

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 **12 février** au mercredi **18 février 2026** From Thursday to Wednesday February **12th** - February **18th**, 2026

petits déjeuners variés

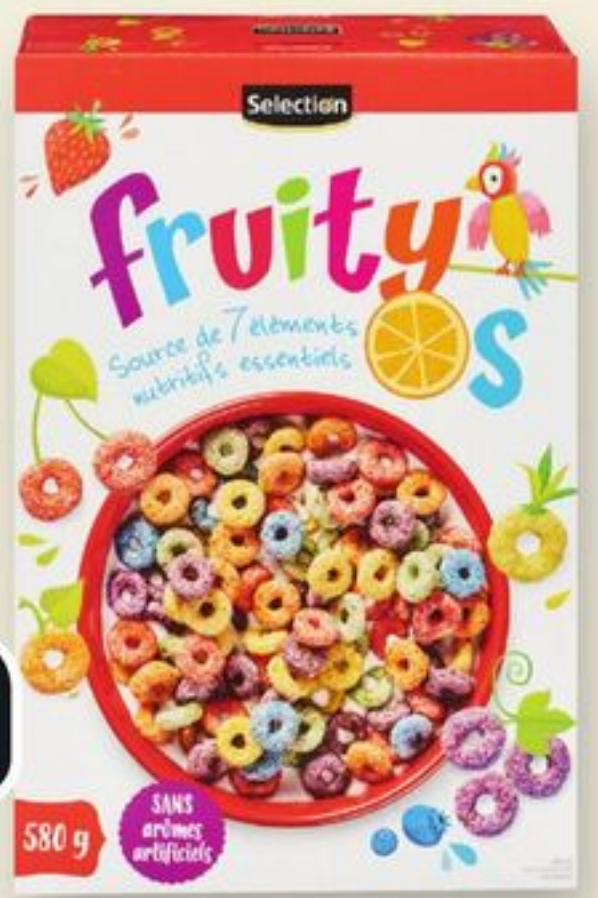
Petits déjeuners à petits prix pour toute la famille

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](#)

recette classique: les oeufs bénédictines

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
reg. 9,99

5⁹⁹

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
TORTILLAS de farine

PESTO & GARLIC
FLAVOURED
TORTILLAS de farine

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

10 49

COOKED HAM
JAMBON CUIT

BLACK FOREST SMOKED HAM
JAMBON FUMÉ FORET NOIRE

OLD FASHIONED SMOKED HAM
JAMBON FUMÉ À L'ANCIENNE



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

Irresistible
PROVOLONE

Life Smart Mieux-être
SWISS SUISSE

Irresistible
MONTEREY JACK

Life Smart Mieux-être
MOZZARELLA

Irresistible
HAVARTI

pour les journées plus froides

soupe Irrésistible
600 ml, choix varié
Irrésistible soup
reg. 6,49

5 99

Irresistible
MINES

Irresistible
VEGETABLE

Irresistible
CARROT

Irresistible
TRADITIONAL PEA

pain plat naan
192-240 g, pain sandwich
naan carré 360 g, choix varié
naan flatbread

3 99

Irresistible
Traditional Naan

Irresistible
Dipping Naan

Irresistible
Round Naan

Irresistible
Square Naan

des collations pour tous les goûts

produit d'ICI

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

3 49

raisins sultana Irrésistible
400 g, canneberges séchées 250 g
Irrésistibles sultana raisins or dried cranberries
reg. 5,99

4 99

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

6 99

amandes naturelles entières Irrésistible
300 g
Irrésistible whole natural almonds
reg. 9,99

