grande vente watatow metro

metro classé #1 expérience client au Québec par les consommateurs québécois WOW

gros fruits

oranges importées de l'Afrique du Sud, sac de 4 lb
oranges
reg. 4,99

4 lb

watatow revient à **99¢** la livre à l'achat d'un sac de 4 lb
3,96 $ le sac de 4 lb

2 lb

watatow **3,99**
pêches ou nectarines
importées du Chili, 2 lb
peaches or nectarines
reg. 7,99

watatow **1,99**
mûres
importées du Mexique, 170 g
blackberries
reg. 3,99

2 lb

produit D'ICI

watatow **99¢**
carottes
produit du Québec, Canada No 1, sac 2 lb ou
oignons jaunes
produit du Québec, sac 2 lb
carrots or yellow onions
reg. 1,99

bœuf première qualité metro

depuis 1947

watatow **6,99 /lb**
rôti de haut de surlonge (Boston) désossé
boneless top sirloin (Boston) roast
15,41/kg
reg. 15,99/lb - 35,25/kg

produit D'ICI

watatow **1,99 /lb**
cuisses de poulet frais avec dos
format économique
fresh chicken legs, economic pack
4,39/kg
reg. 4,49/lb - 9,90/kg

extra maigre

watatow **2,99 /lb**
porc haché extra-maigre
format économique
extra lean ground pork, economic pack
6,59/kg
reg. 5,89/lb - 12,99/kg

WOW

Produits Kruger

Sponge Towels ULTRA PRO

Scotties Supreme HOUSE & HOME

papiers mouchoirs Scotties
SOLUTÉ Sponge Towels essuie-tout de papier 3 rouleaux, choix varié
Scotties facial tissues
reg. de 10,99 à 11,99

watatow **3,99** +TX

pépites de poulet panées fantastiques Flamingo
surgelées, 600 g
Flamingo fantastic frozen breaded chicken nuggets
reg. 14,99

watatow **5,99**

FLAMINGO PÉPITES DE POULET FANTASTIQUES PANURE CROUSTILLANTE AU RIZ SOUFFLÉ 600 g

watatow **4,99**
TRANCHÉ ÉPAIS
375 g
bacon Selection
375 g, choix varié
Selection bacon
reg. 6,99

produit participant concours mes marques à moi

produit D'ICI

watatow **2,99** +TX
Pepsi, Coke
canettes 6/222 ml, choix varié, consigne
soft drink
reg. de 4,99 à 5,29

céréales Kellogg's, Quaker
formats et choix variés
Kellogg's, Quaker cereal
reg. de 6,29 à 7,49

watatow **3,33**

Quaker Croque Nature Recette originale

Kellogg's Rice Krispies

bol poké
choix varié
poke bowl
reg. de 13,99 à 17,99

9 variétés disponibles

watatow **12,99** +TX

PHOTO À TITRE INDICATIF SEULEMENT

rabais au max pas moins cher ailleurs*

produit D'ICI

Dr.Oetker Casa di Mama

Dr.Oetker Ristorante PIZZA SPINACI

rabais au max **3,47**
pizza croûte mince Ristorante
surgelée, 320-390 g, Casa di Mama
395-410 g, Giuseppe bâtonnets de pizza 317 g,
pizza mini 288 g, choix varié
Ristorante thin crust pizza
reg. de 5,49 à 6,99

produit D'ICI

LIBERTÉ GREC ACTOSE 0%

LIBERTÉ GREC PROTÉINES NATURE 750 g

rabais au max **6,47**
yogurt grec Liberté
650-750 g, Méditerranée 900 g,
choix varié
Liberté greek yogurt
reg. 8,99

produit participant concours mes marques à moi

Irrésistible La Crémeuse PACANES PRALINÉES

produit D'ICI

Irrésistible CRÈME GLACÉE PISTACHE

rabais au max **4,77** +TX
crème glacée Irrésistible
1,5 L Mini en rêve biologique, Irrésistible, friandises glacées, 3-4/68-90 ml, sorbet 946 ml,
choix varié
Irrésistible ice cream
reg. de 5,99 à 6,49

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

* Valide du 19 février au 25 février 2026. Nous égalerons les prix annoncés dans les circulaires des grands supermarchés d'alimentation concurrents identifiés par Metro sur les produits annoncés dans la section «prix au max» de notre circulaire, si un concurrent, dans un rayon de 5 km, vend un article de format, de marque et de provenance identique à l'un de ces produits annoncés et identifiés «prix au max» sur la présente page de cette circulaire à un prix moindre durant la même période de validité de la présente circulaire. Metro validera les prix des circulaires des concurrents. Cette garantie exclut spécifiquement tout coupon, promotion, rabais, y compris sur des achats combinés, récompenses, attribution de points ou privilèges de programmes de fidélisation. Ne s'applique pas si les informations pour comparer les produits sont incomplètes ou si la publicité n'est pas émise directement du concurrent. Ne s'applique pas aux produits en liquidation et aux erreurs d'affichages des concurrents. Informez-vous à votre magasin Metro pour obtenir la liste des grands supermarchés d'alimentation concurrents identifiés. Nous nous réservons le droit de suspendre, modifier ou cesser ce programme en tout temps sans préavis.

* Metro se classe premier de l'expérience client en magasin parmi les détaillants alimentaires conventionnels au Québec d'après l'étude WOW expérience client en magasin Québec 2026 réalisé par Léger auprès de 16 000 répondants du 25 septembre au 10 novembre 2025.

NAT

metro PLUS

Plouffe Farnham

En vigueur du 19 au 25 février 2026

vo$ économie$ commencent ici!

rôti de bas de palette de boeuf désossé
coupe européenne, demi rôti de palette de boeuf désossé
boneless bottom blade roast
15,32/kg
reg. 14,49/lb 31,94/kg

6,95 /lb

produit D'ICI

pommes de terre rouges ou à chair jaune
produit du Québec, Canada no.1, sac 10 lb
red or yellow flesh potatoes
reg. 6,99

1,99

produit D'ICI

légumes Selection, Mieux-être
légumineuses, 341-398 ml, choix varié
Selection, Life Smart vegetables
reg. 2,19

99¢

huile d'olive Gallo
1 L, choix varié
Gallo olive oil
reg. 14,99

7,99

FORMAT ÉCONOMIQUE

achetez gros économisez gros

Pop-Tarts jumbo Kellog's
1,15 kg, Special K barres croquantes 500 g
Kellogg's jumbo Pop-Tarts

9,49

barres tendres Quaker
assortiment, 1,05 kg
Quaker chewy bars

16,49 +TX

produit D'ICI

goûter de fromage P'tit Québec
650 g, choix varié
P'tit Québec cheese snack

16,49

produit D'ICI

SPÉCIAUX ÉGALEMENT DISPONIBLES AU:

Metro Plouffe Bedford, 20, av. des Pins, Bedford

450 rue Meigs Nord, Farnham

Lundi au vendredi : 8h00 à 21h00 / Samedi et dimanche : 8h00 à 20h00

Spéciaux en vigueur du 5 au 11 février 2026 chez vos marchands Metro Plus Plouffe Farnham situé au 450 rue Meigs Nord, Farnham et Metro Plouffe Bedford situé au 20 av. des Pins, Bedford. La régularité dans les approvisionnements en fruits et légumes est à la merci des conditions météorologiques. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un article venait à manquer, n'hésitez pas à demander un bon d'achat différé. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement. MC : marque appartenant à METRO RICHELIEU INC. 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.

