMO

9.49 ea. **daiya** GLUTEN-FREE PIZZA 444-550g. **10.49** ea. **MaraNatha** BEURRE D'AMANDES 340g. **4.49** ea. **Farmer's Market** Canned Vegetables 398 ml. **6.99** ea. **WHOLLY VEGGIE!** Frozen Side Dish 375 g.

Gluten-Free

6.99 ea. **Enjoy Life** CHUNKS MORCEAUX 250-300g. **3.00** 2 for **Kind** Granola Bars 40g. **4.49** ea. **Bob's Red Mill** Flax Seeds 368 g. **8.49** ea. **CoolWay** KETO BARS 3x300 ml.

Organic

4.99 ea. **Cha's Organic** Curry Paste 55g. **14.99** ea. **Nutiva** Coconut Oil 448 ml. **7.00** 2 for **Felicetti** Pasta 340g. **5.49** ea. **Organic Meadow** YOGURT 750g. **3.99** ea. **Green & Black's** Chocolate Bar 90g. **4.99** ea. **Nature's Path** Cereals 325-400g.

KICKING HORSE COFFEE

THE KICKASS COFFEE YOUR KEURIG'S BEEN WAITING FOR.

25.99 ea. **KICKING HORSE COFFEE CAPSULE** 24 UN.

12.99 ea. **KICKING HORSE COFFEE CAPSULE** 10 UN.

LAVAZZA

ICONIC CRAFTSMANSHIP, ARTFULLY BLENDED.

19.99 ea. **LAVAZZA COFFEE CAPSULE** 30 UN.

KELLOGG'S CEREAL 400-650g. **6.49** ea.

Buy 2 specially marked boxes of Kellogg's® cereal and get a **FREE BOOK!**

CEREAL

NEW

ELEVATE YOUR COFFEE

Pour it. Foam it. Love it.

6.49 ea. **NATREL COFFEE CREAMER** 1L.



**International
COFFEE DAY**
October 1, 2024



LAVAZZA
COFFEE CAPSULES
10 UN
SELECTED VARIETIES

4⁹⁹
ea.

FALL FOR EVERY BREW



10⁹⁹
ea.

MARLEY COFFEE
GROUND COFFEE
OR COFFEE BEANS
284 g
SELECTED VARIETIES

11⁹⁹
ea.

BALZAC'S COFFEE
ROASTERS
COFFEE BEANS
340 g
SELECTED VARIETIES

MAXWELL HOUSE
INSTANT COFFEE
165 g
SELECTED VARIETIES

9⁹⁹
ea.

SELECTION
COFFEE CAPSULES
100 UN
SELECTED VARIETIES

29⁹⁹
ea.

100% COLOMBIAN
BUY MORE!
SAVE MORE!

10⁰⁰
Less than 2
pay 7.99 ea.

IRRESISTIBLES
COFFEE CAPSULES
12 UN
SELECTED VARIETIES

START YOUR DAY OFF RIGHT

VAN HOUTTE
COLOMBIAN DARK
DARK ROAST

30
GROUND COFFEE 263 g

McCafé
100% ETHICALLY SOURCED ARABICA BEANS
100% DE PRODUITS AGRICOLES PROVENÇES DE SOURCES ÉTHIQUES

Premium Roast
Torrefaction supérieure

19⁹⁹
ea.

MCCAFÉ GROUND COFFEE
875 g
MCCAFÉ OR VAN HOUTTE
COFFEE CAPSULES
30 UN
SELECTED VARIETIES

ESPRESSO ORO
100% ETHICALLY SOURCED ARABICA BEANS
Premium Roast

7⁹⁹
ea.

IRRESISTIBLES
GROUND COFFEE
340 g
SELECTED VARIETIES

MADE FOR EACH OTHER: COFFEE & CREAMER

NESCAFÉ
INSTANT COFFEE
95-170 g
SELECTED VARIETIES

5⁹⁹
ea.

ILLY COFFEE
250 g
SELECTED VARIETIES

15⁹⁹
ea.

