



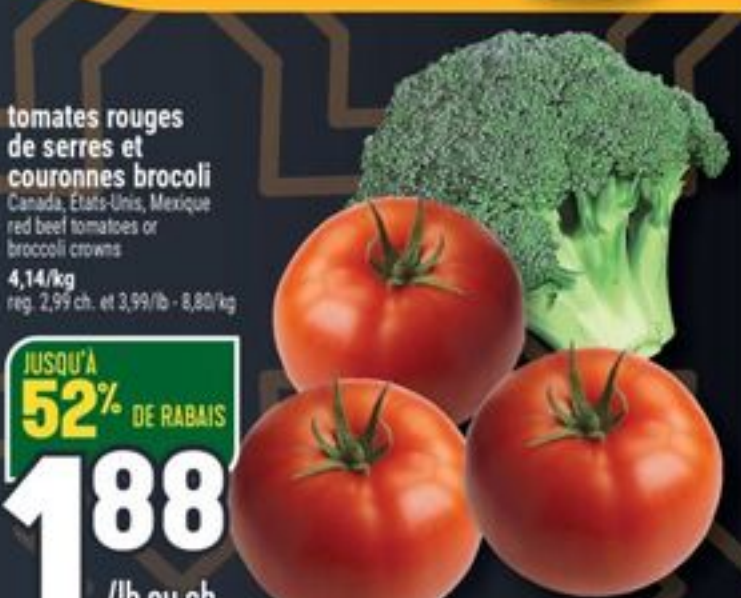
3 jours SEULEMENT
jeudi, vendredi et samedi

9% DE RABAIS
13.99
le reste de la semaine à 15.99

46% DE RABAIS
7.49
le reste de la semaine à 8.99

2 LB
crevette blanche pelée déveinée Blue Tide
24.99
Blue Tide white shrimp peeled deveined
reg. 22.99

huile d'olive extra vierge Gallo
1 L
Gallo extra virgin olive oil
reg. 12.99



2\$ ET MOINS



TOUS LES JOURS



2.49 /lb
tomates rouges en grappes
Canada, États-Unis, Mexique
red vine tomatoes
5.49/kg
reg. 2.99/lb - 6.59/kg



10/4.99
ou 0.50 l'unité
citrons
États-Unis
lemons
reg. 0.99



aubergines
États-Unis, Mexique
eggplants
4.39/kg
reg. 2.99/lb - 6.59/kg

1.99 /lb



1.69 /lb
courgettes baladi
Mexique, États-Unis et Jordanie
baladi squash
3.73/kg
reg. 2.99/lb - 6.59/kg



2.99 ch.
avocats
Mexique, sac 6 un.
avocados
reg. 5.99



2.99 /lb
concombres libanais
Québec
lebanese cucumbers
6.59/kg
reg. 3.99/lb - 8.80/kg



clémentines avec feuilles
Espagne
clementines stem and leaf
4.39/kg
reg. 4.99/lb - 11.00/kg

1.99 /lb



1.49 /lb
chou vert plat
États-Unis
flat green cabbage
3.28/kg
reg. 2.49/lb - 5.49/kg



3.99 ch.
oranges Navel sans pépins
Afrique du Sud, Égypte, sac 3 lb
reg. 5.99



laitues cœurs de romaine
États-Unis, Mexique
3 un.
romaine hearts lettuce
reg. 6.99

3.99 ch.



99¢ ch.
persil italien ou frisé
Mexique
italian or curly parsley
reg. 1.99



99¢ ch.
menthe en botte
Mexique
mint bunch
reg. 1.79



5.99 ch.
kiwis
Grèce, 2 lb
reg. 7.99



2.99 ch.
oignons jaunes
Québec, 5 lb
yellow onions
reg. 4.99



pommes de terre jaunes, rouges ou Russet
Québec, 10 lb
Russet, red or yellow potatoes
reg. 6.99

4.99 ch.