60% de rabais

produit D'ICI

idéal pour congélation

poireaux en rondelles
produit du Québec, 250 g
sliced leeks
reg. 3,99

wow 1.44

bœuf première qualité metro depuis 1947

picanha

watatow 10.99 /lb

rôti de culotte de haut de surlonge désossé (picanha)
biftecks de culotte de haut de surlonge désossés (picanha), format économique
picanha sirloin beef roast or steaks, economic pack
24,23/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

haricots français
importés du Guatemala, 400 g
french beans
reg. 5,99

watatow 3.99

portions de poulet panées Flamingo
surgelées, 600-680 g, choix varié
Flamingo frozen breaded chicken portions
reg. 14,99

watatow 8.99

frais

filets d'aiglefin frais
sans arêtes, format économique
fresh haddock fillets, economic pack
22,02/kg
reg. 18,99/lb - 41,87/kg

watatow 9.99 /lb

Si la température le permet

hummus Fontaine Santé
trempette 420-454 g, salade 200-400 g, choix varié
Fontaine Santé hummus
reg. de 6,99 à 7,99

watatow 4.99 +TX

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

produit participant concours mes marques à moi

watatow 8.77

festival de crevettes
découvrez notre variété en page 8

wow à partir de 34¢ l'unité

crevettes
choix varié
shrimp
reg. de 0,69 à 4,49 ch. ou 18,10/lb - 39,90/kg

petits gâteaux Vachon
6-12 un., pain tranché aux raisins Sun-Maid, 450 g, choix varié
Vachon cakes
reg. de 5,49 à 6,29

watatow 3.99

pain tranché POM
600-675 g, choix varié
Pom sliced bread
voir réduction sur reçu de caisse

watatow 3$ de rabais à l'achat de 2 pains

baguette française
280 g
french baguette
reg. 2,99

cuite en magasin

watatow 1.99

flocons de goberge à saveur de crabe
crab flavoured pollock flakes
17,61/kg
reg. 10,99/lb - 24,23/kg

watatow 7.99 /lb

canettes

chaque jour à bas prix

bière Labatt Michelob Ultra, Molson Miller Lite, Sleeman Clear 2.0
caisse, canettes 30/355 ml, choix varié, consigne
beer
reg. 45,29

watatow 45.29

bouteilles canettes

bière Archibald, Brasseur de Montréal, Unibroue
caisse, canettes 12/355 ml, choix varié, consigne
beer
reg. de 21,69 à 25,69

watatow 20.99

20% de rabais sur les bières sans alcool sélectionnées

bouteilles canettes

bière sans alcool Corona Cero, Heineken, Guinness, Selection,
caisse, bout. ou canettes 4-12/330-355 ml, choix varié, consigne
beer
reg. de 9,99 à 27,69

la seule épicerie au Québec à m'offrir des p●●●ints sur tous mes achats

1$ d'achat = 1 point

moi

jus d'orange réfrigéré Oasis
1,5-1,6 L, choix varié, consigne
Oasis refrigerated orange juice
reg. de 5,99 à 7,29

watatow 3.99

produit D'ICI

30 points

5,99

fromage en tranches Extra Cheddar Kraft
14 tranches, 390 g, choix varié
Kraft Extra Cheddar sliced cheese
reg. 8,49

produit D'ICI

pain Campagnolo St-Méthode
570-650 g, choix varié
St-Méthode Campagnolo bread
voir réduction sur reçu de caisse

2,50 de rabais à l'achat de 2 pains

produit D'ICI

6,79

yogourt Activia Danone
12/95-100 g, choix varié
Danone Activia yogurt
reg. 9,29

produit D'ICI

fèves au lard Clark
398 mL, Paris Pâté pâté à sandwich 78 g, choix varié
Clark pork'n beans
reg. de 2,79 à 3,19

1,79

produit D'ICI

55 points

10,99

fromage Mozzarellissima Saputo
690-700 g, choix varié
Saputo Mozzarellissima cheese
reg. 14,79

produit D'ICI

1,49

sauce St-Hubert
398 mL, choix varié
St-Hubert sauce
reg. de 2,69 à 2,79

produit D'ICI

produit participant
concours mes marques à moi

2,79

dîner Irrésistible
surgelé, 255-320 g, Mexicana, 230-270 g, choix varié
Irrésistible dinner
reg. 3,99

produit D'ICI

3,49

pommes de terre Cavendish
surgelées, 750-930 g, coupe classique ou drive-thru, choix varié
Cavendish potatoes
reg. 4,99

4,99

capsules de café Lavazza
10 un., St-Dalfour tartinade 225 mL, choix varié
Lavazza coffee capsules
reg. de 6,99 à 10,29

