

des **économies** dans l'apais

rôti de
contre-filet
strapon roast
22.02/kg
reg. 3.79/lb
34.07/kg

chopine

**au même
prix** 170 g

**économies
dans l'apais**

2.88

bleuets
produit des E.-U.
et/ou importés du Pérou
et/ou du Chili, Cat. No. 1, chop.
blueberries
reg. de 4.99 à 5.99

bœuf
première qualité
metro
depuis 1947

**économies
dans l'apais**

7.99

/lb

cubes de bœuf à ragout
déossés

formal economic
boneless stewing beef cubes, economic pack
17.61/kg
reg. 11.66/lb - 25.77/kg

**économies
dans l'apais**

1.77

ch.

tomates raisins de serre
importées du Mexique, Cat. No. 1, 283 g
hothouse grape tomatoes
reg. 4.99 ch.

pommes Honeycrisp, Orléans Ambrosia
produit du Québec, Canada de l'agriculture, gr 66-113 apples

4,39/kg
reg. de 2,99/lb - 6,59/kg à 3,99/lb - 8,80/kg

économies dans l'apais
1.99 /lb

Honeycrisp

poivrons verts
produit des A.L. et/ou importés du Mexique green peppers

3,17/kg
reg. 3,99/lb - 8,80/kg

économies dans l'apais
1.44 /lb

Black Diamond
Extra Old • Extra-Port

400 g | 10% (moins 20%)

produit d'ici

fromage P'tit Québec, Black Diamond
400 g, choix vani Black Diamond, P'tit Québec cheese reg. 7,75

économies dans l'apais
4.97



Champignons Selection
234 ml, choix varié
Selection mushrooms
reg. 1,49

99¢



AYLMER
tomato soup
Soupe aux tomates
reg. 1,59 à 2,49

99¢



Mr. NOODLES
noodles instantanées
Mr. Noodles
85 g, choix varié
reg. 0,75

3/99¢



AYLMER
port of Crème
ignons
reg. 2,29

99¢



JELLO
orange
reg. 1,49

JELLO
strawberry fraise
reg. 1,49

JELLO
poudre pour gelée
Jell-O
91-85 g, choix varié
Jell-O jelly powder
reg. 1,89

99¢



LA CAGE
CLASSIQUE
CLASSIC
630g



Irresistible
côtes de dos de porc
BBQ
FULLY COOKED - ENTREMÉNÉ CUITES
reg. de 15,99 à 18,99

8.99



Irresistible
pizza crôte mince
Gusto Italiano
Irresistible
surgelée, 340-390 g
Irresistible pizza à la main 340-388 g, pain plat 340-378 g, choix varié
Irresistible Gusto Italiano frozen thin crust pizza
reg. 4,59

3.33

LA PIZZA
BACON, HAM, MOZZARELLA & CHEDDAR CHEESE
BACON, HAM, MOZZARELLA & CHEDDAR
reg. 4,99



gros fruit

économies dans l'tapis

2⁹⁹
ch.

très gros cantaloup
importé du Guatemala et du
Honduras, Cal. No 1, gr 9
jumbo cantaloupe
reg. 5,99



produit d'ici

économies dans l'tapis

2/5\$ ou **250**
Fun.

mini concombres
produit du Québec, sac à un
mini cucumbers
reg. 4,99



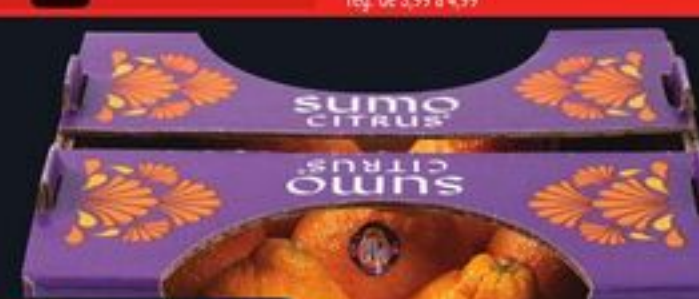
BIO **249**

produit d'ici

économies dans l'tapis

1⁹⁹

tofu Unisoja
préparé au Québec, 300-454 g, choix varié
Unisoja tofu
reg. de 3,99 à 4,99



économies dans l'tapis

9⁹⁹

mandarines sumo
importées du Pérou, Calisse 2 kg ou
mandarines sumo
produit des E.-U., calisse 7 un.
red mandarins or sumo mandarins
reg. de 9,99 à 13,99

la seule épicerie au
Québec à m'offrir
des points sur
tous mes achats

moi

1\$ = **1**
d'achat point



FAMILLE FONTAINE
Origines

économies dans l'tapis

9⁹⁹
/lb

jarrets d'agneau
Famille Fontaine
Origines
produit décongelé, env. 700 g
Fontaine Family Origines lamb
shanks
22,02/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg



frais

garantie
FRAÎCHEUR
TRAÇABLE
DE LA PÊCHE À LA TABLE

produit d'ici

économies dans l'tapis

9⁹⁹
/lb

filets d'aiglefin frais
sans arêtes, format économique
fresh haddock fillets, economic pack
22,02/kg
reg. 13,99/lb - 41,87/kg



produit d'ici

économies dans l'tapis

1⁹⁹
le 100 g

jambon Selection
choix varié
Selection ham
9,03/lb
reg. de 2,49/100 g - 11,29/lb à
2,99/100 g - 13,56/lb



Irrésistible

ARGENTINIAN
ARGENTINE
20-40
SHIMP - CREVETTES
LARGE - GROSSES
DANS L'EAU

économies dans l'tapis

7⁹⁹

crevettes sauvages
d'Argentine Irrésistible
surglées, non-cuites, pelées,
déveinées, sans queue, 20-40 un./lb,
300 g
Irresistible frozen
Argentinian wild shrimp
reg. 10,00



payez
5⁹⁹
et obtenez le

2^a 99^c

pistaches rôties Irrésistible
importées au Canada, 175-200 g, choix varié
Irresistible roasted pistachios
reg. 4,99



payez
1⁹⁹
et obtenez le

2^a 99^c

thon assaisonné
Clover Leaf
85 g, saumon 78 g, thon pâle
ensemble 170 g
Clover Leaf seasoned tuna
reg. de 2,49 à 2,69



THE KEG
BROWN
WITH THE KEG STEAK SAUCE
BRUNE
AVEC SAUCE À STEAK
THE KEG

payez
1⁹⁹
et obtenez le

2^a 99^c

mélange à sauce
St-Hubert
env. 21-32 g, Pâtes env. 45-47 g,
The Keg 22-31 g, choix varié
St-Hubert sauce mix
reg. de 2,39 à 2,49



produit d'ici

payez
2⁴⁹
et obtenez le

2^a 99^c

mini pain calabrese
200 g
mini calabrese bread
reg. 2,69



McCaïn
POCKET PIZZES
Pepperoni

Kellogg's
Eggo
originale

payez
4⁷⁹
et obtenez le

2^a 99^c

gaufres Eggo Kellogg's
surglées, 240 g, 60 g, 30 g, 15 g, 7 g, 3 g
d'or 270 g, choix varié ou
pizza pochettes
McCaïn
surglées, 300 g, choix varié
Kellogg's Eggo frozen waffles
or McCaïn frozen pizza pockets
reg. de 4,79 à 5,49