99¢ ch.
oignons verts
États-Unis, Mexique
green onions
reg. 1.99



8.99 /lb
dattes medjool
Mexique
medjool dates
19.82/kg
reg. 9.99/lb - 22.02/kg

Fraîcheur FRUITS et LÉGUMES



raisins rouges, verts ou noirs sans pépins
Afrique du Sud, Pérou
Seedless red, green or black grapes
8.80/kg
reg. 5.99/lb - 13.21/kg

33% de rabais
3.99 /lb



patates douce et choux verts, rouges et savoie
Canada, États-Unis
sweet potatoes & green, red and savoy cabbage
3.95/kg
reg. 1.99/lb - 4.39/kg

1.79 /lb



20% de rabais
3.99 /lb
gourganes
États-Unis
fava beans
8.80/kg
reg. 4.99/lb - 11.00/kg



2/5\$
mangues rouges
Pérou
red mangoes
reg. 2.99



Jusqu'à **50% de rabais**
2.99 /lb
pêches, nectarines, oranges cara cara, sanguine ou tangelo minneola
États-Unis, Chili
peaches, nectarines, cara cara, minneola & blood oranges
6.59/kg
reg. 3.99-5.99/lb - 8.80-13.21/kg



chou frisé ou aneth
Mexique
dill or green kale
reg. 2.99

2/5\$
ou 2.50 l'unité



concombres anglais ou champignons blancs 227 g
Québec, Canada
english cucumbers or white mushrooms 227 g
reg. 2.99



pommes granny smith, rouges délicieuse ou crippl pink
États-Unis
red delicious, granny smith, crippl pink apples
4.39/kg
reg. 2.99/lb - 6.59/kg

33% de rabais
1.99 /lb



20% de rabais
3.99 ch.
Cantaloup
Costa Rica, Honduras
Cantaloupe
reg. 4.99



poivrons doux assortis
Mexique, Honduras, 4 un.
sweet peppers assorted colors
reg. 6.99

5.99 ch.



salade Dole
240-397 g
choix varié
Dole Salads
reg. 5.99

4.99 ch.



salade Attitude ou Folia
227-312 g
choix varié
Attitude or Folia salads
reg. 6.99

5.99 ch.



33% de rabais
3.99 ch.
fraises
États-Unis, Mexique, 454 g
strawberries
reg. 5.99



25% de rabais
1.49 le 100 g
olives kalamata dénoyautées
pitted kalamata olives
6.76/lb
reg. 1.99 le 100 g - 9.03/lb



café libanais
choix varié
lebanese coffee
15.83/lb
reg. 3.99 le 100 g - 18.10/lb

3.49 le 100 g



noix orientales mélangées extra
extra oriental mixed nuts
11.29/lb
reg. 5.09 le 100 g - 14.02/lb

2.49 le 100 g



Halva
choix varié
6.76/lb
reg. 1.69 le 100 g - 7.67/lb

1.49 le 100 g



variété EN VRAC

SAVOUREZ **FRAÎCHES** et nos spécialités
nos viandes de QUALITÉ

منتجاتنا اللحومية



SERVICE
DE COUPE
GRATUIT

50\$ DE RABAIS

199\$

carcasse d'agneau
entier surgelé
frozen whole lamb carcass
reg. 250,00



2\$/LB DE RABAIS

11⁹⁹
/lb

oeil de ronde de boeuf
eye of round beef
26,43/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg



29% DE RABAIS

9⁹⁹
/lb

bifteck français régulier
ou au poivre
regular or pepper french steak
22,02/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg



RECETTE
ORIGINALE
Adonis

29% DE RABAIS

4⁹⁹
/lb

saucisses maison
choix varié
home made sausages
11,00/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg



1\$/LB DE RABAIS

21⁹⁹
/lb

escalope ou cubes
de veau de lait
milk fed veal cutlets
48,48/kg
reg. 22,99/lb - 50,68/kg



160\$/LB DE RABAIS

114⁹
/lb

jarrets de boeuf
beef shanks
25,33/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg



1\$ DE RABAIS

16⁹⁹
/lb

côtelettes de
veau de grain
grain veal chops
37,45/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg



RECETTE
ORIGINALE
Adonis

2\$/LB DE RABAIS

9⁹⁹
/lb

kafta de boeuf
choix varié
beef kafta
22,02/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg



29% DE RABAIS

44⁹
/lb

poitrines de poulet avec dos
back attached chicken breasts
9,90/kg
reg. 8,26/lb - 13,87/kg



3\$/LB DE RABAIS

23⁹⁹
/lb

filet mignon
boeuf
beef butt tenderloin
52,89/kg
reg. 25,99/lb - 59,49/kg



2\$ DE RABAIS

7⁹⁹

poulet pané Watson Ridge
800 g
Watson Ridge breaded chicken
reg. 9,99



JUSQU'À
2\$ DE RABAIS

5⁹⁹

bacon Selection
375 g
Selection bacon
reg. 7,99



2\$ DE RABAIS

7⁹⁹

feuilleté surgelé Lloydies
780 g, choix varié
Lloydies patties
reg. 9,99



3\$ DE RABAIS

15⁹⁹

ailles de poulet Flamingo
550 g, choix varié
Flamingo chicken wings
reg. 18,99



250\$ DE RABAIS

6⁹⁹

lanière de poulet à déjeuner
Zabiha Halal
375 g
Zabiha Halal breakfast chicken strips
reg. 9,49



2\$ DE RABAIS

74⁹

pâtes
Villa Ravioli
600-700 g, choix varié
Villa Ravioli pastas
reg. 9,49

GOÛTEZ la FRAÎCHEUR de nos PRODUITS منتجاتنا البحرية

NETTOYAGE GRATUIT

1\$/LB DE RABAIS

3⁹⁹ /lb

mulet frais
fresh mullets
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

31% DE RABAIS

8⁹⁹ /lb

filets de tilapia
fresh tilapia fish fillet
19,82/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

pieuvre nettoyée
décongelée/
surgelée
cleaned octopus
frozen/thawed
28,64/kg
reg. 15,99/lb - 35,25/kg

3\$/LB DE RABAIS

12⁹⁹ /lb

crevettes tigrées crues
31/40
raw tiger shrimps
24,23/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

2\$/LB DE RABAIS

10⁹⁹ /lb

crevettes blanches
31/40 cuites
décortiquées
Blue Tide
454 g
Blue Tide
white shrimps
31-40 cooked peeled
reg. 12,99

1\$ DE RABAIS

11⁹⁹

filets de morue
Blue Tide
400 g
Blue Tide cod fillets
reg. 10,99

2\$ DE RABAIS

8⁹⁹

saumon Steelhead
norvégien fumé Dom
70 g
Dom smoked norwegian
Steelhead salmon
reg. 4,99

1\$ DE RABAIS

3⁹⁹

crevettes Irresistible
284 g
Irresistible shrimps
reg. 9,99

3\$ DE RABAIS

6⁹⁹

Nos produits FRAIS عروض المنتجات الطازجة

gros œufs omega 3 Naturegg Burnbrae
18 un.
Burnbrae Naturegg large omega 3 eggs
reg. 8,49

2\$ DE RABAIS

6⁴⁹

beurre Lactantia
454 g, choix varié
Lactantia butter
reg. 8,99

3\$ DE RABAIS

5⁹⁹

yogourt grec
Riviera
650-750 g, choix varié
Riviera greek yogurt
reg. 8,49

29% DE RABAIS

5⁹⁹

yogourt iögo
16 x 100 g, choix varié
iögo yogurt
reg. 9,29

25% DE RABAIS

6⁹⁹

yogourt grec
Oikos
4 x 95-100 g,
choix varié
Oikos greek yogurt
reg. 5,69

30% DE RABAIS

3⁹⁹

lait au chocolat
Natrel
6 x 200 ml, consigne
Natrel chocolate
milk, deposit
reg. 8,29

28% DE RABAIS

5⁹⁹

jus réfrigéré
irrésistible
1,54-1,65 L,
choix varié, consigne
irrésistible
refrigerated juice,
deposit
reg. de 4,99 à 5,49

JUSQU'À 27% DE RABAIS

3⁹⁹

thé glacé ou limonade
irrésistible
1,54 L, consigne
Irresistible iced tea or lemonade,
deposit
reg. 4,79 + tx

