

encore plus

d'économies dans l'tapis

C'EST
EXCLUSIF!
chez metro

côtes de dos
de porc cuites
Irresistible
400 g, Benny, 5,95 g, choix varié
Irresistible cooked
pork back ribs
reg. de 15,99 à 18,99

économies
dans l'tapis
9.99



produit
d'ici

19% de
protéines

smoked meat
style Montréal
Irresistible Artisan
400 g
Irresistible Artisan Montréal-style
smoked meat
reg. 15,49

économies
dans l'tapis
9.99



produit
d'ici

pommes de terre
McCain
 surgelées, 454-650 g,
choix varié
McCain frozen potatoes
reg. de 5,99 à 6,79

économies
dans l'tapis
2.99



filets de poisson
Coupes
du marché
High Liner
 surgelés, saumon sauvage du
Pacifique, aiglefin, morue, sole
sauvage du Pacifique, 227 g
High Liner Market Cuts fish fillets
reg. 9,99

économies
dans l'tapis
3/15\$ 6.99



flocons de
goberge à
savour de crabe
Selection
700 g
Selection crab flavoured
pollock flakes
reg. 12,99

économies
dans l'tapis
8.99



économies
dans l'tapis
1.99

baguette
française
325 g
french baguette
reg. 3,49



économies
dans l'tapis
1.99

jambon cuit Sélection
9.03/lb
Selection cooked ham
reg. 2,99 le 100 g - 13,56/lb



économies
dans l'tapis
8.99

portions de poisson
panées Blue Water
 surgelées, 235-600 g, choix varié
Blue Water frozen breaded fish portions
reg. 12,99



économies
dans l'tapis
6.99

fromage
Cracker Barrel
340-400 g, fromage râpé 250-320 g,
Pât Québec 320 g, Gabbani
mozzarella 500 g, choix varié
Cracker Barrel cheese
reg. de 6,29 à 9,99



économies
dans l'tapis
6.99

yogourt
grec Liberté
500-750 g,
Méditerranée 900 g,
choix varié
Liberté greek yogurt
reg. 8,79



3\$
de rabais
à l'achat
de 2 pains

pain tranché
Pom
Cité, minage,
Signature, 600-675 g,
Villaggio 550-675 g,
choix varié
Pom sliced bread
voir réduction
sur reçu de caisse



économies
dans l'tapis
4.97

tartinade
Miracle Whip
Kraft
455/890 ml, Heinz
sauce chili 455 ml,
choix varié
Kraft Miracle Whip
spread
reg. de 5,99 à 6,99



économies
dans l'tapis
4.49

céréales
Kellogg's
formats et
choix variés
Kellogg's cereal
reg. de 6,49 à 7,49



2\$
de rabais
à l'achat de
2 produits

petits gâteaux
Vachon
6-12 un., Bon Matin
tranché 450/700 g,
choix varié
Vachon snack cakes
voir réduction
sur reçu de caisse



économies
dans l'tapis
4.99

fromage à la crème
Philadelphia
227/250 g, choix varié
Philadelphia
cream cheese
reg. 6,49



économies
dans l'tapis
3.99

dessert glacé Parloir
1,5 L, fraise/rose glacées 12/60-63 ml, Natrel
mochi 6/35 ml, crème glacée 473 ml,
choix varié
Parloir frozen dessert
reg. de 5,79 à 7,29



économies
dans l'tapis
2.49

biscuits
Pattes d'Ours
Dare
168-240 g, choix
varié
Dare Bear Paws
cookies
reg. 5,49

encore plus

d'économies dans l'tapis

produit laitier sans lactose Natrel
2 L Allegro fromage sans lactose 270 g, choix varié
Natrel lactose free dairy product
reg. de 6,49 à 7,99

économies dans l'tapis
5.99

produit d'ici

économies dans l'tapis
2.99

diner Kraft
58-220 g, choix varié
Kraft dinner
reg. de 1,99 à 2,29

économies dans l'tapis
2.99

diner Kraft
58-220 g, choix varié
Kraft dinner
reg. de 1,99 à 2,29

économies dans l'tapis
2.99

sauce pour pâtes Selection
410-650 mL
choix varié
Selection pasta sauce
reg. 3,69

économies dans l'tapis
2.99

sauce pour pâtes Selection
410-650 mL
choix varié
Selection pasta sauce
reg. 3,69

économies dans l'tapis
2.99

capsules de café
Tassimo Nabob
Carte Noire, Maxwell House
T-Disc 8-16 un., choix varié
Tassimo Nabob coffee
capsules
reg. de 13,99 à 14,99