Leclerc
TRADITION
1905

payez
2⁹⁹
et obtenez le

2^a 99^c

biscuits Tradition
Leclerc
225-350 g, choix varié
Leclerc Tradition cookies
reg. 4,99



produit d'ici

payez
1⁹⁹
et obtenez le

2^a 99^c

légumineuses
Cedar
540 ml, choix varié
Cedar legumes
reg. 2,79



produit d'ici

payez
1⁹⁹
et obtenez le

2^a 99^c

fèves au
lard Clark
380 ml, choix varié
Clark pork'n beans
reg. de 2,79 à 3,69

Recevez une carte prépayée
Visa de 10\$ par courriel
à l'achat de 20\$ de produits
Maple Leaf participants



bacon Maple Leaf
375 g, précut 65-85 g,
choix varié
Maple Leaf bacon
reg. 9,99

5.99

BALAYEZ
pour téléverser
un reçu

Voir détail en magasin



FORMAT ÉCONOMIQUE

10.99

filets de poisson
High Liner
surpiqués, 425-540 g, choix varié
High Liner frozen breaded fish fillets
reg. 20,99

4.87

céréales General Mills
formats et choix variés
General Mills cereal
reg. de 8,99 à 9,99



4.99

crème glacée
Irresistible
1,5 L, mochi 6/30 ml, sorbet
946 ml, fraiseilles glacées
Irresistible, Mieux dire
3-6/68-100 ml, choix varié
Irresistible ice cream
reg. de 5,99 à 7,99



3\$ de rabais
de 2 produits

2\$ de rabais
de 2 produits

sortis du four pas de l'usine

5x
les points
moi

5
variétés

blanc
sésame
fromage
ail et herbes
ail herbes
et fromage

125¢
l'unité
4 unités

pains à
sous-marin 9"
4/100 g, choix varié
submarine sandwiches
reg. 5,49

83¢
l'unité
4,99
6 unités

pains à
sous-marin 6"
6/70 g, choix varié
submarine sandwiches
reg. 5,49

83¢
l'unité
4,99
6 unités

petits pains kaiser
6/70 g, choix varié
kaiser buns
reg. 5,49

137¢
l'unité
5,49
4 unités

pains à
sous-marin 12"
4/128 g, choix varié
submarine sandwiches
reg. 5,99

83¢
l'unité
4,99
6 unités

petits pains viennois
6/35 g
viennoise buns
reg. 3,99

83¢
l'unité
4,99
6 unités

petits pains panini
6/54 g, choix varié
panini rolls
reg. 5,49

83¢
l'unité
4,99
6 unités

petits pains viennois
6/35 g
viennoise buns
reg. 3,99

Voir détail en magasin.

festival des *petits pains*

5 variétés
blanc
sésame
fromage
ail et herbes
ail, herbe et
fromage

**cuits en
magasin**

**rehaussez vos idées
de lunch avec nos
variétés de pains!**

5X
les points*
moi



Pains à sous-marins
à l'ail, au fromage
et aux fines herbes



Petits pains
kaiser sésame



**autres
saveurs à
découvrir**



Petits pains
panini blancs



Petits pains
viennois blancs



Pains longs sous-marins
à l'ail et aux fines herbes



Pains sous-marin
au fromage

*Offre valide du 29 janvier au 4 février 2026 dans les magasins Metro et Metro Plus participants. S'applique aux pains sélectionnés. Selon la variété disponible en magasin. Jusqu'à épuisement des produits participants.

dîner Kraft
original, 12/200 g
Kraft Dinner
reg. 14,99

découvrez MA BOUQUETERIE



les orchidées

Voici comment bien l'entretenir

- pour arroser laissez tremper le pot de culture dans l'eau environ 10 minutes
- laissez égoutter avant de remettre dans son pot décoratif
- rempotez aux 2 ans avec un substrat pour les orchidées



orchidée Cascade 1 tige
Ma Bouquetterie
pot en céramique 3,5 po
Ma Bouquetterie orchid
cascading colored orchid

19⁹⁹
ch.

orchidée 1 tige
Ma Bouquetterie
pot en gris 5 po
Ma Bouquetterie orchid
1 stem

24⁹⁹
ch.

orchidée Cascade colorée 1 tige
Ma Bouquetterie
pot en céramique 5 po
Ma Bouquetterie cascading colored orchid

34⁹⁹
ch.

2x
vos points
moi



plante fleurie
Ma Bouquetterie
pot de métal 6 po
Ma Bouquetterie
blooming plant

18⁹⁹
ch.



cyclamen
Ma Bouquetterie
pot de plastique 6 po
Ma Bouquetterie cyclamen

15⁹⁹
ch.



kalanchoé
Ma Bouquetterie
pot de plastique 6 po
Ma Bouquetterie kalanchoe

13⁹⁹
ch.

potées fleuries

Voici comment bien l'entretenir

- enlever les fleurs fanées et les feuilles jaunies
- éliminez les tiges dégarnies avec un sécateur
- gardez la terre humide mais sans excès



plantes tropicales



plante tropicale premium
Ma Bouquetterie
assortie, pot de céramique 5 po
Ma Bouquetterie tropical premium plant

16⁹⁹
ch.



plante pachira
Ma Bouquetterie
pot de gris 5 po
Ma Bouquetterie pachira plant

19⁹⁹
ch.



succulentes assorties
Ma Bouquetterie
pot de gris 5 po
Ma Bouquetterie assorted succulent

19⁹⁹
ch.



bouquet
Ma Bouquetterie
Ma Bouquetterie bouquet

19⁹⁹
ch.

fraîcheur
garantie
7 jours

bouquets

Voici comment bien l'entretenir

- recoupez le bas des tiges en biseau sur environ 2 centimètres.
- taillez les feuilles du bas pour ne pas qu'elles trempent dans l'eau du vase.
- l'eau du vase doit être propre (changez tous les deux jours) et à température ambiante.



bouquet
Ma Bouquetterie
Ma Bouquetterie bouquet

24⁹⁹
ch.



arrangement floral
Ma Bouquetterie
Ma Bouquetterie floral arrangement

29⁹⁹
ch.

jusqu'au 18 février

nos offres ont fleuri



2X
les points*
moi



sur présentation de la
carte moi à la caisse

*Certaines conditions s'appliquent. Détails à programmemoi.ca. Metro et Moi sont des marques de commerce de Metro inc.

haché par nos bouchers
tous les jours

boeuf haché
extra-maigre
format économique
extra lean ground
beef, economic
pack
19,82/kg
reg. 10,19/lb -
22,65/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
8⁹⁹
/lb

rôti français non bardé
bardé, rôti de boeuf intérieur de ronde
no barded french style roast
28,64/kg
reg. 13,69/lb - 30,18/kg

12⁹⁹
/lb

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

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



MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

viandes de qualité préparées
par nos bouchers

biftecks de
contre-filet
format économique
striploin steaks,
economic pack
26,43/kg
reg. 13,99/lb -
44,07/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
11⁹⁹
/lb

produit
D'ICI

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

3⁹⁹
/lb

biftecks
attendris
biftecks sandwich escalope
d'intérieur de ronde,
format économique
tenderized steaks,
economic pack
28,64/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
12⁹⁹
/lb



foie de veau
de grain frais
fresh grain-fed
veal liver
33,05/kg
reg. 16,99/lb -
37,46/kg

14⁹⁹
/lb



rôti de bas de
palette désossé
coupe européenne
boneless bottom blade roast
28,64/kg
reg. 14,49/lb - 31,94/kg