économisez avec nos petits formats à **petits prix!** en magasin et en ligne

produit participant
concours mes marques à moi

pâte de tomates Selection
156 mL, choix varié
Selection tomato paste

1,29

produit D'ICI

cretons Norel
150 g, choix varié
Norel cretons

4,99

produit D'ICI

produit participant
concours mes marques à moi

soupe Selection
crème, consommé, bouillon, 284 mL, choix varié
Selection soup

1,49

produit D'ICI

2,99

pepperoni caserta Roma
200 g, choix varié
Roma caserta pepperoni
reg. 3,69

produit D'ICI

produit participant
concours mes marques à moi

5,49

pépites de chocolat Selection
225-270 g, choix varié
Selection
chocolate chips

BIO **2,99**

produit participant
concours mes marques à moi

2,69

tofu Mieux-être
préparé au Canada, 400-454 g
Life Smart tofu

produit D'ICI

C'EST EXCLUSIF! chez metro

1,99

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

watatow — Nestlé

capsules de café Starbucks
Nespresso, 8-10 un., choix varié
Starbucks coffee capsules
watatow **12,99**

café instantané Nescafé
Taster's Choice, 90-170 g, crémeux sucré
16-18 un., choix varié
Nescafé instant coffee
reg. de 9,99 à 10,99
watatow **8,99**

colorant à café Starbucks
crémier à café, 600-828 ml, choix varié
Starbucks coffee whitener
reg. 9,99
watatow **6,99**

substitut de repas Boost
6/237 ml, choix varié
Boost meal substitute
reg. 16,99
watatow **12,99**

eau de source gazéifiée Perrier
Maison Perrier, 8/330 ml, choix varié, consigne
Maison Perrier carbonated spring water
reg. 9,79
watatow **7,99** +TX

friandises chocolatées Nestlé
76-203 g, choix varié
Nestlé chocolate treats
reg. 6,99
watatow **5,99** +TX

watatow — Molson Coors

bière Molson Coors Light, Miller Light
caisse, bout. ou canettes 24/341-355 ml, choix varié, consigne
beer
reg. de 38,29 à 39,29
watatow **à partir de 34,29** +TX

boisson de malt Simply Spiked
eau alcoolisée gazéifiée
Coors seltzer caisse, canettes 12/355 ml choix varié consigne
Simply piked malt beverage, carbonated alcoholic water
reg. de 26,69 à 27,69
watatow **22,99** +TX

bière Molson Canadian, Molson Export
caisse, bout. ou canettes 24/341-355 ml, choix varié, consigne
beer
reg. 39,29
watatow **35,29** +TX

bière Heineken
caisse, bout. ou canettes 12/330 ml, choix varié, consigne
beer
reg. 27,69
watatow **22,99** +TX

bière sans alcool Blue Moon, Brasseur de Montréal
canettes 4-6/355-473 ml; choix varié; consigne
non-alcoholic beer
reg. de 14,99 à 15,49
watatow **12,99** +TX

watatow — Pepsi

Pepsi, 7Up
bout. 6/710 ml, choix varié, consigne
soft drink
reg. 7,99
watatow **4,99** +TX

soda Poppi
canettes, 4/355 ml, choix varié, consigne
Poppi soda
reg. 12,99
watatow **9,99**

Pepsi
bout. 2 L, choix varié, consigne
soft drink
reg. de 3,79 à 4,29
watatow **2,99** +TX

Crispy Minis Quaker
90-199 g, choix varié
Quaker Crispy Minis
reg. 4,49
watatow **3,49** +TX

boisson énergisante Celsius
canettes, 4/355 ml, choix varié, consigne
Celsius energy drink
reg. 11,99
watatow **9,99** +TX

BAS PRIX DE MON ÉPICIER — PLUS DE 3000 PRODUITS

lait condensé Eagle Brand
300 ml, choix varié
Eagle Brand condensed milk
reg 5,49
4,49

pâtes alimentaires Catelli
Moisson Santé, 225-500 g, choix varié
Catelli pasta
reg. 4,69
3,99

vin blanc ou rouge
vinier 4 L, choix varié
white or red wine
reg. de 43,49 à 52,49
3,50 de rabais

skyr Siggi's
4/100 g, choix varié
Siggi's skyr
reg. 4,89
3,99

mayonnaise Mag
890 ml, choix varié
Mag mayonnaise
reg. 7,99
6,99

bonbons en gelée Kandju
700 g, choix varié
Kandju gummy candies
reg. 15,99
12,99 +TX

Encore cette année, nous sommes votre détaillant alimentaire conventionnel préféré au Québec. Merci de votre confiance, elle nous pousse à viser l'excellence!*

Metro se classe premier de l'expérience client en magasin parmi les détaillants alimentaires conventionnels au Québec d'après l'étude WOW expérience client en magasin Québec 2026 réalisé par Léger auprès de 16 000 répondants du 25 septembre au 10 novembre 2025.

fraîches et savoureuses

20 points

3,99

framboises
importées du Mexique, Cat. No 1, 170 g
raspberries
reg. 4,99

metrogo!

coupé en magasin

melon d'eau sans pépins
importé du Guatemala et/ou du Mexique
seedless watermelon
3,73/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg

1,69 /lb

gros fruit

gros raisins rouges, verts ou noirs sans pépins
importés de l'Afrique du Sud et/ou du Pérou
large seedless red, green or black grapes
10,34/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

4,69 /lb

20 points

gros fruit

lime
importée du Mexique, gr 145-155
lime
reg. 1,29

99¢ ch.

BIO au même prix gr 35

gros fruit

pamplemousse rouge
produit des É.-U. et/ou importé de la Turquie et/ou du Mexique, gr 32
red grapefruit
reg. 2,99

2,69 ch.

pitahaya (fruit du dragon)
importé de l'Équateur, gr 10-12
pitahaya (dragon fruit)
reg. 4,99

2,99 ch.

fraises
produit des É.-U. et/ou importées du Mexique, Cat. No 1, 454 g
strawberries
reg. 6,99

5,99

goûtez la fraîcheur

coupé en magasin

gros fruit

metrogo!

gros ananas Tropical Gold
importé du Costa Rica, gr 6 ou
ananas décortiqué
550 g
Tropical Gold large pineapple or cored pineapple
reg. 5,99

4,99

2 lb

kiwis
importés de la Grèce, panier 2 lb
kiwis
reg. 7,99

6,99

BIO au même prix

chou-fleur
produit des É.-U. et/ou importé du Mexique, Cat. No 1, gr 12
cauliflower
reg. 5,99

4,99 ch.

BIO 5,99 /lb 13,21/kg

poivrons rouges, orange ou jaunes de serre
importés du Mexique et/ou du Honduras
hothouse red, orange or yellow peppers
11,00/kg
reg. de 5,99/lb - 13,21/kg à 6,99/lb - 15,41/kg

4,99 /lb

courgettes
produit des É.-U., importées du Mexique
zucchini squashes
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

3,99 /lb

fenouil (anis) Andy Boy
produit des É.-U., gr 24
Andy Boy fennel (anise)
reg. 3,99

3,49 ch.

