

économisez avec nos marques maison

m
mon épicier

Irrésistible

Selection

Life Smart
Mieux-être



concours
jusqu'au 11 mars

total de
20
millions
de points
à gagner

mes
marques à
moi

détails sur programmemoi.ca

achetez 2
produits
participants et
présentez votre
carte **moi** en
magasin et
en ligne.



beurre
d'arachide
Mieux-être,
Naturalia,
Selection
500 g, choix varié
Life Smart, Naturalia,
Selection peanut butter

3.99

Du jeudi **19 février** au mercredi **25 février 2026** From Thursday to Wednesday February **19th** - February **25th**, 2026

petits déjeuners variés

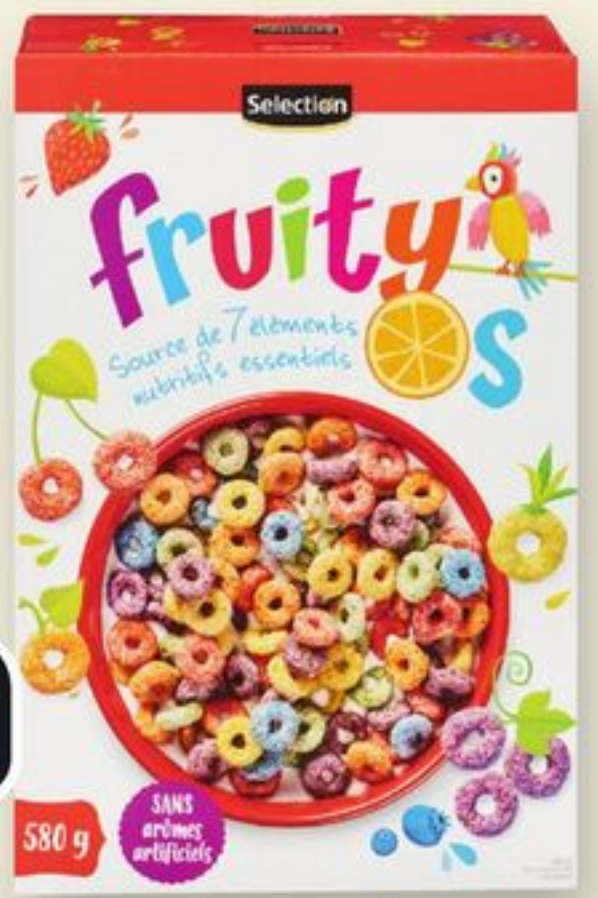
Petits déjeuners à petits prix pour toute la famille

gruau instantané
Selection
380-430 g, gruau en sac
280 g-1 kg
Selection
instant oatmeal



2⁹⁹

céréales
Selection
formats et choix variés
Selection cereal



5⁴⁹

yogourt
Irrésistible
16/100 g, choix varié
Irrésistible yogurt



7²⁹



Essayez la recette
[cliquez ici](#)

oeufs blancs
Selection
Nutri, Burnbrae, calibre gros, 30 un., choix varié
Selection white eggs



9⁹⁹

beurre
Selection
454 g, choix varié
Selection butter



6⁴⁹

gaufres
Selection
surgelées, 1,68 kg, choix varié
Selection waffles



11⁹⁹

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



2/11⁴⁸ 6⁹⁹
l'unité

ajouter du fromage à la recette pour plus de goût et de texture

la vedette du Québec
tous les matins

Que ce soit dans votre café, sur vos crêpes, dans votre gruau ou sur vos gaufres, le sirop d'érable Irrésistible de première qualité offre un goût authentique et généreux.

sirop d'érable Irrésistible
540 ml, choix varié
Irrésistible maple syrup

9⁹⁹



pur à 100 %

Recette de crêpes
[cliquez ici](#)



pour les lunches des grands comme des petits



tortillas Selection

336-408 g, choix varié

Selection tortillas reg. 4,99

à partir de

3.99

ORIGINAL

ORIGINALES

TORTILLAS de farine

produit d'ici

PESTO & GARLIC

FLAVOURED

SAVEUR DE PESTO ET AIL

flour TORTILLAS de farine

émincé de jambon Selection

400 g, choix varié

Selection shaved ham reg. 11,49

8.77

produit d'ici

COOKED HAM

shaved émincé JAMBON CUIT

14 % DE PROTÉINES DE VIANDE

produit d'ici

BLACK FOREST SMOKE

shaved émincé JAMBON FUMÉ FORET NOIRE

14 % DE PROTÉINES DE VIANDE

produit d'ici

OLD FASHIONED SMOKE

shaved émincé JAMBON FUMÉ À L'ANCIENNE

14 % DE PROTÉINES DE VIANDE



avec ces 14 produits, vous avez **100 combinaisons différentes** pour vos wraps maison