12⁹⁹
/lb



côtelettes
de porc frais
désossées
choix varié, format
économique
fresh boneless pork
chops, economic pack
12,10/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
5⁴⁹
/lb



hauts de cuisses
de poulet frais
désossés
format économique
fresh boneless chicken
thighs, economic pack
19,82/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
8⁹⁹
/lb



côtes de flanc
de porc frais
format économique
fresh pork side ribs, economic pack
9,90/kg
reg. 5,29/lb - 11,86/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
4⁴⁹
/lb



pilons de poulet
format économique, poulet entier,
Cat. «A», moins de 2 kg (4,4 lb)
chicken drumsticks, economic pack
8,80/kg
reg. à partir de 4,49/lb - 9,90/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
3⁹⁹
/lb



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

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
11⁹⁹
/lb



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

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
5⁹⁹
/lb

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

découvrez nos marques privées

Irresistible

Life Smart
Mieux-être

Selection

produit d'ici

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

10⁹⁹

produit d'ici

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

7⁹⁹

produit d'ici

boeuf haché maigre Mieux-être Naturalia
454 g
Life Smart Naturalia lean ground beef
reg. 12,49

10⁹⁹

810

produit d'ici

poulet de grain entier biologique Mieux-être
env. 1,8 kg
Life Smart Organic grain-fed whole chicken
14,31/kg
reg. 7,49/lb - 16,51/kg

6⁴⁹

produit d'ici

cuisse de poulet Mieux-être Naturalia
env. 650 g
Life Smart Naturalia chicken legs
11,00/kg
reg. 5,49/lb - 12,10/kg

4⁹⁹

produit d'ici

poulet haché extra maigre Mieux-être
env. 450 g
Life Smart extra lean ground chicken
reg. 8,99

7⁹⁹

produit d'ici

viande pour fondue Selection
surgelée, 175-350 g, choix varié
Selection frozen meat for fondue
reg. 9,49

à partir de 6⁹⁹

Irresistible

MINI PIZZA BAGELS
surgelée, 216-500 g, choix varié
Irresistible, Life Smart, Selection frozen hors d'œuvre
reg. à partir de 8,99

à partir de 7⁹⁹

produit d'ici

lanieres de poitrines de poulet cuites Irresistible
200 g, choix varié
Irresistible cooked chicken breast strips
reg. 6,99

5⁴⁹

produit d'ici

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

13⁹⁹

produit d'ici

pâté aux trois viandes style maison Irresistible
surgelée, 635 g, choix varié
Irresistible frozen homestyle three-meat pie
reg. 9,99

8⁹⁹

produit d'ici

pâté au poulet Selection
surgelée, tourtière, 450 g
Selection frozen chicken pie
reg. 6,99

5⁹⁹

viandes d'ici

ROSE

C'EST EXCLUSIF!
chez metro

bavette de porc érable et chipotle
env. 200 g
érable chipotle pork flank
22,02/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

9⁹⁹

FAMILLE FONTAINE

bifteck d'intérieur de ronde Famille Fontaine
cristalline, 190 g
Famille Fontaine ground round steak
reg. 7,99

6⁹⁹

FAMILLE FONTAINE

osso buco de veau de grain Famille Fontaine
env. 400 g
Famille Fontaine grain-fed veal osso buco
44,07/kg
reg. 30,99/lb - 46,27/kg

19⁹⁹

Théberge

C'EST EXCLUSIF!
chez metro

côtelettes de porc fumées Théberge
env. 500-600 g, choix varié
Théberge smoked pork chops
19,82/kg
reg. 10,99/lb - 24,23/kg

8⁹⁹

duBreton

filet de porc duBreton
env. 450 g, choix varié
duBreton pork tenderloin
26,43/kg
reg. à partir de 18,99/lb - 28,64/kg

11⁹⁹

Nagano

côtelette de porc Nagano
cristalline, coupée, 400-500 g
Nagano pork chop
28,54/kg
reg. 11,99/lb - 24,30/kg

12⁹⁹

Hygrade

produit d'ici

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

5⁹⁹

LA FERNANDIERE

produit d'ici

saucisses La Fernandière
375 g, choix varié
La Fernandière sausages
reg. 6,99

5⁴⁹

Le ter.

produit d'ici

bologna Lesters
600-675 g, choix varié
Lesters bologna
reg. 7,49

6⁹⁹

produit d'ici

porc effiloché Plaisirs Gastronomiques
poulet au bœuf, surgelé, 400-480 g, choix varié
Plaisirs Gastronomiques pulled pork
reg. 9,99

7⁹⁹

WONG WING

produit d'ici

pâtés impériaux Wong Wing
surgelés, 680 g, rouleaux de printemps
360-486 g, mets chinois 400 g,
riz frit 500 g, dumplings 424 g, choix varié
Wong Wing frozen egg rolls
reg. 8,49

8⁴⁹

MÈRE MICHEL

produit d'ici

ailles de poulet Mère Michel
surgelées, 505 g, choix varié
Mère Michel frozen chicken wings
reg. 13,99

11⁹⁹

FLAMINGO

produit d'ici

portions de poulet Flamingo
surgelées, 305-730 g, choix varié
Flamingo frozen chicken portions
reg. 15,99

13⁹⁹

Pogo

produit d'ici

saucisses enrobées de pâte Pogo
surgelées, 960 g, 1,5 kg, choix varié
Pogo frozen breaded wieners
reg. 20,99

18⁹⁹

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

les délices de la mer

médallions de pétoncles à la poêle

cliquez ici

179^{ch.}

grosses crevettes arctiques hautes

Irresistible surgelées, non-cuites, avec carapace, 340 g. Irresistible frozen garlic fine herbs large shrimp.

12⁹⁹

à l'achat d'un repas sélectionné obtenez 40% sur le 2^e moins cher

6⁹⁹

moules bleues fraîches Canadian Cove

907 g. Canadian Cove fresh blue mussels reg. 8,99

produit d'ICI

metrogo!

tournedos de saumon

Garnis de saumon, rôti de saumon, filets de saumon assésonnés, choix varié, 12 portions économiques. Saumon tournedos, economic pack reg. 13,99/26,40 kg.

17⁹⁹

casse-croûte de la mer

220-440 g, choix varié seafood snack reg. de 8,99 à 16,99

7⁹⁹

produit d'ICI

55 points

10⁹⁹

saumon fumé Fumoir des Cantons-de-l'Est

140 g, choix varié Fumoir des Cantons-de-l'Est smoked salmon reg. 11,99

9⁹⁹

filets de saumon rose sauvage du Pacifique Highliner

surgelés, 400 g Highliner wild caught Pacific salmon fillets reg. 11,99

8⁹⁹

rouleaux de sole ou de saumon farcis

surgelés, 140-210 g, choix varié 7 Seas frozen stuffed salmon pinwheel reg. 9,99

5⁹⁹

pétoncles cuits

pétoncles cuits pour salade Clear Ocean surgelés, 80-120 un./lb. 227 g Clear Ocean frozen salad scallops reg. 7,99

12⁹⁹

calmars croustillants Irresistible

surgelés, sel-poivre, 340 g Irresistible frozen crispy calamari reg. 9,99

8⁹⁹

calmars croustillants Irresistible

surgelés, sel-poivre, 340 g Irresistible frozen crispy calamari reg. 9,99

7⁹⁹

produit d'ICI

12⁹⁹

11⁹⁹

fruits de mer et crevettes

8⁹⁹ 9⁹⁹ 10⁹⁹ 11⁹⁹ 12⁹⁹

à partir de 8⁹⁹

SHRIMP SKEWERS BROCHETTES DE CREVETTES

HERBES & GARLIC marquées, surgelées, 300-907 g, choix varié Irresistible frozen shrimp or seafood

8⁹⁹

Offre valide dans les magasins Metro et Metro Plus participants. S'applique sur les fruits de mer sélectionnés. Selon la variété disponible en magasin. Jusqu'à épuisement des produits participants. Nous nous réservons le droit de suspendre, de modifier ou de mettre fin à ce programme en tout temps sans préavis.