BIO 6,99 283 g

gros format

mélange de salade Attitude
roquette, jeunes épinards, produit des É.-U., 312 g, choix varié
Attitude salad mix
reg. de 6,99 à 7,99

5,99

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

tout le bon goût d'ici

produit D'ICI

germes de haricot
produit du Québec
bean sprouts
5,93/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg
2,69 /lb

betteraves rouges, jaunes ou chioggia
produit du Québec, Canada No 1, sac 2 lb
red, yellow or chioggia beets
reg. de 3,99 à 4,99
2 lb
2,99

jus Tradition
préparé au Québec, 1,5 L
Tradition juice
reg. 4,99
3,99

pommes de terre Russet
produit du Québec, Canada No 1, sac 10 lb
Russet potatoes
reg. 6,99
10 lb
prix non membre **6,99**
prix membre **5,99**

pommes Red Prince
produit du Québec, gr 110-113
Red Prince apples
4,39/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg
1,99 /lb

chou vert
produit du Québec, Canada No 1
green cabbage
2,18/kg
reg. 1,49/lb - 3,28/kg
BIO **1,29** /lb 2,84/kg
99¢ /lb

radis en feuilles
produit du Québec
top radishes
reg. 2,99
2,69

metrogo! préparés en magasin

césar

fraîcheur jardin

jambon, oeuf et emmental

petits fruits amandes et chèvre

saveurs de l'Italie

fraîcheur jardin cheddar

grecque au poulet

épinards, chèvre, pacanes et canneberges

salades variées
190-465 g, choix varié
assorted salads
reg. de 7,99 à 9,99
à partir de 7,99

Irrésistible plaisirs croquants

amandes naturelles entières Irrésistible
250 g
Irrésistible whole natural almonds
reg. 6,99
5,99

pruneaux dénoyautés Irrésistible
600 g
Irrésistible pitted prunes
reg. 13,99
12,99

arachides Irrésistible
produit des É.-U., 600 g, choix varié
Irrésistible peanuts
reg. 5,99
4,99

produit participant — concours mes marques à moi

délicieusement végé

tranches végé Gusta
préparées au Québec, 155 g, choix varié
Gusta vegan slices
reg. 5,99
4,99

saucisses végane Gusta
préparées au Québec, 320-350 g, choix varié
Gusta vegan sausages
reg. 7,99
6,99

haché italien Gusta
préparé au Québec, 340 g
Gusta italian ground
reg. 5,99
4,99

produit D'ICI

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

haché par nos bouchers tous les jours

boeuf haché mi-maigre
format économique
medium ground beef, economic pack
17,61/kg
reg. 18,39/lb - 18,50/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
7,99 /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
12,99 /lb

bifteck de haut de surlonge désossé sans culotte Platinum AAA plus
Platinum AAA plus boneless top sirloin steak cap off
33,05/kg
reg. 23,99/lb - 52,89/kg
14,99 /lb

rôti d'épaule de porc picnic, avec os
bone-in picnic pork roast
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg
3,99 /lb

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
6,99 /lb

bifteck sandwich-escalope
bifecks attendris, format économique
sandwich cutlet steak, economic pack
28,64/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
12,99 /lb

rôti de côtes croisées désossé
boneless cross rib roast
26,43/kg
reg. 13,49/lb - 29,74/kg
11,99 /lb

viandes préparées sur place pas en usine

bœuf première qualité metro depuis 1947

biftecks de haut de surlonge (Boston) désossé
format économique
boneless top sirloin (Boston) steaks, economic pack
19,82/kg
reg. $15,99/lb - 35,25/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
8,99 /lb

saucisses fraîches
choix varié, format économique
fresh sausages, economic pack
13,21/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
5,99 /lb

osso buco de porc
format économique
pork osso buco, economic pack
13,21/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
5,99 /lb

poitrines de poulet frais désossées
parées, hauts de cuisses de poulet désossés, format économique
fresh boneless chicken breasts, economic pack
19,82/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
8,99 /lb

filets de porc frais
format économique
fresh pork tenderloins, economic pack
15,41/kg
reg. 7,69/lb - 16,95/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
6,99 /lb

côtelettes de surlonge de porc désossées
rôti de surlonge de porc désossé, format économique
boneless pork sirloin slices, economic pack
11,00/kg
reg. 5,99/lb - 13,21/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
4,99 /lb

poulet de grain Mieux-être Naturalia
Cat. «A», env. 2 kg (4,4 lb)
Life Smart Naturalia grain-fed chicken
11,00/kg
reg. 5,49/lb - 12,10/kg
4,99 /lb

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

une viande locale savoureuse et de confiance

produit D'ICI

Famille Fontaine est fière d'offrir une viande de qualité qui reflète son savoir-faire et son engagement.

boeuf haché maigre Famille Fontaine
454 g
Fontaine Family lean ground beef
reg. 11,99
9,99

bifteck de contre-filet Famille Fontaine
280 g
Fontaine Family strip loin steak
reg. 17,99
15,99

côtelettes d'agneau Famille Fontaine
décongelées, env. 500 g
Fontaine Family lamb chops
39,66/kg
reg. 21,99/lb - 48,48/kg
17,99 /lb

escalopes de veau de grain Famille Fontaine
intérieur de ronde, env. 280 g
Fontaine family grain-fed veal cutlets
59,50/kg
reg. 30,99/lb - 68,32/kg
26,99 /lb

économisez plus avec Irrésistible Selection

produit D'ICI

poitrine de poulet désossée marinée Irrésistible
225 g - 500 g
Irrésistible marinated boneless chicken breast
reg. 6,49
5,99

filet de porc assaisonné Irrésistible
550 g, choix varié
Irrésistible seasoned pork tenderloin
reg. 8,99
7,99

bavette de boeuf Irrésistible
225 g, choix varié
Irrésistible beef bavette
reg. 11,99
10,99

SANS GLUTEN

jambon fumé Selection
675 g, choix varié
Selection smoked ham
reg. 13,99
11,99

smoked meat style Montréal Irrésistible Artisan
400 g
Irrésistible Artisan Montréal smoked meat
reg. 15,49
prix spécial **14,99**
prix membre **13,99**