fromage tranché Irrésistible, Mieux-être

160-180 g, choix varié

Irrésistible, Life Smart sliced cheese

Obtenez

20%

sur le 2e paquet et les suivants les moins chers

produit d'ici

Irresistible

Sliced Cheese PROVOLONE

FROMAGE TRANCHE

Life Smart Mieux-être

25% LESS FAT

SWISS SUISSE

FROMAGE TRANCHE

Irresistible

Sliced Cheese MONTEREY JACK

FROMAGE TRANCHE

Life Smart Mieux-être

55% LESS FAT

MOZZARELLA

FROMAGE TRANCHE

Irresistible

Sliced Cheese HAVARTI

FROMAGE TRANCHE

pour les journées plus froides

soupe Irrésistible

600 ml, choix varié

Irrésistible soup reg. 6,49

5.99

produit d'ici

Irresistible

SOUPES MINES

HEAVY soup loaded with potatoes in a tasty tomato sauce

Irresistible

VEGETABLE SOUP

SOUPES LÉGUMES

Vegetable soup with cauliflower, onion, celery, carrots, and herbs

Irresistible

TRADITIONAL PEA SOUP

SOUPES POIS TRADITIONNELLE

Traditional pea soup with carrots, celery, and herbs

pain plat naan

192-240 g, pain sandwich

naan carré 360 g, choix varié

naan flatbread

3.99

produit d'ici

Irresistible

Traditional Naan

TRADITIONNEL

Irresistible

Round Naan

RONDS

Irresistible

Dipping Naan

pour trempette

Irresistible

Square Naan

carrés

des collations pour tous les goûts



produit d'ICI

hummus Irresistible
trempette, 200-227 g, choix varié
Irresistible hummus
reg. 3,99

3 49



raisins sultana Irresistible
400 g, canneberges séchées 250 g
Irresistibles sultana raisins or dried cranberries
reg. 5,99

4 99



noix de grenoble moitiées et morceaux Irresistible
250 g
Irresistible halves and pieces walnuts
reg. 7,99

6 99

amandes naturelles entières Irresistible
300 g
Irresistible whole natural almonds

8 99

découvrez la grande variété de nos collations



produit d'ICI

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

5 49



produit d'ICI

barres tendres Selection
156-172 g, choix varié
Selection Chewy bars
reg. 3,99

3 49



collation aux pommes Selection
Mieux-être 6/113 g, choix varié
Selection apple snack

3/6\$ ou 3 29 l'unité



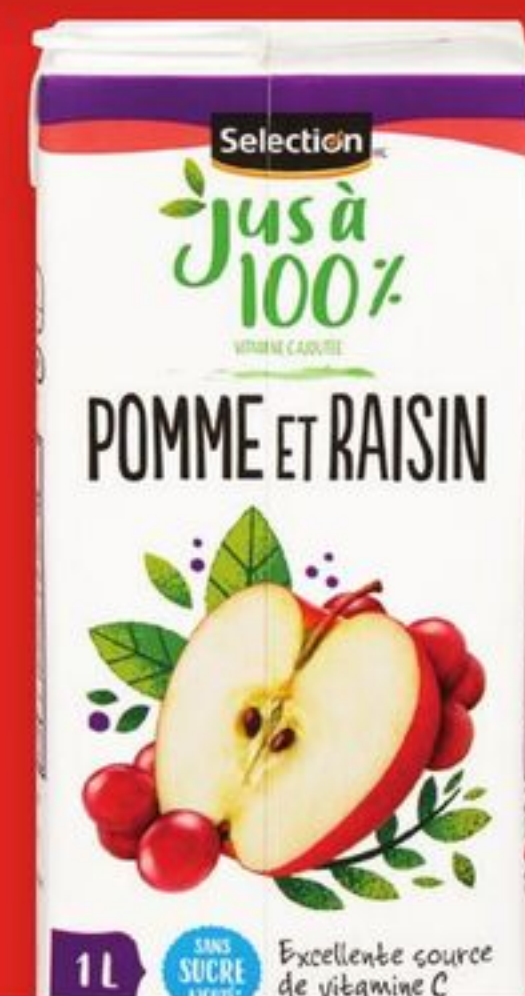
maïs à éclater Selection
1 kg, choix varié
Selection popping corn
reg. 4,29