FORMAT ÉCONOMIQUE

12 unités

8 unités

9⁹⁹

10⁹⁹

700⁺

300⁺

55 points

10⁹⁹

100 points

19⁹⁹

fourchette bleue

pour une saine gestion des ressources marines

Fourchette bleue est un écocuide qui vise la mise en valeur des ressources marines du Saint-Laurent.

produit d'ICI

filets de sébaste

format économique rockfish fillets, economic pack 19,82/kg reg. 11,99/lb - 26,43/kg

8⁹⁹

flétan de l'Atlantique Pêcherie Manicouagan

surgelé, 200 g Manicouagan Fisheries frozen Atlantic halibut reg. 16,99

14⁹⁹

sauce aux fruits de mer Pêcherie Manicouagan

surgelée, 200 ml Manicouagan Fisheries frozen seafood sauce reg. 11,99

10⁹⁹

mactres de Stimpson Pêcherie Manicouagan

142 g Manicouagan Fisheries arctic surf clams reg. 12,99

9⁹⁹

algues en flocons Océan de Saveurs

20-35 g, choix varié Océan de Saveurs seaweed reg. 16,99

9⁹⁹

sébaste Chasse-Marée

175 g, choix varié Chasse-Marée redfish reg. 12,99

11⁹⁹

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

**fraîchement
sorties du four**

PAIN D'OR
APRÈS

metro

cuits en magasin

feuilles de palmier
4/77 g, chaussons 4/80-88 g,
bâtonnets 4/54 g, choix varié
palm leaves
reg. de 4,99 à 6,49

**4\$
de rabais
à l'achat de 2**

metro

**produit
d'ici**

metro

4\$
de rabais
à l'achat de 2

**produit
D'ICI**



produit d'ici

beignes
12/38 g. biscuits
12/31-38 g.
choix varié
donuts
reg. de 6,49 à 7,99

à partir de

5.99

metro

beignes
12/38 g. biscuits
12/31-38 g.
choix varié
donuts
reg. de 6,49 à 7,99

à partir de
599

croissants
100 % beurre
10/57 g
0 % butter croissants

100 % butter croissants

677

muffins Irrésistible
600 g. choix varié
Irrésistible muffins

699

Selection

BROWNIES

Moist & Fudgy
Moelleux et fondant

608 g

brownies
Selection

Selection
moelleux et
fondants, 608 g
Selection brownies
reg. 9,99

899

produit D'ICI

pita
225 g, choix varié
reg. 2,59

1⁹⁹

produit D'ICI

croustilles
225 g, choix varié
reg. 2,59

3⁹⁹

produit D'ICI

tortillas Mejicano
400-564 g, choix varié
Mejicano tortillas
reg. de 5,99 à 6,29

à partir de 5⁴⁹

produit D'ICI

crûtes à pizza Stonefire
minces, 400 g
Stonefire pizza crust
reg. 6,99

6⁴⁹

fraisement garnis sur demande

canoli à la crème de ricotta
3/80 g
ricotta cream-filled canoli

6⁹⁹

mini biscuits Tasty Selections
18/16 g, choix varié
Tasty Selections mini cookies
reg. 4,99

4⁴⁹

gâteau tranché Sélection
350-400 g, choix varié
Sélection sliced cake
reg. 5,99

5⁴⁹

baguette française
baguette ciabatta, 325 g, choix varié
french baguette
reg. de 3,49 à 4,69

à partir de 3²⁹

produit D'ICI

café Selection
150 g, choix varié
Selection coffee
reg. 2,99

6⁹⁹

beignes Selection
crème Boston, 510 g
Selection donuts
reg. 2,99

5⁴⁹

beignes
504-552 g, choix varié
donuts
reg. 5,99

7⁴⁹

produit D'ICI

carres Selection
300-450 g, rouleaux suisse 400 g
choix varié
Selection squares
reg. de 1,99 à 3,79

à partir de 7⁴⁹

produit D'ICI

panes à hamburger
brioche Irrésistible
4 un.
irrésistible hamburger brioche buns
reg. 5,19

4⁹⁹

produit D'ICI

panes à hamburger
brioche Irrésistible
4 un.
irrésistible hamburger brioche buns
reg. 5,19

4⁴⁹



fraîchement garnis
sur demande

cannoli à la crème de ricotta
3/80 g
ricotta cream-filled cannoli

prix spécial
4,99

**pains à hamburger
brioche Irrésistible**
4 un.
Irrésistible hamburger brioche buns
reg. 5,19



Steak tranché Sélection
400 g, choix varié
sélection sliced cake
\$5.99

Donut Selection
Boston, 510 g
donuts
93



549

699

baguette fra
baguette ciabatta,
french baguette
ron. da 3,62 a 4,60

pain plat naan
Irrésistible
192-240 g, pain
sandwich naan carré
360 g, Selection tortillas
408 g, choix varié
Irrésistible naan
flatbread
reg. de 3,99 à 4,99

399

croûtes à pizza
Stonefire
minces, 460 g
Stonefire pizza crust
reg. 6,99

649

à partir de
329

carres Selection
400-450 g. roulés suisse 400 g.
choix varié
Selection square
reg. de 7,99 à 8,79

à partir de
749

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

**tranché sur place,
prêt pour les lunches!**

produit d'ici

jambon Selection
choix varié
Selection ham
9,03/lb
reg. de 2,49 le 100 g
11,23/lb à 2,99 le 100 g
13,56/lb

199
le 100 g

produit d'ici

pepperoni 88 Roma
Roma pepperoni 88
9,03/lb
reg. 2,39 le 100 g - 10,84/lb

199
le 100 g

produit d'ici

rôti de poitrine de dinde
Irresistible Artisan
choix varié
Irresistible Artisan turkey breast roast
20,37/lb
reg. 4,79 le 100 g - 21,73/lb

449
le 100 g

produits d'ici

pâté de campagne ou de foie
La Belle Bretagne
150 g, choix varié
La Belle Bretagne country
Style or liver pâté
reg. 4,99

25 points

449

produit d'ici

salade St-Hubert
100 g, choix varié
St-Hubert salad
reg. 4,99 à 5,99

à partir de

449

cretons Bilopage
choix varié
Bilopage cretons
reg. de 6,99 à 7,49

à partir de

649

soupe ou potage
Commensal
600 ml, choix varié
Commensal soup
reg. 7,99

699

produit d'ici

gouda
Monsieur Gustav
sans lactose,
170 g, choix varié
Monsieur Gustav
gouda cheese
reg. de 7,99 à 8,49

à partir de

749

fromage râpé
Riviera
sans lactose, 150-170 g,
flocons de parmesan
150 g, choix varié
Riviera shredded cheese
reg. 8,99

40 points

749

produit d'ici

Natural selections
Oven Roasted Turkey Breast
Poitrine de dinde rôtie au four
reg. 8,99

émincé de poitrine de dinde
Natural Selections Maple Leaf
poitrine de poulet, jambon, 175 g
Schneiders émincé de jambon ou
de poitrine de dinde, 150-175 g,
choix varié
Maple Leaf Natural Selections
shaved Turkey breast
reg. 8,99

prix spécial

849

prix membre

749

économisez plus avec

Selection

produit d'ici

émincé de jambon Selection
haché, 400 g, choix varié
Selection shaved ham
reg. 11,49