48% DE RABAIS

2/5\$ +tx

yogourt Oikos Pro
500 ml, choix varié
Oikos Pro yogurt
reg. 4,49 + tx

33% DE RABAIS

2⁹⁹ +tx

fromage de chèvre Woolwich
113 g, choix varié
Woolwich goat's cheese
reg. 5,79

28% DE RABAIS

5⁹⁹

fromage
JuraFlore
200 g, choix varié
JuraFlore cheese
reg. de 10,49 à 11,49

JUSQU'À 22% DE RABAIS

8⁹⁹

fromage râpé Black
Diamond
300-320 g,
choix varié
Black Diamond
shredded cheese
reg. 8,99

33% DE RABAIS

5⁹⁹

fromage régulier
ou léger
La Vache qui rit
267 g
The Laughing Cow
regular or light cheese
reg. 7,99

25% DE RABAIS

5⁹⁹

mozzarellissima
fromage en bloc Saputo
1 kg, choix varié
Saputo mozzarellissima cheese block
reg. 20,99

8% DE RABAIS

12⁹⁹

Découvrez NOS CHARCUTERIES



mortadelle San Daniele
choix varié
San Daniele mortadella
9,03/lb
reg. 2,49 le 100 g - 11,29/lb



prosciutto d'Italia
Negroni
Negroni d'Italia prosciutto
15,83/lb
reg. 4,49 le 100 g - 20,37/lb

20% DE RABAIS

199
le 100 g

22% DE RABAIS

349
le 100 g



jambon fumé ou forêt noire
Clément Le Gourmand
Clément Le Gourmand smoked or black forest ham
6,76/lb
reg. 2,29 le 100 g - 10,39/lb



poitrine de dinde Flamingo
choix varié
Flamingo turkey breast
11,29/lb
reg. 3,29 le 100 g - 14,92/lb

35% DE RABAIS

149
le 100 g

24% DE RABAIS

249
le 100 g



viandes froides
Marc Angelo
85 g, choix varié
Marc Angelo cold cuts
reg. 7,99



jambon
Première Moisson
175 g, choix varié
Première Moisson ham
reg. 8,49

25% DE RABAIS

599

18% DE RABAIS

699



salami boeuf Solmaz
choix varié
Solmaz beef salami
11,29/lb
reg. 2,79 le 100 g - 12,66/lb



sojuk au boeuf
Solmaz
350 g, choix varié
Solmaz all beef sojuk
reg. 12,49

3% DE RABAIS

249
le 100 g

12% DE RABAIS

1099

Découvrez NOS FROMAGES



fromage Entremont,
Saint-Paulin ou Oka
choix varié
Entremont, Saint Paulin or
Oka cheese
15,83/lb
reg. de 4,99 le 100 g - 22,63/lb
à 5,99 le 100 g - 25,36/lb



fromage Raclette, St-Raymond ou
Pacific Rock
Alexis de Portneuf
Alexis de Portneuf Raclette,
St-Raymond or
Pacific Rock cheese
15,83/lb
reg. de 4,99 le 100 g - 22,63/lb
à 5,99 le 100 g - 25,36/lb

JUSQU'À 38% DE RABAIS

349
le 100 g

JUSQU'À 38% DE RABAIS

349
le 100 g



fromage baladi en saumure
baladi in brine cheese
10,39/lb
reg. 2,79 le 100 g - 12,66/lb



tzatziki Arahova
Arahova tzatziki
5,85/lb
reg. 1,49 le 100 g - 6,76/lb

18% DE RABAIS

229
le 100 g

2% DE RABAIS

129
le 100 g



fromage feta grec
greek feta cheese
11,29/lb
reg. 3,29 le 100 g - 14,92/lb



fromage tressé Phoenicia
Phoenicia twisted cheese
14,92/lb
reg. 3,99 le 100 g - 18,10/lb

24% DE RABAIS

249
le 100 g

18% DE RABAIS

329
le 100 g



fromage grec
kefalotyri ou
kefalograviere
kefalotyri
or kefalograviere
greek cheese
17,19/lb
reg. de 4,29 le 100 g -
19,46/lb à 4,49 le
100 g - 20,37/lb



fromage emmental
irrésistible
emmental cheese
13,56/lb
reg. 3,99 le 100 g -
18,10/lb