40% de rabais sur le 2e moins cher

variété de repas Irrésistible
surgelés, 284 g - 1,13 kg, choix varié
Irrésistible frozen meals
reg. de 6,99 à 14,99

côtes de dos de porc cuites Irrésistible
680 g, choix varié
Irrésistible cooked pork back ribs
13,99

mini burgers de côte de boeuf Irrésistible
surgelés, 852 g
Irresistible frozen sliders mini prime rib beef burgers
reg. 19,99
14,99

metrogo! vous simplifie la vie

produit D'ICI

macreuse de boeuf marinée Kansas Metrogo!
170 g, bifteck de picanha mariné chimichurri, 200 g Metrogo! kansas iron flat steak
reg. 9,49
marinade kansas
8,99

biftecks français pirate
nature, poivre, choix varié, format économique
French style steaks, economic pack
28,64/kg
reg. 13,69/lb - 30,18/kg
— FORMAT — ÉCONOMIQUE
marinade pirate
12,99 /lb

boulettes de viande Metrogo!
pour smash burgers
smash burgers, 10,99
Metrogo! meatballs
reg. 18,99
15,99

pain de viande de porc
choix varié
pork meat loaf
13,21/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg
bacon fromage
5,99 /lb

rosettes de boeuf
nature ou assaisonnées, format économique
beef pinwheels, economic pack
24,23/kg
reg. 10,99/lb - 26,43/kg
— FORMAT — ÉCONOMIQUE
jambon fromage piments
10,99 /lb

brochettes de boeuf, de poulet, de dinde ou de porc avec légumes
choix varié
beef, chicken, turkey or pork brochettes with vegetables
26,43/kg
reg. 12,99/lb - 28,54/kg
boeuf, poulet, porc, dinde
11,99 /lb

bologne Lafleur
675 g, Olymel 500 g, choix varié
Lafleur bologna
reg. à partir de 7,99
6,99

viandes cuisinées Maple Leaf
250 g, choix varié
Maple Leaf cooked meats
reg. 10,99
8,49

pâtes fraîches O Sole Mio
540-600 g, choix varié
O Sole Mio fresh pasta
reg. à partir de 10,49
8,49

ailes de poulet Benny & co.
surgelées, 550 g, bouchées de poulet 600 g, choix varié
Benny & co. frozen chicken wings
reg. 17,99
14,99

saucisses Furca
450 g, choix varié
Furca sausages
reg. 8,99
7,49

boulettes de porc Stefano
450 g, choix variété
Stefano pork meatballs
reg. 10,99
9,99

SANS GLUTEN

portions de poulet Flamingo
surgelées, 600-730 g, choix varié
Flamingo frozen chicken portions
reg. 15,99
13,99

saucisses enrobées de pâte Pogo
surgelées, 960 g-1,5 kg, choix varié
Pogo frozen breaded wieners
reg. 21,99
19,99

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

jusqu'au 4 mars 2026

grande vente watatow

profiter de coupons capotés grâce à moi

375 points* — valeur de 3$
à l'achat de 12$ ou plus de produits de boulangerie

375 points* — valeur de 3$
à l'achat de 15$ de produits du rayon déli

125 points* — valeur de 1$
à l'achat de jus Slim SunRype, 1,36 L

200 points* — valeur de 1,60$
à l'achat de fromage Monsieur Gustav

200 points* — valeur de 1,60$
à l'achat d'assortiment de yogourts probiotiques Activia, 12×100 g

125 points* — valeur de 1$
à l'achat d'ensemble à tacos, tortillas, fajitas ou burritos Old El Paso

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

2 750 points à accumuler avec moi — valeur de 22$

125 points* — valeur de 1$
à l'achat de pâtes Primo

150 points* — valeur de 1,20$
à l'achat de fromage à la crème ou fromage à trempette Philadelphia

150 points* — valeur de 1,20$
à l'achat de sauce BBQ Bull's Eye

150 points* — valeur de 1,20$
à l'achat de sauce pour pâtes ou à pizza Stefano Faita

200 points* — valeur de 1,60$
à l'achat d'eau pétillante Bubly, 12×355 ml

150 points* — valeur de 1,20$
à l'achat de yogourt glacé lögo, 946 ml

150 points* — valeur de 1,20$
à l'achat d'hummus Fontaine Santé

125 points* — valeur de 1$
à l'achat de petits gâteaux Vachon

150 points* — valeur de 1,20$
à l'achat de fromage râpé ou en bloc P'tit Québec

1. télécharger l'appli Mon Metro
2. ajouter les 15 coupons
3. présenter la carte moi à la caisse chez metro ou en ligne sur metro.ca

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

saveurs de la mer

GARANTIE FRAÎCHEUR TRAÇABLE DE LA PÊCHE À L'ASSIETTE

filets de saumon Atlantique frais
sans arêtes, format économique
frozen Atlantic salmon fillets, economic pack
35,25/kg
reg. 41,99/lb - 92,56/kg

qualité tartare aussi disponible

FORMAT ÉCONOMIQUE

15,99 /lb

100% CANADIEN

Si la température le permet

BIO au même prix

produit D'ICI

moules bleues fraîches Canadian Cove
907 g
Canadian Cove fresh blue mussels
reg. 8,99
6,99

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 frozen fish fillets
reg. 9,99
35 points
6,99

brochettes de médaillons de pétoncle
choix varié
scallop medallion skewers
1 brochette gratuite à l'achat de 3 brochettes*
* S'applique sur une seule variété sélectionnée à la fois

collection fumoir metro

pépites de saumon fumé artisanal
artisanal smoked salmon nuggets
29,44/lb
reg. 30,99/lb - 68,32/kg
6,49 le 100 g

C'EST EXCLUSIF! chez metro
produit D'ICI
coquille aux fruits de mer
surgelée, avec pommes de terre, 150 g
frozen seafood shell
reg. 5,00
3,99

produit D'ICI
chair de homard cuite émincée
surgelée, 320 g
frozen minced cooked lobster meat
reg. 6,99
5,99

produit D'ICI
pâté au saumon Marché de poisson
surgelé, quiche aux deux saumons, lasagne aux fruits de mer, 530 g - 1,32 kg
Marché de poisson frozen pie
reg. de 16,99 à 29,99
à partir de 14,99

produit D'ICI
filets de sébaste La Gaspésienne
surgelés, 454 g
La Gaspésienne frozen redfish fillets
reg. 10,99
prix spécial **9,99**
prix membre **8,99**

produit D'ICI
C'EST EXCLUSIF! chez metro
tartare Shaker
surgelé, boeuf 147 g, saumon 130 g, tataki de thon 115 g, choix varié
Shaker frozen tartare
reg. 13,99
prix spécial **12,99**
prix membre **11,99**

FORMAT ÉCONOMIQUE

8 un.
metrogo!
pains de goberge
format économique
pollock bread, economic pack
reg. 12,99
9,99

12 un.
fricadelles de poisson
surgelées, 12 un., format économique
frozen fish cakes
reg. 10,99
9,99

metrogo!
pizza aux fruits de mer ou au saumon fumé
seafood or smoked salmon pizza
reg. 11,99
10,99

metrogo!
pavés de saumon
tournedos de saumon, Tob de saumon, filets de saumon assaisonnés, choix varié, format économique
salmon portions, economic pack
39,66/kg
reg. 19,99/lb - 44,07/kg
17,99 /lb