1049

feta Selection
200 g, choix varié
Selection feta cheese
reg. 6,49

599

trio de charcuteries en tranches
Selection
salami-pepperoni-jambon
fumé, 250 g
Selection sliced deli cold
cuts trio
reg. 6,99

599

pepperoni tranche Selection
375 g
Selection sliced pepperoni
reg. 7,49

699

Prosciutto tranché
San Daniele
100 g, Mastro salami
125-150 g, choix varié
San Daniele prosciutto
reg. de 7,99 à 8,29

à partir de

699

fromage raclette
Oka
min. 400 g
Oka raclette cheese
18,10/lb

399
le 100 g

fromage raclette
Monsieur Gustav
150 g
Monsieur Gustav raclette
cheese

8\$

trio de charcuteries
Mastro
100-175 g, choix varié
Mastro deli cold cuts trio
reg. 8,49

699

charcuterie gran piatto
Mastro
sans gluten, 200 g
Mastro gran piatto
deli cold cuts
reg. 14,49

1049

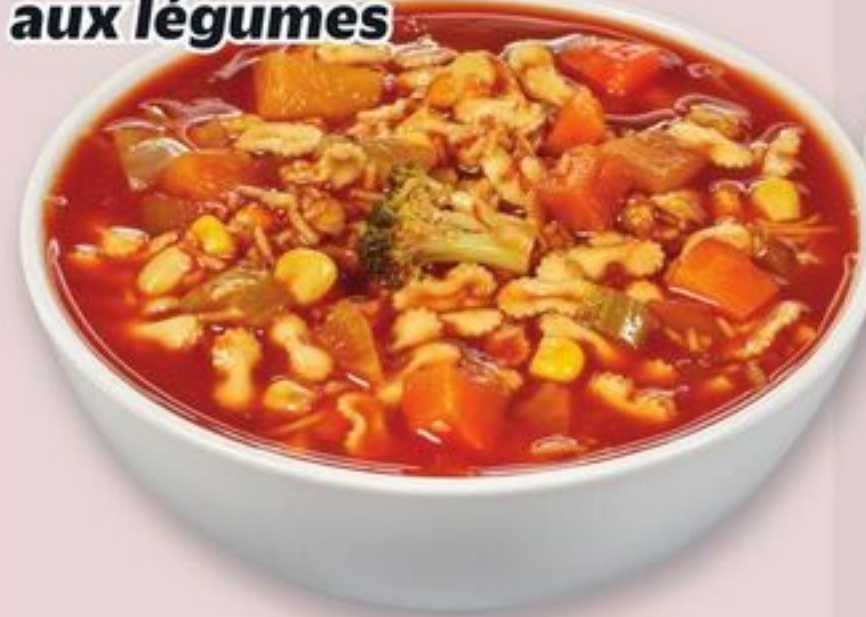
fraîcheur garantie **ou argent remis +10%**

metrogo! parce que ta journée mérite
des pauses délicieuses

en
magasin
et en
ligne

**pour combler toutes tes
envies pour l'heure du lunch**

**soupe
aux légumes**



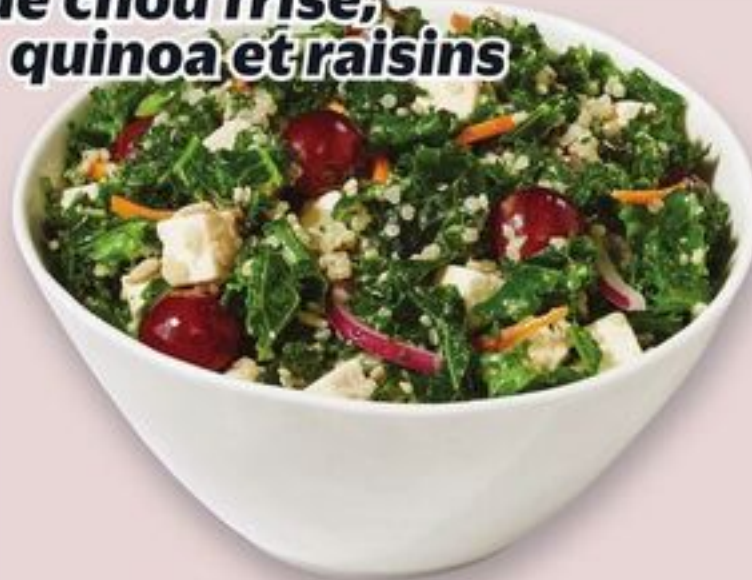
**crème de
carottes**

soupe
400 ml, choix varié
soup

4.99

magasins participants seulement

**salade chou frisé,
feta, quinoa et raisins**



salade
choix varié
salad
à partir de 10,39/lb

**à partir de
2.29**
le 100 g
+TX

magasins participants seulement

**salade couscous
marocaine**



poulet BBQ



**à partir de
5.99**
+TX

wrap
205-240 g, kaiser 175 g, choix varié
wrap

**dinde fumée
fromage**



le plaisir d'un bon souper

**bol repas
hawaïen**



bol repas
380-395 g, choix varié
bowl meal

11.99
+TX

**bol repas
saumon
sésame**



lasagne



pâté chinois



**spaghetti
boulettes**



**3-4
portions
par repas**

**linguine
général tao**



repas
choix varié, format économique
meal, economic pack
à partir de 9,48/lb

**à partir de
2.09**
le 100 g
+TX

FORMAT
ÉCONOMIQUE

**penne aux
saucisses italiennes**



**boulettes
général tao**



magasins participants seulement

organisez vos journées

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

25 points

4.49

produit d'ici

tartinade originale Lactantia
1,28 kg, Olivina,
Altitude santé margarine
molle, 850 g
Lactantia original spread
reg. 7,89

6.99

produit d'ici

bâtonnets de fromage Amooza! Twists
228 g, choix varié
Amooza! Twists
cheese sticks
reg. 8,49

7.99

produit d'ici

barres Selection
300 g, choix varié
Selection bars

2.79

produit d'ici

NATURE VALLEY
PROTEINES
VAL NATURE

5.49

céréales General Mills, Val Nature, Kellogg's
formats et choix variés
General Mills, Nature Valley, Kellogg's cereal
reg. de 7,49 à 8,79

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

5.49

produit d'ici

fromage cottage Selection
Mieux-être, 500 g
Selection cottage cheese
reg. 3,99

3.49

produit d'ici

yogourt végétal Riviera
500-550 g, 4/110-120 g, choix varié
Riviera vegan yogurt
reg. 7,19

5.49

produit d'ici

oeufs blancs Selection
rôtis, Naturel, calibre gros, 18 un.
Selection white eggs
reg. 5,29

5.99

produit d'ici

yogourt crémeux Yoplait
Source 0%, 16 x 100 g, choix varié
Yoplait creamy yogurt
reg. 5,29

6.99

produit d'ici

sandwich Smucker's Uncrustables
4/52-58 g, choix varié
Smucker's Uncrustables sandwich
reg. 5,99

5.49\$

Valeur de

voir réduction sur reçu de caisse

café moulu Folgers
54x316 g, choix varié
Folgers ground coffee
reg. 27,99

à l'achat de

ANNONCÉ À
à partir de 22,99\$

Toaster Strudels Pillsbury
surgelées, 326 g, Toaster Scrambles
204 g, choix varié
Pillsbury frozen Toaster Strudel
reg. de 4,99 à 5,99