JUSQU'À 16% DE RABAIS

379
le 100 g

25% DE RABAIS

299
le 100 g

Découvrez NOS METS CUISINÉS



BIRYANI AU BOEUF



PÂTES AUX CREVETTES



RIZ AU POULET



PAELLA

JUSQU'À 33% DE RABAIS

699^{+TX}
/lb

plats du jour
choix varié
daily platter
15,41/kg + tx
reg. de 9,99 à 10,43/lb - de 22,03 à 23,13/kg

Découvrez NOTRE PÂTISSERIE ET BOULANGERIE



croissants aux amandes ou framboises
ou torsades au chocolat
4 un.
almond or raspberry croissants or chocolate twisted pastries
reg. 7,99

699^{+TX}
/4 un.



salades préemballées
choix varié
500-550 g
salads
reg. de 8,99 à 9,49



plateau 10 brochettes
shishtaouk servies
avec légumes grillés
et sauce Halal
10 Shishtaouk skewers platter
reg. 54,99

799^{+TX}

45\$^{+TX}



petites bouchées
Adonis Halal
choix varié
Adonis small bites Halal
reg. de 10,80 à 11,40 /12 un.



sandwich brochette
shish taouk
ou frites
shish taouk skewer
or french fries sandwich
reg. de 6,49 à 9,99

996
12 un.

à partir de 2/10\$^{+TX}
ou 5,49 l'unité



grande lahmajoun
régulière ou épicée Adonis
Adonis large
regular or spicy
lahmajoun Halal
reg. 13,49



pizzas congelées
10 po Halal
fromage, pepperoni,
végétarienne ou
toute garnie
frozen pizza 10 in Halal
reg. 6,49

12\$

2/10\$
ou 5,98 l'unité



gâteau Sénégal
Senegal cake
reg. 31,99



Nammoura
16,51/kg
reg. 7,99/lb -
17,61/kg

2999

749
/lb



pain
markouk
Tayeb
454 g
Tayeb markouk
bread
reg. 4,99



pâte phyllo
kataifi Lilas
453 g
Lilas kataifi phyllo
dough
reg. de 3,29 à 4,29

399

JUSQU'À 30% DE RABAIS

299



pains Bon Matin
395-600 g
Bon Matin breads
reg. de 5,29 à 5,79



pain à hamburger ou
hot-dog Pom Signature
4-8 un.
Pom Signature hamburger or hot dog bread
reg. 5,49

Économisez 3\$
L'ACHAT DE 2

27% DE RABAIS

399

CÉLÉBREZ LE RAMADAN

رمضان كريم



23% DE RABAIS

9⁹⁹

couscous Cedar
4 kg
Cedar couscous
reg. 12,99



JUSQU'À
34% DE RABAIS

3⁴⁹

haricots Cedar
907 g, choix varié
Cedar beans
reg. de 3,99 à 5,29

fèves lupin
ou feuilles de
vigne Cedar
796 ml, 1 L
Cedar lupini beans
or grape leaves
reg. de 4,99 à 5,99

JUSQU'À
25% DE RABAIS

4⁴⁹



JUSQU'À
48% DE RABAIS

3/5\$

légumineuse
Cedar
540 ml, choix varié
Cedar legumes
reg. de 2,29 à 3,19



37% DE RABAIS

2/5\$

boulgour Aoun
900 g, choix varié
Aoun bulgur
reg. 3,99



28% DE RABAIS

2/5\$

lentilles Cedar
907 g, choix varié
Cedar lentils
reg. 3,49



549

riz grain long
patna ou
étuvé Cedar
1,8 kg
Cedar long grain
patna or parboiled
rice
reg. 5,99



50% DE RABAIS

89¢

sel Cedar
1 kg
Cedar salt
reg. 1,79



3/10\$

eau de
source
Selection
24 x 500 ml,
consigne
Selection
natural spring
water, deposit
reg. 3,79



4⁹⁹

eau de fleur ou de
rose Cedar
500 ml
Cedar flower or rose water
levure instantanée
Pakmaya
454 g
Pakmaya instant yeast
reg. 5,99