économies dans l'tapis
8.99

capsules de café
Tassimo Nabob
Carte Noire, Maxwell House
T-Disc 8-16 un., choix varié
Tassimo Nabob coffee
capsules
reg. de 13,99 à 14,99

économies dans l'tapis
8.99

diner Kraft
58-220 g, choix varié
Kraft dinner
reg. de 1,99 à 2,29

économies dans l'tapis
1.49

diner Kraft
58-220 g, choix varié
Kraft dinner
reg. de 1,99 à 2,29

économies dans l'tapis
1.49

café instantané Nescafé
Taster's Choice 100-170 g
Nescafé Gold 90-100 g
crèmeux et sucré 16-18 un.
choix varié
Nescafé instant coffee
reg. de 9,99 à 10,99

économies dans l'tapis
7.99

café instantané Nescafé
Taster's Choice 100-170 g
Nescafé Gold 90-100 g
crèmeux et sucré 16-18 un.
choix varié
Nescafé instant coffee
reg. de 9,99 à 10,99

économies dans l'tapis
7.99

bière Stella Artois
Corona Extra
Heineken
caisse, bott.
ou canettes
12/330-355 mL
choix varié, consigne
beer
reg. de 24,99 à 27,69

2/45.48 ou à partir de **24.99** la caisse

bière Labatt/Budweiser
Molson Export
caisse, bott.
ou canettes
12/330-355 mL
choix varié, consigne
beer
reg. 39,29

2/71.48 ou à partir de **39.29** la caisse

bière Labatt/Bud Light
Coors Light
caisse, bott.
ou canettes
12/330-355 mL
choix varié, consigne
beer
reg. de 38,29 à 41,29

2/67.48 ou à partir de **38.29** la caisse

BAS PRIX DE MON ÉPICIER

PLUS DE 5200 PRODUITS

kombucha
Fous de l'île
1 L, choix varié,
consigne
Fous de l'île kombucha
reg. 9,29

7.99

kombucha
Fous de l'île
1 L, choix varié,
consigne
Fous de l'île kombucha
reg. 9,29

7.99

fromage râpé Daiya
200 g, fromage à la crème
227 g, fromage en tranche 220 g
choix varié
Daiya shredded cheese
reg. 6,99

5.99

fromage râpé Daiya
200 g, fromage à la crème
227 g, fromage en tranche 220 g
choix varié
Daiya shredded cheese
reg. 6,99

5.99

margarine
moelle Becer
427 g, choix varié
Becer soft margarine
reg. 5,49

4.99

margarine
moelle Becer
427 g, choix varié
Becer soft margarine
reg. 5,49

4.99

chocolat Toberone
350 g, choix varié
Toberone chocolate
reg. 14,49

12.99

chocolat Toberone
350 g, choix varié
Toberone chocolate
reg. 14,49

12.99

miel Selection
Mieux-être Naturala,
500 g, choix varié
Selection honey
reg. 8,29

7.49

miel Selection
Mieux-être Naturala,
500 g, choix varié
Selection honey
reg. 8,29

7.49

biscuits Whippet Dare
250-285 g, choix varié
Dare Whippet cookies
reg. 5,49

3.99

biscuits Whippet Dare
250-285 g, choix varié
Dare Whippet cookies
reg. 5,49

3.99

craquelins Cheez-It
191-219 g, choix varié
Cheez-It crackers
reg. 4,49

2.99

craquelins Cheez-It
191-219 g, choix varié
Cheez-It crackers
reg. 4,49

2.99

pâtes alimentaires Barilla
455-454 g, choix varié
Barilla pasta
reg. de 5,49 à 5,99

4.49

pâtes alimentaires Barilla
455-454 g, choix varié
Barilla pasta
reg. de 5,49 à 5,99

4.49

sauce tomate Hunt's
480 mL, choix varié
Hunt's tomato sauce
reg. 3,49

2.99

sauce tomate Hunt's
480 mL, choix varié
Hunt's tomato sauce
reg. 3,49

2.99

lait frappé Beatrice BFIT
460 mL, choix varié,
consigne
Beatrice BFIT milkshake
reg. 3,69

3.49

lait frappé Beatrice BFIT
460 mL, choix varié,
consigne
Beatrice BFIT milkshake
reg. 3,69

3.49

moutarde Maille
200 mL, choix varié
Maille mustard
reg. 5,99

4.99

moutarde Maille
200 mL, choix varié
Maille mustard
reg. 5,99

4.99

vinaigrette Bâton Rouge
Casa Grecque
425 mL, choix varié
Bâton Rouge, Casa
Grecque salad dressing
reg. 5,99