3.99

prix spécial

Toaster Strudel Pillsbury
surgelées, 326 g, Toaster Scrambles
204 g, choix varié
Pillsbury frozen Toaster Strudel
reg. de 4,99 à 5,99

2.99

prix membre

concours Metro et moi

Délicieux et Facile à Digérer

Lactantia
Crème sans lactose
35 %, 473 mL
35 % 1 L
Crèmes variétés
Reg. 5,99 à 6,99

5.29\$

Lactantia
Lait sans lactose, 2 L
Crèmes variétés
Reg. 5,99 à 6,99

5.99\$

Lactantia
Lait sans lactose, 4 L
Crèmes variétés
Reg. 10,99 à 11,99

11.79\$

Achetez 1 lait ou 1 crème Lactantia sans Lactose
et courez la chance de **gagner**
1 des 3 cartes-cadeaux Metro de **500\$**

pour participer

- 1 achetez un lait ou une crème Lactantia Sans Lactose
- 2 présentez votre carte moi à la caisse
- 3 Vous êtes automatiquement inscrit

POM
DEPUIS 1899

NOUVEAU

PLUS DE PROTEINES
PLUS DE CHOIX!

2\$ DE RABAIS À L'ACHAT
DE 2 PAINS TRANCHÉS
POM PROTEINES - 600 G
Voir réduction sur reçu de caisse

PAIN TORTILLAS PROTEINES
330 G
PRIX RÉGULIER: 7,29\$

5.99

PAIN BAGEL PROTEINES, 5 UNITÉS
450 G
PRIX RÉGULIER: 7,29\$

5.99

organisez vos fins de journées

sauce à pizza
Gattuso
398 ml
Gattuso pizza sauce
reg. 3,99

3²⁹



2⁹⁹

fruits en coupe Dole
4/107 ml, en gelée 4/123 g, choix varié
Dole fruit cup
reg. 4,99



6⁹⁹

eau pétillante San Pellegrino
canettes 4/120 ml, choix varié, consigne
San Pellegrino sparkling water
reg. 8,79



2⁴⁹

jus de tomate
Heinz
540 ml
Heinz tomato juice
reg. 2,49



croustilles de légumes
Terra
141 g
Terra vegetable chips
reg. 4,49

3⁹⁹



nettoyant à vitres
Bon Ami
560 g, Windox 765-950 ml,
tout usage 765 ml,
Scrubbing Bubbles nettoyant
tout usage 946 ml, 385 g,
pour saïler de bain 946 ml,
567 g, pour cuvette 6 un.,
Fantastik tout usage 650 ml,
choix varié
Bon Ami glass cleaner
reg. de 6,59 à 7,99

4⁹⁹



fromage rapé
Selection
330 g, irrésistible
parmesan rapé
226 g, choix varié
Selection shredded
cheese
reg. de 7,79 à 7,99

5⁹⁹



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

15 points

2⁴⁹



huile d'olive
extra vierge
O-Live & Co
1 L
O-Live & Co extra
virgin olive oil
reg. 24,99

19⁹⁹



pesto irrésistible
270 ml, choix varié
Irresistible pesto
reg. 4,99

4⁴⁹



croustilles
Miss Vickie's
190-200 g,
choix varié
Miss Vickie's
potato chips
reg. 5,29

4⁴⁹



mais à
éclater
Orville
248-492 g,
choix varié
Orville popping
corn
reg. 7,99

5⁴⁹



mayonnaise
Hellmann's
710-950 ml, choix varié
Hellmann's mayonnaise
reg. 7,49

6⁹⁹



soupe Haiku
instantané Neve de soja, 398 ml,
lait d'accompagnement 250g,
citrone 270 g, assaisonnement
miso 50 g, choix varié
Haiku soup
reg. de 4,99 à 5,79

4⁷⁹



APPORTEZ DES COLLATIONS POUR LE GRAND MATCH

2,99 \$ +Tx

Croustilles Pringles®
(194 g - 203 g)
Collations soufflées
Pringles® Mingles™ (155 g)
prix régulier 4,99 \$ à 5,49 \$ +Tx



2,99 \$ +Tx

Craquelins Cheez-It
Snap'd® (213 g)
Craquelins Town House®
(247 g - 391 g)
prix régulier 4,99 \$ à 5,49 \$ +Tx



3,49 \$ +Tx

Barres Rice Krispies® (154 g - 198 g)
Barres Kashi® (175 g - 200 g)
Barres Special K® (165 g)
prix régulier 5,29 \$ +Tx



Yum Yum POUR UN MATCH PARFAIT!

2⁹⁹

Croustilles Yum Yum
formats 170-200g
saveurs variées
rég : 3,99

Fièrement d'ici



GRATUIT

Sac croustilles Yum Yum
formats 170-200g
Valeur de 2,99



À L'ACHAT DE 2 SACS DE NOIX KRISPY KERNELS

3⁹⁹

Formats et saveurs variés.

Krispy que c'est bon!
PIUS C'EST QUEBÉCOIS!



pour vos après-ski

crémier à café
Baileys
400 ml, choix varié
Baileys coffee creamer
reg. 4,79

20
points

379

produit d'ici

produit d'ici

449

eau de source naturelle Eska
12 500, consigne
Eska natural spring water
reg. 5,79

bouillon concentré
Simply Kosy
400 ml, choix varié
Simply Kosy concentrate broth
reg. 10,99

899

produit d'ici

produit d'ici

soupe Stefano
Faïta
605 ml, choix varié
Stefano Faïta soup
reg. 7,49

649

mélange à muffins
Madame Labriski
pour pain aux bananes,
à brownies, 350-450 g,
choix varié
Madame Labriski
muffin mix
reg. 8,99

699

produit d'ici

produit d'ici

boisson énergisante
Guru
canettes 4/355 ml,
choix varié, consigne
Guru energy drink
reg. 12,49

899

colorant à café
International Delight
946 ml, rehausseur de café
369-396 g, Silk garniture
réfrigérée 369 g, choix varié
International Delight
coffee whitener
reg. de 6,99 à 7,49

649

produit d'ici

café moulu
ou en grains
Brûleries Faro
600-900 g, choix varié
Brûleries Faro coffee
beans or ground coffee
reg. 25,99

2299

produit d'ici

café en grains
biologique
Café William
300-340 g, café moulu
300 g, Barista capsules
de café K-Cup 16 un.,
choix varié
Café William organic
coffee beans
reg. de 14,99 à 17,49

1399

produit d'ici

amandes ou
fruits enrobés
de chocolat
Irrésistible
300-340 g, choix varié
Irrésistible chocolate
coated almonds or fruits
reg. 8,79

799

25
points

bonbons
Maynards
305-515 g, choix varié
Maynards candies
reg. 5,99

499

25
points

399

jus ou boisson
Minute Maid
8-10/200 ml, Déjà-Cinq boisson
aux agrumes 8/200 ml, Fuzé
the glaze 10/200 ml, choix varié
Minute Maid juice or drink
reg. de 4,99 à 5,49

379

TX

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

gratuit

friandises
chocolatées Nestlé
95-105 g, choix varié
Nestlé chocolate treats
reg. 4,49

Valeur de
4,49\$

TX

voir réduction sur reçu de caisse

**à l'achat
d'une**

friandises
chocolatées
Nestlé
219-354 g, choix varié
Nestlé
chocolate treats
reg. 12,49