JUSQU'À
25% DE RABAIS

2⁹⁹

lait concentré sucré Cedar
300 ml
Cedar sweetened condensed milk
reg. de 3,49 à 2,99



3⁴⁹

vinaigre blanc
Cedar
4 L
Cedar white vinegar
reg. 3,99



99¢

Ulker biscuit
175 g
Ulker biscuit
reg. 1,49



JUSQU'À
32% DE RABAIS

4⁹⁹

biscuits
Balocco
700 g, choix varié
Balocco cookies
reg. 5,99



JUSQU'À
20% DE RABAIS

5⁹⁹

café moulu
filtre Cimo
ou confiture
Bonne Maman
250 ml, choix varié
Cimo ground coffee
or Bonne Maman jam
reg. de 6,99 à 7,49



JUSQU'À
33% DE RABAIS

5⁹⁹

miel
Erabeille
500 g, choix varié
Erabeille honey
reg. 8,99



gruau instantané ou
frigo Yumi
254 g
Yumi instant oatmeal or overnight oats
reg. 6,99



JUSQU'À
33% DE RABAIS

2⁹⁹

fève pelée
ou okra
surgelée
Montana
395-400 g,
Montana bean
or okra
reg. de 3,59 à 4,49



25% DE RABAIS

2⁹⁹

repas surgelés
irrésistible
275 g, choix varié
irrésistible
reg. 5,99



36% DE RABAIS

4⁴⁹

mochi friandises glacées
Natrel
270 g, choix varié
Natrel frozen treats, mochi
reg. 7,49



2⁴⁹

gaufre surgelée Selection
250 g
Selection frozen waffle
reg. 2,99



18% DE RABAIS

6⁹⁹

pâte feuilletée Bourekas
600 g, choix varié
Bourekas puff pastry
reg. 8,49



11% DE RABAIS

7⁹⁹

pomme de terre Cedar
2,27 kg, choix varié
Cedar potatoes
reg. 8,99



31% DE RABAIS

2⁴⁹

pâte katalifi ou pâte-phylo
surgelée Cedar
454 g
Cedar frozen katalifi or phyllo dough
reg. 2,99



6⁹⁹

lait glacé
Selection
4 L
Selection ice milk
reg. 7,49



20⁹⁹ -TX

bière Corona,
Stella Artois
ou Modelo
12 x 330-355 ml, choix
varié, consigne
Corona, Stella Artois
or Modelo beer, deposit
reg. de 26,69 à 27,99



6⁹⁹ -TX

eau pétillante Bubly ou
Montellier
10-12 x 355 ml, choix varié, consigne
Bubly or Montellier sparkling water,
deposit
reg. 8,49



4⁹⁹ -TX

boissons gazeuses
Coca-Cola
6 x 222 ml, choix varié, consigne
Coca-Cola soft drinks, deposit
reg. 6,49



2/8⁵⁰ -TX

croustilles
Sun Chips
ou Ruffles
180-205 g,
choix varié
Sun Chips or
Ruffles chips
reg. de 5,29 à 5,49



5⁴⁹

pâtes aux oeufs
Bechtel
500 g, choix varié
Bechtel egg noodle
reg. 6,29



1⁹⁹

tomates
Selection
796 ml, choix varié
Selection tomatoes
reg. 2,29



4⁴⁹

nouilles
instantanées
Indomie
5 x 75-85 g, choix varié
Indomie instant noodles
reg. 5,29



3⁹⁹

salade de thon
Clover Leaf
160 g, choix varié
Clover Leaf tuna salad
reg. 4,99



JUSQU'À
40% DE RABAIS

4⁴⁹

céréales
Kellogg's ou
céréales granola
La Fourmi
283-355 g, choix varié
Kellogg's cereals or
La Fourmi
granola cereals
reg. de 5,99 à 7,49



JUSQU'À
33% DE RABAIS

2⁴⁹

barre de céréale
ou barre tendre
Selection
157-300 g, choix varié
Selection cereal or
Chewy bar
reg. de 3,49 à 3,69



5⁹⁹ -TX

barres de
chocolat Lindt
100 g, choix varié
Lindt chocolate bar
reg. 8,49



22% DE RABAIS

6⁹⁹ -TX

papier
hygiénique
Selection
8-12 un., choix varié
Selection bathroom tissue
reg. 8,99