5.49

vinaigrette Bâton Rouge
Casa Grecque
425 mL, choix varié
Bâton Rouge, Casa
Grecque salad dressing
reg. 5,99

5.49

légumineuses Selection
900 g, choix varié
Selection legumes
reg. 3,79

2.99

légumineuses Selection
900 g, choix varié
Selection legumes
reg. 3,79

2.99

tisanes Twinings
tisane en sachet, 20 un., choix varié
Twinings herbal tea
reg. 5,99

5.29

tisanes Twinings
tisane en sachet, 20 un., choix varié
Twinings herbal tea
reg. 5,99

5.29

plus de **12** façons d'économiser
chaque semaine

découvrez-en une:

chaque
jour

à bas prix

profitez de bas prix
sur plus de 500 essentiels du quotidien
Repérez-les en magasin

bière Labatt, Michelob Ultra, Molson, Miller Lite, Sleeman, Clear 240

canettes

45²⁹

produit d'ici

Crèmeux 1.5%

6⁹⁹

yogourt Irrésistible 14/180 g, choix varié Irrésistible yogourt

bonbons Maynards 135-154 g, choix varié Maynards candies

2⁹⁹

café moulu Melitta 652 g, choix varié Melitta ground coffee

23⁴⁹

boisson énergisante Monster Full Throttle, Max, canettes 333-473 ml, choix varié, conserve Monster energy drink

2⁹⁹

viande à fondue Selection bœuf, 175-350 g, choix varié Selection frozen fondue meat

à partir de 7⁹⁹

soupe Campbell's 284 ml, choix varié Campbell's soup

1⁷⁹

soupe Campbell's 284 ml, choix varié Campbell's soup

1⁷⁹

mélange à sauce Selection mix, 21 g, choix varié Selection sauce mix

1²⁹

sucre Redpath 2 kg, Redpath sugar

3⁴⁹

— découvrez-les toutes sur **metro.ca** —

**SPÉCIAUX
DE LA SEMAINE**

**BAS PRIX
DE MON ÉPICIER**

petits formats à
petits prix

— **FORMAT
ÉCONOMIQUE** —

**FORMAT
MULTIPLE**

**À PRIX
D'ENTREPÔT**

**DES GRATUITÉS
À CHAQUE
SEMAINE !**

1\$
d'achat = 1 point
+ points bonus
moi
Metro et moi

prix membre
mon spécial appli
moi
Metro et moi

des coupons personnalisés
dans l'appli Mon Metro



**AJOUTEZ PLUS DE
MARQUES MAISON**

Irresistible
Selection

**ENSEMBLE, ÉVITONS
LE GASPILLAGE!**

30% de rabais
applicable à la caisse

FoodHero

* Magasins participants

c'est facile d'économiser avec **moi***



tous les jours
chez **metro** et
sur **metro.ca**

+
une tonne
d'avantages
uniques

**prix
membre**

des
p...oints bonus
dans toutes les allées

mon
spécial
**appli
moi**



des coupons personnalisés
dans l'appli **m Mon Metro**



**les
mardis
appli**
à moitié
prix!

**vendredi
gratuit**

nouveau
plus pour moi
des rabais exclusifs
pour magasiner en ligne
chez les plus grandes marques.



pas encore membre?
adhésion gratuite à **programmemoi.ca**



* Certaines conditions s'appliquent. Détails à programmemoi.ca. Moi est une marque de commerce de Metro inc.

ou argent remis +10%

viandes de qualité

pour vos repas

filets de porc frais

format économique

fresh pork tenderloins, economic pack

13,21 kg

reg 12,99/lb - 16,51/kg

—FORMAT—

ÉCONOMIQUE

5⁹⁹

/lb

rôti français non bardé

barded, sirloin de bœuf

intérieur de ronde

no barded french style roast

28,64 kg

reg 13,49/lb - 29,74/kg

12⁹⁹

/lb

produit D'ICI

poitrines de poulet frais déossées

hauts de cuisses de poulet déossées

format économique

fresh boneless chicken breasts, economic pack

19,82/kg

—FORMAT—

ÉCONOMIQUE

8⁹⁹

/lb

produit d'ici

côtelettes de porc frais
chops varié, format économique
fresh pork loin chops
economic pack
11,00/kg
reg. 6,49/lb - 14,31/kg

— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

4.99 /lb

C'EST EXCLUSIF!
chez metro

LEVESQUE
TRADITION

demi épaule de porc picnic
Levesque
Levesque picnic
pork half shoulder
13,21/kg
reg. 6,49/lb - 14,31/kg

5.99 /lb

FAMILIE FONTAINE FAMILY

Origines

jarret d'agneau
Famille Fontaine
produit décongelé
Fontaine Family previously frozen
lamb shank
26,43/kg
reg. 12,99/lb - 28,94/kg