**ANNONCÉES À
9,99\$**

TX

COUREZ LA CHANCE DE GAGNER UNE ESCAPADE DE RÊVE AU CŒUR DES ROCHEUSES CANADIENNES

Carlsberg

CAISSE DE 12 BOUTEILLES OU CANETTES

2299\$

+TAXES ET CONSIGNE

PRIX RÉGULIER **2599\$**

SLEEMAN

CAISSE DE 12 CANETTES

2099\$

+TAXES ET CONSIGNE

PRIX RÉGULIER **2399\$**

UNIBROUÉ

CAISSE DE 12 CANETTES

2299\$

+TAXES ET CONSIGNE

PRIX RÉGULIER **2599\$**

BUD LIGHT

OBTENEZ
GRATUITEMENT
UNE BOÎTE DE CÔTES LEVÉES LA CAGE
À L'ACHAT D'UNE CAISSE DE 24 CANETTES BUDWEISER OU BUD LIGHT

LA CAGE

Côtes de dos culres La Cage, 630g
Valeur de **899\$**

2099\$

+ taxes
et consigne

12 Canettes 355 ML

Aussi disponible: Goose IPA, Joffrue, Ciboire, Bo-Père

2199\$

Prix régulier

partenaire officiel des Jeux Olympiques d'hiver 2026



Florence Brunelle
Olympienne
Patinage de vitesse
sur courte piste



FIER PARTENAIRE

Équipe Canada aux Jeux olympiques d'hiver de Milano Cortina 2026:
le Québec est en mode victoire!



© P&G, 2026



34⁹⁹
5X les points

assouplisseur de tissus Downy
Gain, 1,66-2,63 L, 120 un., détergent pour la lessive 2,6 L, rehausseur de parfum 303-379 g, Bounce assouplisseur 120-200 un., Ivory détergent pour la lessive 2,6 L, choix varié, Downy fabric softener reg. de 13,99 à 15,99



9⁹⁹
5X les points



10⁹⁹
5X les points



4⁹⁹
5X les points



4⁴⁹
5X les points

3⁹⁹
5X les points



5⁹⁹
5X les points



4⁹⁹
5X les points



1⁹⁹
5X les points



22⁹⁹
5X les points



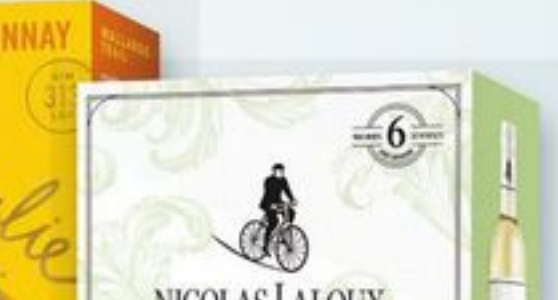
20⁹⁹
5X les points



14⁹⁹
5X les points



5\$ de rabais



2\$ de rabais



2\$ de rabais



7⁹⁹
5X les points



19⁹⁹
5X les points



5⁹⁹
5X les points



9⁹⁹
5X les points



1⁹⁹
5X les points



2⁹⁹
5X les points



FORMAT ÉCONOMIQUE

achetez gros économisez gros
avec plus de 350 produits
disponibles en magasin et en ligne

2/1148 6.99 l'unité

Life Smart Mieux-être
10 g OF PROTEIN DE PROTEINES
WHITE Cheese - Fromage BLANC
23% MIEUX-ÊTRE
9% MIEUX-ÊTRE
50% MIEUX-ÊTRE
375 g

fromage Selection
400 g, Mieux-être 375 g, choix varié
Selection cheese

9.99

Life Smart Mieux-être
NO SUGAR ADDED
5 APPLE
5 APPLE PEACH
5 APPLE STRAWBERRY
5 APPLE BLUEBERRY

collation aux fruits Mieux-être
20/90 g, Selection fruits en coupe 20/107 ml, choix varié
Life Smart fruit snack

9.29

légumes Selection surgelés, 1,25-1,75 kg, choix varié
Selection frozen vegetables

SPAGHETTI Mix-Mélange
JUMBO PACK 1.5 kg

produit d'ici

24.99

noix Selection, Mieux-être
1.73 kg, choix varié
Selection, Life Smart nuts

DELUXE MIXED NUTS & SEEDS NOIX

17.99

mélange de jujubes Selection
1.25-1.5 kg, choix varié
Selection gummy mix

GUMMY MIX

12.49

barres tendres Quaker
215-240 g, choix varié
Quaker Chewy bars

CHewy
CHOCOLATE CHIP
JUMBO PACK 1.5 kg

produit d'ici

2/10\$ 5.49 l'unité

sauce pour pâtes Mieux-être biologique
700 ml, choix varié
Life Smart pasta sauce

ORGANIC BIOLOGIQUE

31.99

capsules de café Irresistible
K-Cup 72 un, choix varié
Irresistible coffee capsules

100% COLOMBIEN
72 capsules

l'événement 1\$ 2\$ 3\$ 4\$ 5\$

2\$ pâté à sandwich Paris Pâté
78 g, choix varié
Paris Pâté sandwich spread
reg. 3.19

PARIS PÂTE

3\$ sauce crémeuse Selection
245 ml, choix varié
Selection creamy sauce
reg. 3.99

SELECTION
SOUTHWEST STYLE
CHIPOTLE
STYLE Creamy Sauce

3\$ épices La Grille Club House
65-203 g, choix varié
Club House La Grille spices
reg. 6.49

épices La Grille Club House

3\$ tortillas Old El Paso
144-334 g, riz mexicain
215 g, ensemble tacos
164-165 g, sauce tacos
243 ml, choix varié
Old El Paso tortillas
reg. de 3.99 à 5.79

OLD EL PASO
COQUILLES À TACOS
TOUT PLAIN
TORTILLAS

3\$ pâtes alimentaires Catelli
500 g, choix varié
Catelli pasta
reg. 4.75

CATELLI
CLASSIC / CLASSIQUE
MACARONI

3\$ cornichons Selection
1 L, choix varié
Selection pickles
reg. 3.99

SANDWICH ANETH CORNICHONS

1\$ soupe instantanée Sapporo
100 g, choix varié
Sapporo instant soup
reg. 1.49

SAPPORO
ICHIBAN ORIGINAL

1\$ mélange à trempette Club House
25-45 g, choix varié
Club House dip mix
reg. 1.69

CLUB HOUSE
Salade à Trempette
Salades et Trempettes

5\$ cocktail ou jus de canneberge Ocean Spray
1,77-1,89 L, choix varié
Ocean Spray cranberry cocktail or juice
reg. de 5.49 à 6.29

Ocean Spray
Canneberges

5\$ barres B-Ready Nutella
132 g, Made Good
couppes d'avocat 175 g, choix varié
Nutella B-Ready bars
reg. de 6.49 à 6.99 vte

NUTELLA
B-READY

4\$ shortening tout végétal Crisco
454 g, choix varié
Crisco all vegetable shortening
reg. 4.79

CRISCO
Tout Végétal

2\$ riz Vite & Bon Ben's Original
132 g, choix varié
Ben's Original Fast & Fancy rice
reg. 2.49