Irrésistible Impossible d'y résister

produit participant concours mes marques à moi

saumon Atlantique fumé Irrésistible
surgelé, tranché, 170 g
Irrésistible frozen cold smoked Atlantic salmon
reg. 7,99
6,99

pétoncles de baie Irrésistible
surgelés, 80-120 un./lb, 400 g
Irrésistible frozen bay scallops
10$

produit participant concours mes marques à moi

calmars croustillants Irrésistible
surgelés, sel-poivre, 340 g
Irrésistible frozen crispy calamari
reg. 9,99
8,99

mélange récolte de la mer Irrésistible
surgelé, 340 g
Irrésistible frozen harvest from the sea mix
reg. 6,99
5,99

festival de crevettes

à partir de **34¢** l'unité*

inspirez-vous avec ces recettes

blanche du Pacifique
› non cuite
› 31-40 un./lb
34¢ ch. reg. 69¢ ch.

blanche du Pacifique
› cuite
› 31-40 un./lb

sauvage de l'Argentine
› non cuite
› 21-25 un./lb
74¢ ch. reg. 99¢ ch.

nordique
› cuite
3,34 le 100 g reg. 18,10/lb - 39,90/kg

tigrée noire
› non cuite
› 8-12 un./lb
2,44 ch. reg. 2,79 ch.

eau douce
› non cuite
› 6-8 un./lb
3,44 ch. reg. 4,49 ch.

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

festival de crevettes

à partir de 34¢ l'unité*

sauvage de l'Argentine
› non cuite
› 21-25 un./lb

+ poitrines de poulet frais désossées
format économique

+ riz à grains longs Selection
2 kg

= Paëlla cajun avec poulet et crevettes

blanche du Pacifique
› cuite
› 21-25 un./lb

+ porc haché extra-maigre
format économique

+ bouillon de bœuf Mieux-Être
900 ml

= Soupe-repas au porc et aux crevettes

nordique
› cuite

+ lime
importée du Mexique,
gr 145-155

+ radis en feuilles
produit du Québec

= Bol poké de crevettes et légumes

découvrez plus de 180 recettes à base de crevettes

*Offre valide jusqu'au 11 mars 2026 dans les magasins Metro et Metro Plus participants. Certaines conditions s'appliquent, détails en magasin.

essayez nos bols poké

AKI SUSHI

12,99 +TX
bols poké
choix varié
reg. de 13,99 à 17,99

- ***Grande variété***
- ***Équilibrés*** *et* ***gourmands****, avec garniture généreuse*
- ***Frais du jour****, préparés en magasin*

9 variétés disponibles :
végé
duo saumons
poulet
crabe-crevettes
crabe
crevettes
thon
légumes tempura
Ebi Yaki

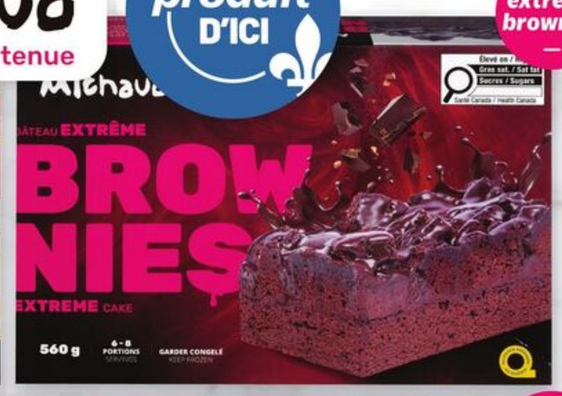
*Offre valide du 19 au 25 février 2026 dans les magasins Metro et Metro Plus participants.

Michaud
sans retenue

produit D'ICI

extrême érable

extrême brownies



framboisier

sucre à la crème

gâteau
470-560 g, choix varié
cake

au choix 16,99

pouding chômeur à l'érable

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

pouding chômeur à l'érable
500 g
maple pudding cake

14,99

fait avec du vrai sirop d'érable

nos saveurs d'érable d'ici

produit D'ICI

St Donat
Boulangerie Bakery

sirop d'érable à l'ancienne

sirop d'érable

pommes et sirop d'érable

à partir de 11,99
tarte
590-620 g, choix varié
pie
reg. de 11,99 à 17,99

pacanes et sirop d'érable

produits d'ici

produit D'ICI

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

à partir de 3,29

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

5,49

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

gâteau à l'érable
265 g
maple cake

8,99

mini beignets
230 g, beignes 400-425 g, choix varié
mini donuts

7,79

prix spécial **10,99**
prix membre **9,99**

gâteau tiramisu
gâteau bagatelle, 500 g, choix varié
tiramisu cake
reg. 11,99

produit D'ICI

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

6,77

produit participant
concours mes marques à moi

produit D'ICI

muffins
600 g, choix varié
muffins

6,99

produit D'ICI

bagels style Montréal
bagelwichs 420 g, choix varié
Montréal style bagels
reg. de 5,99 à 6,29

4,99

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

plus de 10 variétés à 30% de rabais

produit D'ICI

capicollo Mastro
15 points
2,09 le 100 g

mortadelle San Daniele
15 points
2,79 le 100 g

salami de Gênes Mastro
25 points
3,49 le 100 g

capicollo Mastro
jambon rôti, salami, prosciutto, San Daniele mortadelle, prosciutto, choix varié
Mastro capicollo
à partir de 9,48/lb
reg. de 3,09 le 100 g - 14,02/lb à 5,99 le 100 g - 27,17/lb

fondue parmesan Sélection
180-375 g
Sélection parmesan fondue cheese
reg. de 4,49 à 6,49
à partir de 3,99

simili poulet tranché Gaspésien
bologne, pepperoni, salami, 200 g, choix varié
Gaspésien sliced mock chicken
reg. 6,49
30 points
5,99

émincé de poitrine de poulet rôti Maple Lodge
200 g, choix varié
Maple Lodge shaved roasted chicken breast
reg. 6,99
35 points
6,49

émincé de jambon Olymel
poitrine de dinde, Tour Eiffel, 150-175 g, choix varié
Olymel shaved ham
reg. 7,99
à partir de 6,99

charcuterie antipasto misto Marc Angelo
prosciutto, 85 g, choix varié
Marc Angelo antipasto misto deli
reg. 8,49
40 points
7,49

grand cheddar Agropur
2-6 ans, 200 g, choix varié
Agropur grand cheddar cheese
reg. de 10,49 à 11,99
à partir de 9,99

fromage Boursin
150 g, choix varié
Boursin cheese
150 g
prix spécial 8$
prix membre 6,99