11.99 /lb

bifteck de contre-filet de bœuf
strip loin beef steak
44,97/kg
reg. 23,99/lb - 52,89/kg

19.99 /lb

GOÛTEZ À NOTRE ULTIME EXPÉRIENCE BŒUF
TENDRETÉ EXCEPTIONNELLE ★★ QUALITÉ SUPÉRIEURE

10%
de rabais
sur toutes les variétés
de boeuf AAA
Platinum Plus

variété de boeuf Platinum
Angus AAA
Platinum Angus AAA beef variety
choix varié

BOEUF
AAA
PLATINUM
PLUS





flanc de porc désossé Olymel
env. 2 kg
Olymel boneless pork belly
14,31/kg
reg. 7,9\$/lb - 17,61/kg



lanières de poulet cuites Olymel
2175 g, choix varié
Olymel cooked chicken strips
reg. 11,99



potirines de poulet désossées Olymel
assaisonnées, huits de cuisses désossées, couvaki de porc et de poulet
Olymel boneless chicken breasts
22,02/kg
reg. à partir de 10,99/lb - 24,23/kg



poitrine de dinde désossée Olymel
assaisonnée
Olymel boneless seasoned breast turkey
22,02/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

[illegible]

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

produit d'ici

côtes de dos de porc frais
format économique
fresh pork back ribs,
economic pack
15,41/kg
reg. 8,99/lb - 19,82/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE

6⁹⁹
/lb

produit d'ici

rôti d'épaule picnic de porc
pork picnic shoulder roast
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

3⁹⁹
/lb

Irresistible

produit d'ici

bavette de boeuf Irresistible
225 g, choix varié
Irresistible beef bavette
reg. 11,99

10⁹⁹

produit d'ici

rôti d'épaule de boeuf désossé
boneless chuck beef roast
26,43/kg
reg. 13,49/lb - 29,74/kg

11⁹⁹
/lb

viandes de qualité préparées par nos bouchers

à partir de

9⁹⁹
/lb

viande fraîche à fondue
choix varié
fresh meat for fondue
à partir de 22,02/kg
reg. à partir de 10,99/lb - 24,23/kg

collection du boucher metro

saucisses fraîches
choix varié, format économique
fresh sausages, economic pack
13,21/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE

5⁹⁹
/lb

metrogo!

alouettes de boeuf
format économique
beef alouettes, economic pack
26,43/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE

11⁹⁹
/lb

produit d'ici

viandes d'ici chez metro

OLYMEL

longe de porc désossée Olymel
ent. 1,8 kg
Olymel boneless pork loin
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

3⁹⁹
/lb

filet de porc Irresistible
assaisonné 550 g, choix varié
Irresistible pork tenderloin
reg. 8,99

7⁹⁹

macreuse Metrogol
assaisonnée 200 g
Metrogo! macreuse
reg. 9,49

8⁹⁹

picanha Metrogol
assaisonnée 200 g
Metrogo! picanha
reg. 9,49

8⁹⁹

bavette de porc éralé et chipotle Rose
rose maple chipotle pork flank
22,02/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

9⁹⁹
/lb

côtelettes de porc fumées Thérberge
choix varié
Thérberge smoked pork chops
22,02/kg
reg. 10,99/lb - 24,23/kg

9⁹⁹
/lb

produit d'ici

Natural Bacon naturel
Original
bacon Maple Leaf
835 g, produit à 55% d'hydratation
Maple Leaf bacon
reg. 16,99

7⁹⁹

produit d'ici

saucisses fumées Hygrade
450 g, choix varié
Hygrade wieners
reg. 7,49

5⁹⁹

produit d'ici

morceaux de poulet Pinty's
lanieres, 450 g
Pinty's chicken chunks
reg. 9,99

8⁹⁹

produit d'ici

filet de porc Maple Leaf
érable canadien 450 g, courtes
poêle rôti assaisonné classique 600 g,
porc effiloché 450 g
Maple Leaf pork tenderloin
reg. 14,99

12⁹⁹

produit d'ici

pâté aux trois viandes style maison Irresistible
600 g
Irresistible frozen homestyle meat pie
reg. 9,99

8⁹⁹

Irresistible

BATONNETS MOZZARELLA
BAYONNE CHICKEN STICKS
40% de rabais sur la 2^e moins chère

4⁹⁹

El Monterey

TAQUITOS POULET ET FROMAGE
El Monterey
surgelés 587-588 g,
choix varié
El Monterey frozen Taquitos
reg. 15,99