BEN'S ORIGINAL
Fast & Fancy Vite & Bon

chaque jour

à bas prix

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

produit d'ici

sucre blanc granulé

Redpath

2 kg

Redpath granulated white sugar

349

chocolat Irrésistible

300 g, choix varié

Irrésistible chocolate

799

eau gazeifiée

Selection

12/355 mL choix varié, consoigne

Selection carbonated water

599

sauce Chili Heinz

455 mL, choix varié

Heinz Chili sauce

599

huile d'olive Selection

1 L, choix varié

Selection olive oil

1299

dîner Irrésistible, Mieux-être

surgelé, 230-320 g, choix varié

Irrésistible, Life Smart frozen dinner

399

café moulu Melitta

652 g, choix varié

Melitta ground coffee

2349

eau de source

Selection

24/500 mL

Selection water

399

72% COCOA

DARK CHOCOLATE

CHOIX VARIÉ

MILK CHOCOLATE

CHOIX VARIÉ

CHOCOLAT AU LAIT

Selection

12/355 mL

CHOIX VARIÉ

Selection

12/355 mL

CHOIX VARIÉ

produit d'ici

SWED. MEATBALL BOULETTES EN VIANDE À LA SUÉDOISE

230 g

230 g

230 g

ATYPIQUE

• MOCKTAILS •

ATYPIQUE

NON-ALCOOLIC • SANS ALCOOL

8 x 355 mL (2.84 L)

799+TX

ATYPIQUE

NON-ALCOOLIC • SANS ALCOOL

8 x 355 mL (2.84 L)

1599+TX

ATYPIQUETM MOCKTAILS

CERTAINES VARIÉTÉS 8 x 355 mL

CONSIGNE

rég. 9.99 \$

ATYPIQUETM MOCKTAILS

8 x 355 mL, CONSIGNE

rég. 17.99 \$

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

*Boissons pétillantes aromatisées.

Electrolit

TOURNÉE EN DIRECT

PARTICIPEZ POUR LA CHANCE DE GAGNER DES BILLETS PENDANT UN AN*

275+TX

ELECTROLITTM BOISSON D'HYDRATATION

625 mL, CONSIGNE

rég. 3.99 \$

* Billets pour une année * remis sous forme de 3 000 \$ en cartes-cadeaux électroniques Ticketmaster.

AUCUN ACHAT REQUIS. Réservez aux résidents légaux du Canada âgés de 21 ans et plus.

Des conditions générales s'appliquent. Visitez www.ticketmaster.ca/electrolitcanada pour consulter le règlement officiel et les détails des prix.

NESTEA

699+TX

NESTEATM

CERTAINES VARIÉTÉS 12 x 341 mL

CONSIGNE

rég. 8.99 \$

Utilisée sous licence par Canada Dry Mott's Inc.

NESTEATM est une marque déposée de la Société des Produits Nestlé S.A., Vevey, Suisse.

MOTT'S

Fruitsations

J'♥ LA COMPOTE

279

MOTT'S FRUITSATIONS[®]

6 x 168 mL (500 mL)

rég. 3.79 \$

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

sans alcool

boisson non alcoolisée
Olé Sangrita
canettes 4/355 ml, consigne
Ole Sangrita
non alcoholic drink
reg. 10,49

8⁹⁹

CAISSE MIXTE
cocktail pétillant non alcoolisé
Romeo's gin
caisse mixte, canettes
8/355 ml, consigne
Romeo's sparkling cocktail
reg. 18,49

90 points

17⁴⁹

boisson pétillante
Xavier
750 ml, choix varié
Xavier sparkling drink
reg. 6,29

4⁹⁹

vin blanc ou rosé bu
mousseux sans alcool,
750 ml, choix varié
white or rosé wine
reg. 14,99

12⁹⁹

85 points

16⁹⁹

C'EST NOUVEAU!
sirop cocktail
Fitcook Foodz
500 ml, choix varié
Fitcook Foodz
cocktail syrup
reg. 10,49

8⁹⁹

bière non alcoolisée
Brasseur de Montréal
canettes 4/473 ml, choix varié,
consigne
non-alcoholic beer
reg. 15,49

12⁹⁹

boisson non alcoolisée
Cherry River
canettes 1/355 ml,
choix varié, consigne
Cherry River non-
alcoholic drink
reg. 14,99

12⁹⁹

boisson pétillante non alcoolisée
Maison Perrier chic
canettes 4/250 ml,
choix varié, consigne
Maison Perrier chic
non-alcoholic sparkling
drink
reg. 9,99

7⁹⁹

bière non alcoolisée
Heineken
caisse, canettes 12/330 ml,
consigne
non-alcoholic beer
reg. 27,69

115 points

22⁹⁹

bière désalcoolisée
Selection
lager, rousse, caisse, canettes
12/355 ml, consigne
de alcoholized beer
reg. 10,79

9⁹⁹

bière
Sober Carpenter
canette 473 ml, choix varié,
consigne
beer
reg. de 3,69 à 3,99

2⁹⁹

2^e gratuit
à l'achat de
boisson non alcoolisée
Barfly
canettes 8/355 ml, choix varié, consigne
Barfly non-alcoholic drink

Valeur de
8,99\$ +TX

voir réduction sur reçu de caisse

O'Sole Mio
APPORTEZ LE SOLEIL
DE NAPOLI
à la maison!

Nouvelle image

16⁹⁹
O SOLE MIO
REPAS PRET A CUIRE
MEAL KITS
900 g
reg. 19,99

4⁹⁹
O SOLE MIO
SAUCES FRAICHES
FRESH SAUCES
300 ml
reg. de 6,45 à 6,99

7⁹⁹
O SOLE MIO
SAUCES FRAICHES
FRESH SAUCES
500 ml
PATES FRAICHES
FRESH PASTA
540 g à 700 g
Choix varié / Assorted
reg. de 9,99 à 10,49

Nouveaux produits

Nouvelles recettes

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 29 janvier au mercredi 4 février 2026 jusqu'à la fermeture. Les prix réguliers peuvent varier dans le temps et selon le magasin. 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. Metro inc. se dégage de toute responsabilité en lien avec ou pouvant découler des visuels fournis par les différents fournisseurs de produits relativement aux photos, logos, dessins, typographies et provenance des produits. 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\$). Visiter programmemoi.ca pour connaître les conditions. moi est une marque de commerce de Metro inc. Valide dans les magasins Metro et Metro Plus du Québec. Si vous n'êtes pas satisfait(e)s de la fraîcheur d'un produit frais (voir détails des produits frais participants sur metro.ca ou en magasin) que vous avez acheté chez Metro, nous vous rembourserons le prix du produit (incluant les taxes, si applicables) plus 10 % du prix payé pour le produit remboursé (avant taxes applicables). Le produit retourné ne doit pas avoir été consommé et ne doit pas avoir dépassé sa date de péremption. La demande de remboursement et crédit doit être effectuée dans les 3 jours suivant l'achat (sauf exceptions) en retournant le produit, accompagné de la facture d'achat. Nous nous réservons le droit de suspendre, modifier ou cesser ce programme en tout temps sans préavis. Cette offre n'est pas monnayable, ni transférable. Ne peut être appliqué sur les médicaments et autres produits de pharmacie, les boissons alcoolisées, le tabac, les billets de loterie et sur les produits dont le prix minimum est régi par la loi (par exemple, le lait). Nous travaillons présentement à la mise à jour de la provenance de l'ensemble de nos produits. Ces informations proviennent d'agences de certification, de fournisseurs de produits et d'autres partenaires de Metro. Nous ne pouvons être tenus responsables pour toute information pouvant s'avérer inexacte. Certaines conditions s'appliquent. Voir les détails en magasin et sur metro.ca.

The advertised prices on these pages will be valid in your participating Quebec province Metro grocery stores from Thursday, January 29th to Wednesday, February 4th, 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 programmemoi.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.