3 49

accompagnez vos collations d'une boisson

1 79

jus ou boisson Selection
Mieux-être, 1 L, choix varié
Selection juice or beverage



pour encore plus d'économies, achetez vos produits préférés en format économique en magasin et en ligne



produit d'ICI

jus Selection
40/200 ml, choix varié
Selection juice

15 49



fruits en coupe Selection
20/107 ml, choix varié
Selection fruit cups

9 99



3 84 9



produit d'ICI

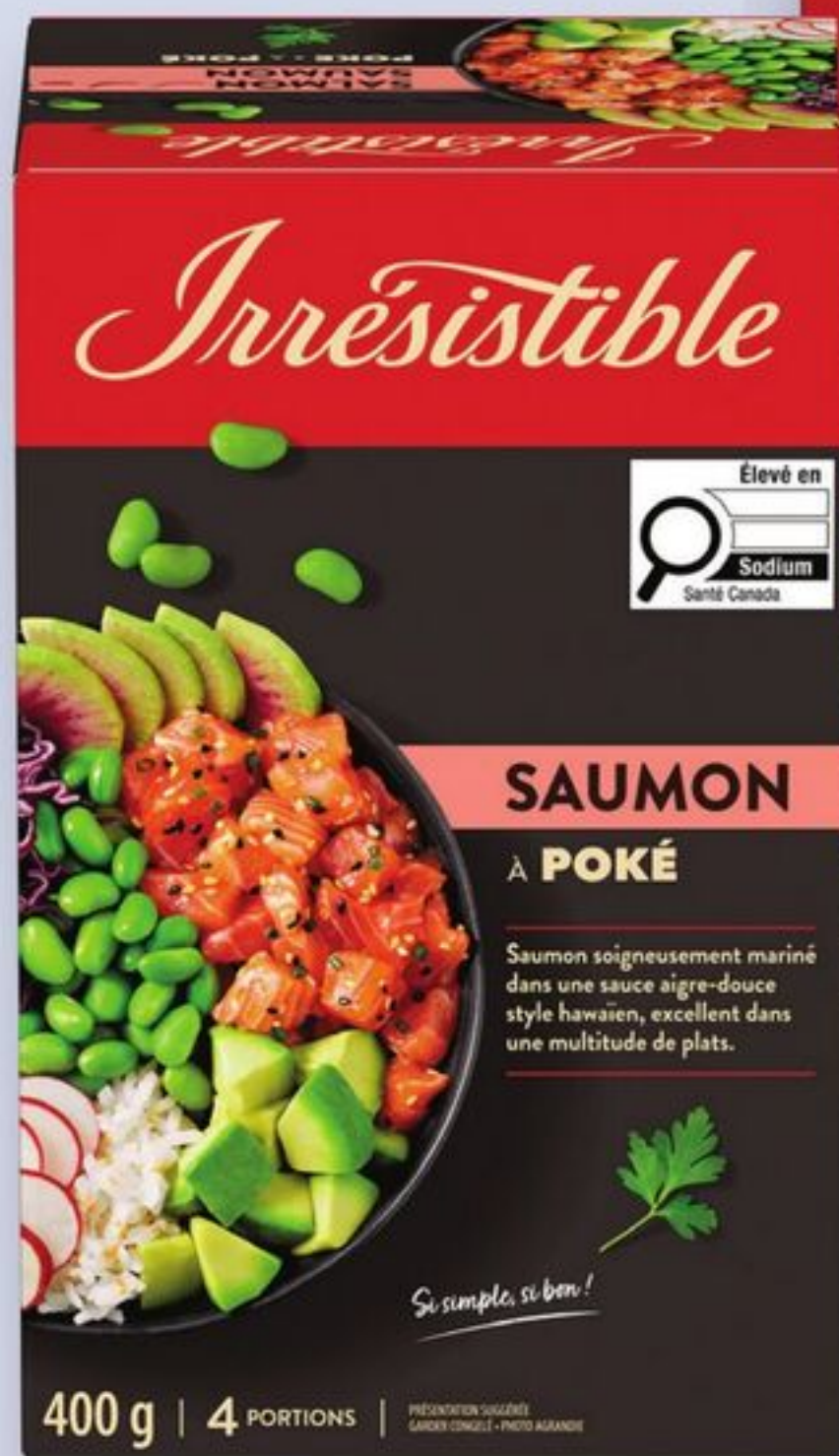
capsules de café Selection
K-Cup 100 un., choix varié
Selection coffee capsules