SELECTION
COFFEE CREAM
1 L

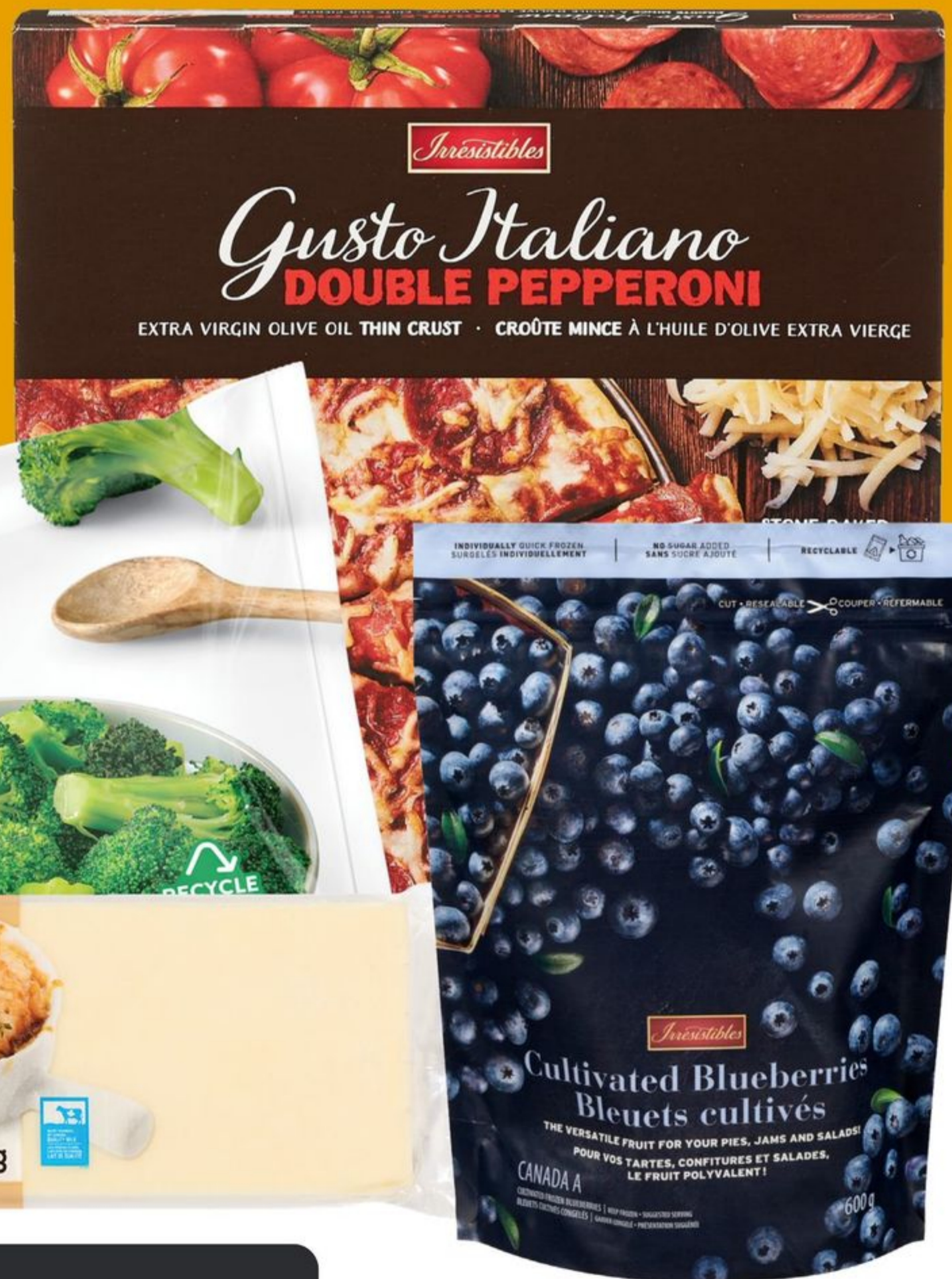
4⁹⁹
ea.

metro.ca

FREE DELIVERY

when you buy 3 participating products*

PROMO CODE
DELIVERY46



[Shop Now](#)

*Valid for selected stores only.
Offer not available for the MPriority or Express Delivery service.