13⁹⁹

produit d'ici

saucisses enrobées de pâte Pogo
surgelées 440 g, 15 kg,
choix varié
Pogo frozen breaded wieners
reg. 20,99

18⁹⁹

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

**tranchée sur place,
prête pour les lunches**

produit d'ici

jambon blanc Alpina
Alpina white ham
18,10/lb
reg. 29,37/lb - 44,90/kg

3⁹⁹
le 100 g

produit d'ici

rôti de poitrine de poulet
Maple Lodge
choix varié
Maple Lodge chicken
breast roast
19,46/lb
reg. 28,82/lb - 45,90/kg

25 points

4²⁹
le 100 g

produit d'ici

pastrami
Lesters
œil de bœuf, bœuf
fumé à l'ancienne
Lesters pastrami
22,63/lb
reg. 24,00/lb - 52,90/kg

25 points

4⁹⁹
le 100 g

produits d'ici

produit d'ici

hummus
Adonis
sauce à l'ail, 230 g,
choix varié
Adonis hummus
reg. 4,49

3⁹⁹

produit d'ici

fromage râpé
Riviera
en flocons, 150-170 g,
choix varié
Riviera cheese
reg. 8,99

6⁹⁹

produit d'ici

Okla
Monsieur Gustav
Sauté, 190 g,
Vendredi L'assiette
180 g, choix varié
Okla cheese
reg. 10,99

9⁴⁹

produit d'ici

plateau raclette Monsieur Gustav
sans lactose 300 g
Monsieur Gustav raclette plateau
reg. 14,99

13⁹⁹

produit d'ici

émincé de jambon
Maple Leaf
Natural Selections
100% poitrine de dinde 375 g
Maple Leaf
Natural Selections shaved ham
reg. 16,49

55 points

14⁹⁹

produit d'ici

simili poulet tranché
Gaspésien
bolognaise, pepperoni, salami, 200 g,
choix varié
Gaspésien sliced mock chicken
reg. 6,49

5⁹⁹
prix spécial

5⁴⁹
prix membre

produits d'ici à petits prix!

produit d'ici

produit d'ici

jambon fumé ou cuit
Selection
175 g, choix varié
Selection smoked
or smoked ham
reg. 5,99

5⁹⁹

produit d'ici

salade
Selection
454 g, choix varié
Selection salad
reg. 3,49

3⁴⁹

produit d'ici

pâté
St-Hubert
tourtière, quiche,
gratin, 235-275 g,
choix varié
St-Hubert pie
reg. 4,99

4⁹⁹

produit d'ici

brie brisé
du matin
Alexis de
Portneuf
125 g, choix varié
Alexis de Portneuf
brisé du matin
brie cheese
reg. 4,99

4⁹⁹

FORMAT ÉCONOMIQUE

produit d'ici

jambon fumé
Le Petit Charcutier
forêt noire 2/175 g, bolognaise,
jambon cuit, pepperoni, 400-600 g
The Deli-Shop smoked ham
reg. 8\$

8\$

produit d'ici

emmental
Irresistible
d'Allemagne, 400 g,
Irresistible
emmental cheese
reg. 12,99

12⁹⁹

produit d'ici

pepperoni tranché
Selection
2/175 g,
Selection
sliced pepperoni
reg. 12,49

12⁴⁹

produit d'ici

fromage brie
Irresistible
Artisan
500 g
Irresistible Artisan
brie cheese
reg. 14,49

14⁴⁹

produit d'ici

feta Selection
en saumure, 800 g
Selection feta cheese
reg. 18,49

18⁴⁹

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

metrogo! préparés en magasin

au
comptoir
réchaud



garantie
toujours disponible

entre 16h et 19h sur nos
poulets BBQ sinon obtenez

5\$ en bon
d'achat
différé

Life Smart
Mieux-être
NATURALIA



13.99

poulet B.B.Q
cuit et chaud
min. 1 kg
hot and cooked
B.B.Q chicken
+TX

produit
D'ICI

poulet entier
cuit et chaud
Mieux-être
Naturalia
min. 1 kg
Life Smart Naturalia
hot and cooked
whole chicken
+TX

14.99

souper rapide

C'EST
NOUVEAU!
chez metro



à l'achat d'un nacho
et d'une guacamole,
payez

8\$ ou **4.99**
l'unité

nachos
400 g, guacamole
325 g
nachos
reg. de 4,99 à 6,99

C'EST
NOUVEAU!
chez metro



au
comptoir
réchaud

chili con carne
340 ml
chili con carne
reg. 6,99
+TX

5.99



sandwich
au poulet
croustillant
205 g, choix varié
crispy chicken
sandwich
reg. 8,99
+TX