PLANIFIEZ VOTRE CARÊME



9\$
12 un.

falafel
12 un.
reg. 9,99 / 12 un.

plats poisson
libre-service
choix varié
Fish plates self-service
reg. de 12,49 à 16,99

à partir de
12\$^{-TX}



12\$
12 un.

feuillets de vigne végétariennes
vegetarian vine leaves
reg. 12,99

salades
préemballées
moutardara ou
haricot vert
500 g
reg. de 6,99 à 8,99

5\$^{-TX}



59\$^{-TX}

plateau de poissons
4 merlans, 4 brochettes de crevettes, 20 calmars,
4x150 g filet brossa, servi avec patates et salade
(format moyen), sauce et pain frit
reg. 56,99



nammoura
16,51/kg
reg. 7,99/lb -
17,61/kg

749
/lb

doigts frites
au sirop
fried fingers
dipped in syrup
13,20/kg
reg. 8,99/lb -
15,41/kg

599
/lb



boulettes frites dans du sirop
fried dough dipped in syrup
13,20/kg
reg. 8,99/lb -
15,41/kg

599
/lb



33% DE RABAIS
799
/lb

loup de mer frais (bar commun)
fresh sea bass
17,61/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

épinards
en bottes
ou radis
en feuilles
Mexique, Canada
spinach or
radish bunch
reg. 2,99

2/5\$
ou 2,50
l'unité



aneth en
bottes
ou chou
frisé
Mexique
dill bunch
or green kale
reg. 2,99

2/5\$
ou 2,50
l'unité



salades
Attitude
ou Folia
Estas-Unis, Québec,
227-312 g, choix
varié
reg. 6,99 à 7,99

599

patates
douces
Etais-Unis
sweet potatoes
3,95/kg
reg. 1,99/lb -
4,39/kg

179
/lb



patates
LPC
454-680 g,
choix varié
LPC potatoes
reg. 3,99

2/7\$
ou 3,50
l'unité



persil
italien
ou frisé
Mexique
Italian or curly
parsley
reg. 1,99

99c
ch.