L'ART DU VRAI

Première Moisson

- 21% de protéines
- sans gluten et sans nitrite

30% d'économie

jambon blanc Première Moisson
choix varié
Première Moisson white ham
13,56/lb
reg. 4,29 le 100 g - 19,46/lb
2,99 le 100 g

pâté de foie ou de campagne Première Moisson
rillettes, 125 g, choix varié
Première Moisson liver or country style pâté
reg. 5,99
5,49

soupe, potage ou crème Première Moisson
700 ml, choix varié
Première Moisson soup or cream
reg. 8,99
7,99

sauce pour pâtes Première Moisson
700 ml, chili con carne 750 g, choix varié
Première Moisson pasta sauce
reg. de 11,99 à 17,49
à partir de 10,49

rillettes de canard Première Moisson
200 g
Première Moisson duck rillettes
reg. 12,99
11,49

Nos offres de tous les jours!

produit participant — concours mes marques à moi

jambon fumé émincé Le Petit Charcutier
forêt noire 2/175 g, bologne, jambon cuit haché, pepperoni, 400-600 g, choix varié
The Deli-Shop shaved smoked ham

8$ à tous les jours

viande fumée Irrésistible
Style Montréal, pastrami de bœuf fumé, 150 g, choix varié
Irrésistible smoked meat

fromage en tranches Irrésistible, Mieux-être
160-180 g, choix varié
Irrésistible, Life Smart sliced cheese

C'EST NOUVEAU! chez metro

Obtenez 20%* sur le 2e paquet et les suivants les moins chers

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

metrogo! préparés en magasin

sandwich au poulet croustillant
205 g, choix varié
crispy chicken sandwich
reg. 8,99
+TX
7,99

wrap
205-265 g, choix varié
wrap
à partir de
+TX
6,49

soupe
800 ml
soup
7,99

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

gâteau sandwich
110 g, choix varié
sandwich cake
reg. 4,49
3,99

repas individuel
choix varié
individual meal
à partir de 11,29/lb

à partir de
2,49
le 100 g

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

rôtisserie moins chère qu'au resto

poutine
375-460 g
choix varié
à partir de
+TX
5,99

repas de tendres bouchées de poulet
avec frites, sauce et salade
tender chicken bites meal
+TX
9,99

repas de poulet frit
2 morceaux avec frites, sauce et salade
fried chicken meal
+TX
11,49

repas de 8 ailes de poulet
avec frites, sauce et salade
8 chicken wings meal
+TX
11,99

metro.ca

jusqu'à
33%
de rabais

sur vos
3 premières commandes*

magasiner maintenant

*25 $ de rabais sur les 3 premières commandes en ligne de 75 $ et plus. Pour nouveaux clients seulement. Certaines conditions s'appliquent. Détails sur metro.ca

concours
jusqu'au 11 mars

mes marques à moi

total de
20 millions
de points
à gagner

participer en achetant
2 produits de ces marques

Selection
Irrésistible
Personnelle

5 lots — 1 000 000 de points
valeur de 8 000 $ chacun

30 lots — 500 000 points
valeur de 4 000 $ chacun

détails sur programmemoi.ca

metro
Jean Coutu
Super C
Brunet

*Aucun achat requis. Pour participer, vous devez être membre du programme Moi. Du 12 février au 11 mars 2026. Prix : trente-cinq (35) prix à gagner (valeur totale de tous les prix de 160 000$ CAD). Conditions rattachées aux prix et règlements sur programmemoi.ca. moi est une marque de commerce de Metro inc.

j'économise plus avec moi

nettoyant de cuvette Lysol
salle de bain, tout usage, 650 ml-1,2 L, 80 g, click gel 4 un., choix varié
Lysol toilet bowl cleaner
reg. de 5,49 à 5,99

prix spécial 3.99 +TX
prix membre 3.49 +TX

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

prix spécial 9.99
prix membre 8.99

savon à main Personelle
bain moussant, 1 L, lotion hydratante 600 ml, choix varié
Personelle hand soap
reg. de 5,49 à 6,29

prix spécial 3.99 +TX
prix membre 3.49 +TX

boisson non alcoolisée The Great Gentleman
canettes 6/250 ml, choix varié, consigne
The Great Gentleman non-alcoholic drink
reg. 11,99

prix spécial 9.99 +TX
prix membre 8.99 +TX

sacs Ziploc
10-100 un., choix varié
Ziploc bags
reg. de 5,99 à 6,49

prix spécial 4.99 +TX
prix membre 4.49 +TX

fruits Del Monte
796 ml, choix varié
Del Monte fruits
reg. 6,49

prix spécial 5.99
prix membre 5.49

farine tout usage Five Roses, Robin Hood
2,5 kg, choix varié
Five Roses, Robin Hood all purpose flour

prix non membre 5.99
prix membre 4.99

produit D'ICI

mélange à muffins Quaker
à biscuits, 900 g, choix varié
Quaker muffin mix
reg. 7,49

prix spécial 4.99
prix membre 4.49

produit D'ICI

beignes Bomboloni
480-510 g, choix varié
Bomboloni donuts
reg. 12,99

prix spécial 12.49
prix membre 11.99

produit participant
concours mes marques à moi
produit D'ICI

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

prix spécial 6.99
prix membre 6.49

sauce à la viande
800 ml
meat sauce
reg. 12,99

prix spécial 12.49
prix membre 11.99

produit participant
concours mes marques à moi

nids d'oignons et crevettes Irrésistible
surgelés, 10 un.
Irrésistible frozen shrimp & onion nests
reg. 9,99

prix spécial 8.99
prix membre 7.99

produit D'ICI

rondines de saucisse à déjeuner Schneiders
surgelées, 375 g, saucisses mini suzler, choix varié
Schneiders frozen sausages rounds
reg. 9,99

prix spécial 8.99
prix membre 7.99

pois mange tout ou pois sucrés
importés du Guatemala et/ou du Mexique, 200 g
sugar peas or snow peas
reg. 4,99

prix spécial 4.49
prix membre 3.99

pour vos débuts de journées

produit participant — concours mes marques à moi

4,49 — oeufs blancs poule en liberté, oméga-3 Mieux-être Naturalia
Nutri, Naturoeuf, calibre gros, douz., choix varié
Life Smart Naturalia free run hens omega-3 white eggs
reg. 6,99

2/8$ — bagels tranchés Pom
6 un., choix varié
Pom sliced bagels
ou à partir de 5,29 l'unité

5,49 — mini chocolatines La petite Bretonne
400 g micro croissants 350 g
La petite Bretonne mini choco
reg. 6,29