7.99

lunch facile



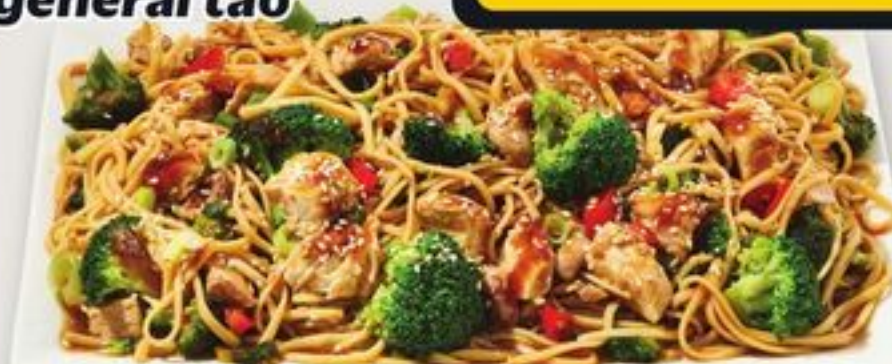
boîte à lunch
pains farcis, sandwichs, kaiser, 305-395 g, choix varié
lunch box
reg. de 6,99 à 7,99
+TX

2/13\$

ou à partir de
6.99
l'unité



linguine
général tao



spaghetti sauce
tomate et boulettes



FORMAT
ÉCONOMIQUE

Économisez plus de
10%
de rabais

en tout temps
sur les formats
économiques

*Rabais déjà appliqué sur le prix affiché

3-4
portions
par repas

à partir de

2.19
le 100 g

repas cuisinés
format économique
cooked meals, economic pack
à partir de 9,93/lb - 21,90/kg

magasins participants seulement

lasagne



pâté chinois



organisez vos journées

gaufres Eggo
Kellogg's
surglées
crêpes, 280-560 g
choix varié
Kellogg's Eggo
frozen waffles
reg. 7,49

5⁹⁹

lait au chocolat
Québon,
Sealtest,
Beatrice
2 L, choix varié,
consigne
Québon, Sealtest,
Beatrice chocolate milk
reg. de 7,19 à 7,39

5⁹⁹

tartinade
Double Fruit
375-500 ml,
Smucker's confiture
pure 500 ml,
Crochet's 383 ml,
choix varié
Double Fruit spread
reg. 7,99

6⁹⁹

produit d'ici

graines de
chia Prana
200-300 g,
choix varié
Prana chia seeds
reg. de 8,29 à 8,49

6⁹⁹

café
Lavazza
300-540 g,
250 g, Brûlé,
St-Denis 300 g,
choix varié
Lavazza ground
coffee
reg. de 17,29 à
21,99

15⁹⁹

crème Lactantia
Québon Ultra crème,
Sealtest, 5 %, 10 %, 15 %, 18 %, 475 ml, 35 %, 237 ml, choix varié
Lactantia cream
reg. de 3,99 à 4,79

3⁹⁹

lait finement
filtré Natrel
Lactantia Purifine,
2 L, choix varié
Natrel fine filtered
milk
reg. 5,29

4⁹⁹

produit d'ici

smoothie
Evive
surglée, 405-450 g,
choix varié
Evive frozen
smoothie
reg. 10,99

8⁹⁹

produit d'ici

oeufs poules en liberté,
oméga-3 Mieux-être Naturalia
Huon, Naturalia, cuisson plus, douce
Life Smart Naturalia Free run, oméga-3 eggs
reg. 6,99

4⁹⁹

produit d'ici

mini-fromages
Babybel
240 g, La Vache qui rit fromage 400 g,
choix varié
Babybel mini-cheeses
reg. de 9,99 à 10,29

8⁹⁹

produit d'ici

mélange à muffins
Isabelle Huot
à biscuits,
400-465 g,
choix varié
Isabelle Huot
muffin mix
reg. 5,99

4⁹⁹

jus réfrigéré Oasis
1,5 L à 1 L, choix varié
Oasis refrigerated juice
reg. de 5,99 à 6,49

4⁴⁹

préparation
Belsoy
crèmeuse de soja
ou d'avoine, 250 ml
Belsoy preparation
reg. 3,69

2⁹⁹

batonnets de beurre
Lactantia
My Country, 454 g, choix varié
Lactantia butter sticks
reg. 9,49

8⁴⁹

purée de
pommes
de terre
Betty Crocker
141-215 g, Hamburger
Helper, 175-220 g,
choix varié
Betty Crocker
mashed potatoes
reg. de 3,79 à 4,29