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

Selection

collation pommes sucrée

3/6\$ ou 3 29
l'unité

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

Selection

popping corn • maïs à éclater

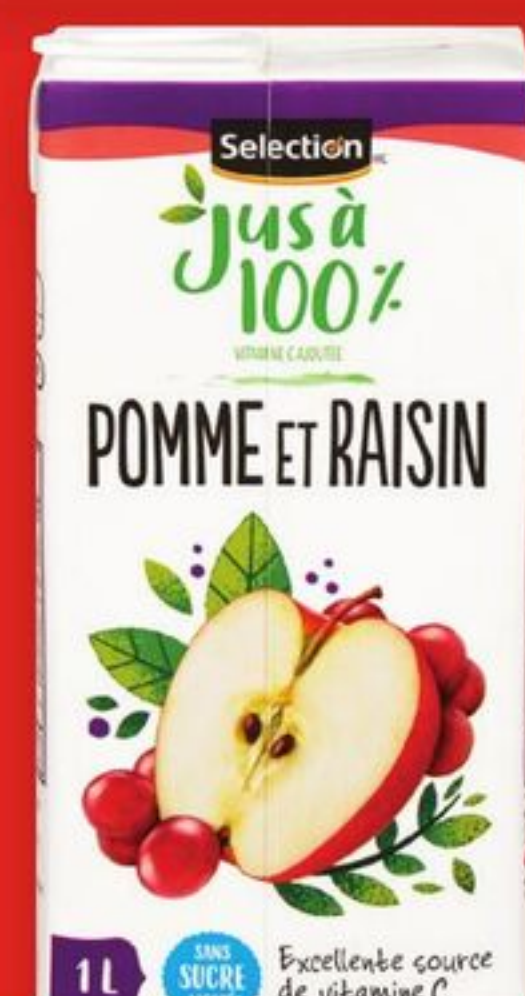
3 49

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

accompagnez vos collations d'une boisson

1 79

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



FORMAT ÉCONOMIQUE

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

produit d'ICI

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

38 49

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**



2.99

légumes Selection
surgelés, 750 g, choix varié
Selection vegetables
reg. 3,99



2.49

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



3.69

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



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

The ultimate mini cheesecake duo for
chocolate lovers: intense dark chocolate
and sweet, creamy white chocolate.
Le duo parfait pour les amateurs de
chocolat : chocolat noir intense et
chocolat blanc, doux et crémeux.

12⁹⁹

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

Irrésistible

MINI
Cheesecake
Gâteau au
fromage

3 Cappuccino 3 Caramel et pacanes

The ultimate duo for chocolate lovers: intense dark chocolate and sweet, creamy white chocolate. Le duo parfait pour les amateurs de chocolat : chocolat noir intense et chocolat blanc, doux et crémeux.

Irrésistible

MINI
Cheesecake
Gâteau au
fromage

3 Key Lime 3 Raspberry cheesecake

Glossy mini cheesecake duo with tangy Key Lime and tangy, rich Raspberry cheesecake. Un délicieux duo de mini gâteaux.

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 Caramel et Caramel

Exquisite mousse cake duo featuring the classic, smooth Red velvet and a luscious Caramel & Caramel drizzle. Duo de gâteaux mini mousse mettant en vedette l'indivisible et délicieux Velours rouge et le gourmand Caramel et Caramel.

Irrésistible

MINI
MOUSSE

3 Chocolate 3 Raspberry

Mousse cake duo with rich, creamy chocolate and tangy Raspberry. Duo de gâteaux mini mousse avec une mousse au chocolat riche et crémeuse et une mousse aux framboises.

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

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.

Irrésistible

Cheesecake
Gâteau au
fromage

STRAWBERRY
FRAISES

A deliciously creamy cheesecake
with succulent strawberries.
Un délicieux gâteau au fromage
onctueux, agrémenté de fraises
succulentes.

Irrésistible

Irrésistible

The
Creamy
Les crémeux

TIRAMISU

The best way to indulge yourself,
Italian style: espresso flavoured,
mascarpone cream and cocoa powder.
Pure gourmandise à l'italienne, riche
en arômes d'espresso, en mascarpone
et en notes de cacao.

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

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.

Irrésistible

Cheesecake
Gâteau au
fromage

PECAN, CARAMEL
& CHOCOLATE

Un délicieux gâteau au fromage
à la noix de pécan, au caramel
et au chocolat.

gâteau
au fromage
600 g, choix varié
cheesecake
reg. 18,99

16⁹⁹