3% DE RABAIS
2199



pistaches crues Cedar
454 g
Cedar raw pistachios
reg. 24,99

249



tofu medium ferme Sunrise
454 g
Sunrise tofu medium firm
reg. 2,99



28% DE RABAIS
2/5\$
ou 2,50
l'unité

lentilles Cedar
907 g, choix varié
Cedar lentils
reg. 2,49

thym Al'ard
500 g
Al'ard thyme
reg. 15,99

38% DE RABAIS
999



coulis de
tomates Unico
680 ml
Unico strained tomatoes
reg. 3,99

299



JUSQU'À 48% DE RABAIS
3/5\$
ou 1,87
l'unité

légumineuses Cedar
540 ml, choix varié
Cedar legumes
reg. de 2,29 à 3,19

navets
marinés
Mechaalany
500 ml
Mechaalany pickled
turnips
reg. 3,99

349



vinaigrette Adonis
480 ml, choix varié
Adonis dressing
reg. 6,79

599



PRODUITS

EN *vrac*

Sélection d'olives



179
le 100 g

olives vertes
farciées
stuffed green olives
reg. 19,90/kg



119
le 100 g

piments grecs
marinés
pickled green peppers
reg. 12,90/kg



129
le 100 g

navets marinés
pickled turnips
reg. 14,90/kg



199
le 100 g

légumes mixtes
marinés
marinated mixed
vegetables
reg. 20,90/kg



halva
choix varié
reg. 14,90/kg

149
le 100 g



179
le 100 g

olives kalamata
dénoyautées
pitted kalamata olives
reg. 19,90/kg



149
le 100 g

olives noires
marocaines
moroccan black olives
reg. 16,90/kg

Sélection d'épices



369
le 100 g

bâtons de cannelle
cinnamon sticks
reg. 37,90/kg



279
le 100 g

poivre noir entier
whole black pepper
reg. 29,90/kg



259
le 100 g

cumin moulu
ground cumin
reg. 26,90/kg



219
le 100 g

sumac
reg. 22,90/kg



189
le 100 g

menthe sèche
dried mint
reg. 19,90/kg



369
le 100 g

7 épices moulues
7 ground spices
reg. 37,90/kg



379
le 100 g

café oriental mixte
oriental coffee mix
reg. 39,90/kg

Sélection de noix



99c
le 100 g

noix d'arachide rôtie
roasted peanut nuts
reg. 10,90/kg



639
le 100 g

pistaches crues
raw pistachios
reg. 64,90/kg



229
le 100 g

noix de grenoble
walnuts
reg. 24,90/kg



299
le 100 g

abricots secs
dried apricots
reg. 30,90/kg



99c
le 100 g

raisins secs sultana
sultana raisins
reg. 10,90/kg



169
le 100 g

canneberges séchées
dried cranberries
reg. 17,90/kg



199
le 100 g

noix mélange
oriental
oriental mixed nuts
reg. 20,90/kg

Du jeudi 26 février au mercredi 4 mars 2026



L'UNIVERS DES *dattes*



8⁹⁹
/lb - 19,82/kg

DATTES MEDJOL EN VRC
MEDJOL DATES IN BULK
REG. 22,02 \$/kg



7⁹⁹

DAÏA DATTES BRANCHÉES
PREMIUM DEĞLET NOUR
PREMIUM BRANCHED
DATES DEĞLET NOUR
REG. 12,99
1 KG

DAÏA DATTES
DÉNOYAUTÉES
DEĞLET NOUR
DEĞLET NOUR PITTED DATES
REG. 9,99
400 G



3⁴⁹



30⁹⁹

AL'ARD DATTES MEDJOL
MEDJOL DATES
REG. 51,99
1,8 KG

DAÏA DATTES KHUDARI
KHUDARI DATES
REG. 13,99
1 KG



11⁹⁹



11⁹⁹

CASTLE FARMS
DATTES SUKKARI RUTAB
SUKKARI RUTTAB DATES
REG. 12,99
850 G



7⁹⁹

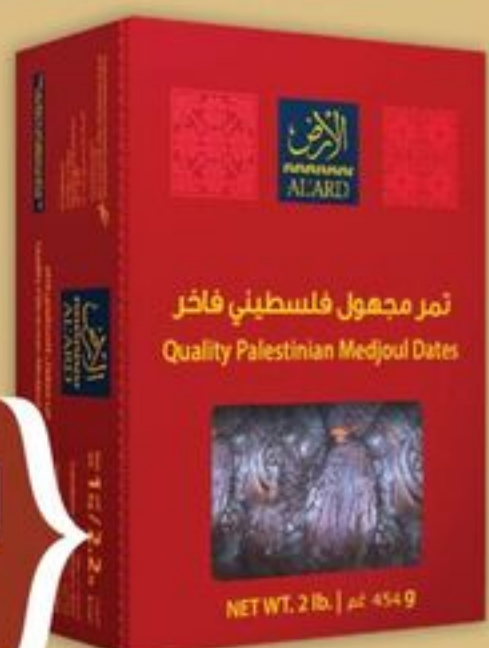
DAÏA DATTES DÉNOYAUTÉES
DEĞLET NOUR
DEĞLET NOUR PITTED DATES
REG. 8,99
1 KG



10⁹⁹

DAÏA DATTES BRANCHÉES
PREMIUM DEĞLET NOUR
DEĞLET NOUR PREMIUM
BRANCHED DATES
REG. 12,99
900 G

AL'ARD
MEDJOL DATES
DATTES MEDJOL
REG. 12,99
454 G



11⁹⁹

CEDAR
DATTES MAZAFATI
MAZAFATI DATES
REG. 5,99
550 G



4⁹⁹

DU 26 FÉVRIER AU 04 MARS 2026 / FROM FEBRUARY 26TH TO MARCH 04TH, 2026.

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 et typographies employées par les différents annonceurs et fournisseurs de produits.



DÉCOUVREZ L'ART DU SAVOUREUX IFTAR

إفطار ولا ألد



349\$
Kiri 8P, 144g



699\$
La Vache qui rit
24P, 400g



Offre valide du 12 février au 18 mars 2026