2⁷⁹

produit d'ici

pizza pochettes
McCain
surglées, 300 g, choix varié
McCain frozen pizza pockets
reg. 5,49

3⁹⁹

produit d'ici

mélange à sauce
St-Hubert
25 g

1⁶⁹

riz
Ben's Original
1,6-2,2 kg, choix varié
Ben's Original rice
reg. de 9,99 à 10,99

8⁹⁹

cocktail de
légumes
Garden
Cocktail
Muri's cocktail Clamato,
945 ml, choix varié,
consigne
Garden Cocktail
vegetable cocktail
reg. de 2,99 à 3,49

2⁴⁹

eau de source gazeifiée
Perrier, Maison Perrier
San Pellegrino eau minérale gazeifiée,
6-8/330-500 ml, choix varié, consigne
Perrier, Maison Perrier
carbonated spring water
reg. de 9,49 à 9,99

7⁹⁹

sauce
soya VH
380 ml, sauce
chinoise 341-355 ml,
choix varié
VH soya sauce
reg. de 4,49 à 5,49

3⁴⁹

nouilles
au poulet
Buldak
650-700 g,
choix varié
Buldak
chicken
noodles
reg. 10,99

9⁹⁹

mélange à soupe
Lipton, Knorr
4 entr., choix varié
Lipton, Knorr soup mix
reg. 3,99

3⁴⁹

huile d'olive
Bertolli
500 ml, choix varié
Bertolli olive oil
reg. 10,99

8⁹⁹

croustilles
Lay's Stax
155-163 g, choix varié
Lay's Stax potato chips
reg. 3,29

2⁴⁹

jus de tomate
Heinz
540 ml
Heinz tomato juice
reg. 2,69

2⁴⁹

produit d'ici

légumes
Arctic Gardens
surglés, 453 g, 1 kg, choix varié
Arctic Gardens frozen vegetables
reg. de 5,79 à 6,29

4⁴⁹

biscuits
Celebration
Leclerc
200-350 g, choix varié
Leclerc Celebration
cookies
reg. 4,99

3⁹⁹

économisez plus avec Selection

croustilles Selection
200 g, choix varié
Selection potato chips
reg. 2,49

1,99 ^{+TX}



amuse-gueule Selection
255-285 g, breizels 400 g, choix varié
Selection snacks
reg. 3,99

2,99 ^{+TX}



crème sure Selection
14 %, 250 ml
Selection sour cream
reg. 2,99

2,49



sauce
crèmeuse
Selection
245 ml, choix varié
Selection creamy
sauce
reg. 3,99

3,49

fromage
parmesan
râpé
Selection,
Irrésistible
250 g, choix varié
Selection, Irrésistible
shredded parmesan
cheese
reg. de 8,79 à 8,99

7,99



huile canola
Selection
végétale, 3 L
Selection canola oil

9,99



eau de javel
Selection
HE protecteur-fibres, 2,4 L
Selection liquid bleach
reg. 5,29

3,49 ^{+TX}

mayonnaise
Selection,
Mieux-être
750-890 ml, choix
varié
Selection, Life Smart
mayonnaise

4,99



sacs Selection
10-150 un., papier parchemin 10 m, pellicule moulante 60 m, choix varié
Selection bags
reg. de 3,49 à 4,79

3,29 ^{+TX}



produits d'ici à petits prix!

pains à hot-
dog ou à
hamburger
Selection
12 un., pain à
sandwich 720 g,
choix varié
Selection hot dog
or hamburger buns

2,99



jus ou cocktail
Selection
Mieux-être eau fruitée,
8/200 ml, choix varié
Selection juice or cocktail

3,79 ^{+TX}



poudre
pour gelée
Selection
85 g, choix varié
Selection jelly
powder

1,09



vinaigrette
Selection
425 ml, choix varié
Selection salad
dressing

2,99



boisson
gazeuse Selection
2 L, choix varié,
consigne
Selection soft drink
reg. 2,99

2,49 ^{+TX}



arachides
Selection
700-800 g, choix varié
Selection peanuts
reg. 5,99

4,99 ^{+TX}



quimaaves Selection
454 g, choix varié
Selection marshmallows
reg. 4,99

3,79 ^{+TX}



riz Selection
700-900 g,
Mieux-être plat
d'accompagnement
350-450 g,
choix varié
Selection rice
reg. de 4,29 à 5,79

3,99



assaisonnement Selection
110 g, choix varié
Selection seasoning
reg. 3,49

2,99



cornichons
Selection
1 L, choix varié
Selection pickles

3,99



parfum frais
AGGLOMERANTE
MULTICHAT
18 kg
Sélection
litière
reg. de 14,99 à 15,29