3 84 9

des idées simples pour vos soupers en famille

achetez un repas sélectionné et obtenez

40%*
de rabais
sur le 2^e paquet
le moins cher



*Offre valide jusqu'au 8 avril 2026 dans les Metro et Metro Plus participants. À l'achat d'un repas Irrésistible, Sélection ou Mieux-être sélectionné, obtenez 40 % de rabais sur le deuxième repas moins cher. Selon la variété disponible en magasin. Jusqu'à épuisement des produits participants. Ne s'applique qu'aux prix affichés et exclut spécifiquement tout autre coupon, offre spéciale ou rabais. Aucun coupon différé ne sera remis. Nous nous réservons le droit de suspendre, de modifier ou de mettre fin à ce programme en tout temps sans préavis.

tellement de combinaisons avec
une multitude de produits à bas prix pour créer
votre recette de pâtes préférée.

Selection

**produit
D'ICI**



3.99

légumes Selection
surgelés, 750 g, choix varié
Selection vegetables



249

**pâtes
alimentaires
Selection**
900 g, choix varié
Selection pasta

**sauce pour pâtes
Selection**
410-650 ml, choix varié
Selection pasta sauce

3.69



desserts pour toutes les occasions

Irrésistible

produit
D'ICI

5

variétés

Biscuits et
crème

Chocolat blanc

Chocolat

Cappuccino

Caramel et
pacanes

Velours rouge

Irrésistible

MINI
Cheesecake
Gâteau au
fromage

TUXEDO

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

3 White chocolate

12⁹⁹

gâteaux mini mousse
300 g, mini gâteaux 350 g, gâteau
au fromage 330 g, choix varié
mini mousse cakes
reg. 13,49

Composée d'une croûte de chapelure Graham qui
**s'harmonise parfaitement avec la
garniture onctueuse au fromage**

Irrésistible

MINI
Cheesecake
Gâteau au
fromage

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

3 Cappuccino 3

Irrésistible

MINI
Cheesecake
Gâteau au
fromage

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

3 Key Lime 3

gâteaux
mini mousse
300 g, mini gâteaux 350 g,
gâteau au fromage 330 g,
choix varié
mini mousse cakes
reg. 13,49

12⁹⁹

Irrésistible

MINI
MOUSSE

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

3 Red Velvet 3

Irrésistible

MINI
MOUSSE

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

3 Chocolate 3

Irrésistible

Irrésistible

The
Creamy
Les crémeux

TIRAMISU

The best way to indulge yourself.

Italian style, espresso, mascarpone,

mascarpone, cream and cocoa powder.

Pure gourmandise à l'italienne, riche

en arômes d'espresso, en mascarpone

et en notes de cacao.

Incredibly delightful

Incredibly gourmet

Incredibly gourmet

Irrésistible

produit
D'ICI

gâteau
tiramisu
Gusto Italiano

gâteau bagatelle,

500 g, choix varié

Gusto Italiano

tiramisu cake

reg. 11,99

10⁹⁹

Irrésistible

Cheesecake
Gâteau au
fromage

CLASSIC

CLASSIQUE

A timeless classic: our rich and

creamy cheesecake.

Un classique intemporel: notre

gâteau au fromage riche et crémeux.

Style New York style

Irrésistible

Cheesecake
Gâteau au
fromage

STRAWBERRY

FRAISES

A deliciously creamy cheesecake

with succulent strawberries.

Un délicieux gâteau au fromage

onctueux, agrémenté de fraises

succulentes.

Style New York style

Irrésistible

Cheesecake
Gâteau au
fromage

RASPBERRY

FRAMBOISES

This delicious raspberry cheesecake

will delight your taste buds with

every flavour-filled bite.

Un délicieux gâteau au fromage

à la framboise dont chaque bouchée

révèle vos papilles.

Style New York style

Irrésistible

Cheesecake
Gâteau au
from