10,99 ^{+TX}



papier hygiénique Selection
18-30 rouleaux, essuie-tout de papier, 12 rouleaux, papier
mouchoirs 12/128, choix varié
Selection bathroom tissue
reg. de 14,99 à 15,29

13,99 ^{+TX}



nos offres à moins de 5\$

lait de coco Haiku 398 ml, nouilles 300 g, choix varié Haiku coconut milk reg. de 3,29 à 3,49 2.49	produit d'ici bouillon Campbell's 900 mL concentré 250 mL, choix varié Campbell's broth reg. 2,99 2.49	produit d'ici croustilles de maïs Que Pasa 300-350 g, salsa 400 mL, choix varié Que Pasa corn chips reg. de 5,49 à 5,79 4.49	produit d'ici JELLO strawberry fraise 15 CALORIES sans sucre Fruit-flavored gelatin 8 CALORIES sans sucre Fruit-flavored gelatin 25 points 4.49 goûters à la gélatée Jell-O 70g + pudding 4 1/2 x 106 g, choix varié Jell-O gel snacks reg. 4,99
ragout Cordon Bleu 410 g, choix varié Cordon Bleu stew reg. 5,99 4.29	Gattuso Sauce à pizza sauce à lasagne, 398 ml Gattuso pizza sauce reg. 3,99 3.29	Lysol nettoyant Lysol 650 ml (2 L), pour salle de bain 950 ml, pour cuvette 80-100 g, click gel 4 un., choix varié Lysol cleaner reg. de 5,29 à 5,99 3.99	Pastene chapelure Pastene 425 g, Panko 225 g, choix varié Pastene breadcrumbs reg. de 4,99 à 5,29 3.99



crâquelins Christie
Ritz, 180-200 g, mini Ritz
6/30 g, choix varié
Christie crackers
reg. 3,99

349



mini RITZ
sandwiches
6 SACHETS
180 g, 6 sachets



chocolat Swiss classic
Lindt
100 g, choix varié
Lindt Swiss classic chocolate
reg. 5,99

379



Lindt
SWISS CLASSIC
MILK-CHOCOLAT
100g



yogourt
Riviera
750 g, 4/120 g,
choix varié
Riviera yogurt
reg. de 5,79 à 6,79

399



croustilles multigrains
Sun Chips
205 g, choix varié
Sun Chips multigrain chips
reg. 4,99

399



olives
Unico
375 mL, choix varié
Unico olives
reg. 5,99

15 points

279



céréales granola
La Fourmi
283 g, Nuttreuse
180 g, choix varié
La Fourmi granola cereal
reg. 5,99

499

lait régulier, format 4 L



PARTICIPEZ À NOTRE SONDAGE

Répondez à notre sondage et
courez la chance
de gagner

1000\$
d'épicerie!

The advertised prices on these pages will be valid in your participating Quebec province Metro grocery stores from Thursday, January 1st to Wednesday, January 7th, 2026 until closing. Regular prices may vary over time and by store. 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. Metro inc. disclaims all liability in connection with or that may arise from the visuals provided by the various product suppliers with respect to the photos, logos, designs, typography and product origin. 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 programmoi.ca for terms and conditions. Moi is a trademark of Metro Inc. *Valid at Metro and Metro Plus stores across Quebec. If you aren't satisfied with the freshness of a fresh product (see details of participating fresh products in stores or on metro.ca) purchased at Metro, we will refund the price of the product (including taxes, if applicable) plus 10% of the price paid for the refunded product (before applicable taxes). The returned product must not have passed its expiry date nor already have been consumed. The refund request and credit must be requested within 3 days of the applicable purchase (except for exceptions) by returning the product in question along with its purchase receipt. We reserve the right to suspend, amend or terminate the program at any time without prior notice. This offer may not be redeemed for cash and is non-transferable. Not applicable to medications and other pharmacy products, alcoholic beverages, tobacco, lottery tickets, and products whose minimum price is regulated by law (for example, milk). We are currently working on updating the origin of all our products. This information comes from certification agencies, product suppliers, and other Metro partners. We cannot be held liable for any information that may prove to be inaccurate. Certain conditions apply. See details in stores and on metro.ca.

metro.ca

25\$

de rabais

*sur vos 3 premières
commandes en ligne**

**mêmes
prix et rabais
qu'en magasin**

magasiner l'offre

*Certaines conditions s'appliquent. Achat minimum de 75 \$ (avant taxes) requis. Détails sur metro.ca

AS-TU DU ~~FEU~~ ?

BEURRE DE PINOTTE

PRÉPARÉ AU QUÉBEC,
DEPUIS 1960



EN SAVOIR PLUS