9,49 — lait finement filtré Natrel
Lactantia Purfiltre, 4 L, choix varié
Natrel ultra filtered milk
reg. 10,29
50 points

5,99 — kéfir Liberté
1 L, choix varié
Liberté kefir
reg. 7,29

3,99 — gaufres Eggo Kellogg's
20 points
surgelées, crêpes, 280 g, bâtonnets de pain doré 270 g, choix varié
Kellogg's Eggo waffles
reg. 4,79

4,99 — margarine molle Becel
427 g, choix varié
Becel soft margarine
reg. 5,49

8,99 — mini-fromages Babybel
240 g, La Vache qui rit fromage 400 g, choix varié
Babybel mini cheeses
reg. de 9,99 à 10,29

3,99 — barres à l'avoine Oatbox
5/24 g, Betty Crocker Dunkaroos biscuits avec glaçage 168 g, Bob Snail collation aux fruit 84-100 g, Val Nature barres muffin 175 g, choix varié
Oatbox oatmeal bars
reg. de 4,79 à 5,79

2,99 — tartinade originale Lactantia
15 points
427 g, soya-ail 227 g
Lactantia original spread
reg. de 3,39 à 4,49

3,49 — boisson au café Trema
330 ml, choix varié, consigne
Trema coffee drink
reg. 3,99

2,79 — collation aux pommes Mott's Fruitsations
6/104-113 g, 620 ml, choix varié
Mott's Fruitsations apple snack
reg. 3,79

3,49 — cocktail de légumes V8
20 points
6/156 ml, choix varié, consigne
V8 vegetable cocktail
reg. 4,49

5,99 — beurre Président
Lactantia sans lactose, 250 g, choix varié
Président butter
reg. de 6,99 à 7,99

3,49 — sucre blanc granulé Redpath
2 kg
Redpath granulated white sugar

KEURIG — Concours CAFÉscapade

25 000 $ EN PRIX QUOTIDIENS À GAGNER!
+ UNE ESCAPADE TROPICALE

COMMENT PARTICIPER
CONSERVEZ votre reçu et **BALAYEZ** pour participer avec achat
UNE BOÎTE DE CAPSULES K-CUP® = UNE PARTICIPATION

Van Houtte® 10-12 capsules K-Cup® — rég. 15,49 $ — **13,99 $**

Timothy's® 30 capsules K-Cup® — rég. 27,49 $ — **22,99 $**

McCafé® 10-12 capsules K-Cup® — rég. 15,49 $ — **12,99 $**

* AUCUN ACHAT REQUIS. Ouvert aux résidents canadiens ayant atteint l'âge de la majorité. Prend fin le 3/3/2026. Un (1) Grand Prix : chèque de 10 000 $ CA. Cinquante (50) Prix quotidiens : récompenses numériques de 500 $ CA. Max 20 participations/personne. Les chances dépendent des participations. Limite (1) Prix/personne. Question réglementaire d'arithmétique requise. Règlement : concourscafescapade.com. Commanditaire : Keurig Canada Inc., Montréal, QC. Toutes les marques de commerce appartiennent à leurs propriétaires respectifs et sont utilisées avec leur permission.

VOUS POURRIEZ GAGNER* UN SÉJOUR SPA EN ISLANDE D'UNE VALEUR DE 25000 $

PARTICIPEZ ICI! SIGGISCONCOURS.CA

ACHETEZ | PRENEZ EN PHOTO | TÉLÉVERSEZ POUR PARTICIPER

6,49$ — siggi's Yogourt Skyr 650 g - 750 g — Certaines Variétés — Rég. 8,29 $
iÔGO Yogourt Duos Crémeux, 16 x 100 g — Certaines Variétés — Rég. 9,29 $

3,99$ — iÔGO nanö Yogourt à boire 6 x 93 mL — Certaines Variétés — Rég. 5,79 $

4,99$ — Olympic Yogourt Biologique 650 g — Certaines Variétés — Rég. 6,29 $

*Aucun achat requis. Les gagnants potentiels doivent répondre correctement à une question réglementaire. Le concours débute le 18 décembre 2025 à 00 h 00 min 0s, heure de l'Est (-HE-), et se termine le 12 mars 2026 à 23 h 59 min 59 s, HE. Il y a un (1) grand prix à gagner par tirage au sort, lequel consiste en un prix en argent comptant de 25 000 $ CAN. Un des modes de participation pour courir la chance de gagner consiste à acheter n'importe quel produit participant, puis à soumettre le reçu d'achat et à remplir le bulletin de participation au www.siggisconcours.ca. Pour connaître tous les produits participants et le règlement complet, y compris les modalités de participation sans achat, visitez le site : www.siggisconcours.ca. Les chances de gagner le prix dépendent du nombre de participations admissibles reçues. Le concours s'adresse aux résidents du Canada ayant atteint l'âge de la majorité dans leur province ou territoire de résidence au moment de la participation. © 2026 Lactalis Canada. Tous droits réservés. Marques de commerce détenues ou utilisées sous licence par Lactalis Canada, Toronto (Ontario) M9C 5J1.

FIÈREMENT FABRIQUÉ AU CANADA

pour vos fins de journées

maïs soufflé Impérial
300 g, French Cancan 138-256 g, choix varié
Impérial popcorn
reg. de 4,69 à 5,29
3,99 +TX

croustilles Lay's
200-235 g, Baked! 177 g, Rold Gold amuse-gueule 198-370 g, Frito croustille de maïs 340 g, choix varié
Lay's potato chips
reg. 4,99
3,99 +TX

salade de thon Insalatissime Rio Mare
Clover Leaf, Ocean's 160 g, King Oscar filets de maquereau 115 g, choix varié
Rio Mare Insalatissime tuna salad
reg. de 4,99 à 5,29
3,99

moutarde Irrésistible
500 ml, Kraft vinaigrette 425 ml, choix varié
Irrésistible mustard
reg. de 4,99 à 5,29
3,99

huile canola Selection
végétale, 3 L
Selection canola oil
9,99

bouillon biologique Imagine
946 ml-1 L, choix varié
Imagine organic broth
reg. de 5,99 à 6,99
4,49

pizza pochettes McCain
surgelées, 540-600 g, choix varié
McCain pizza pockets
reg. 8,99
7,99

ragoût Cordon Bleu
410 g, choix varié
Cordon Bleu stew
reg. 5,99
4,29

cocktail ou jus de canneberge Irrésistible
1,89 L, choix varié, consigne
Irrésistible cranberry cocktail or juice
reg. 4,99
4,49 +TX

eau de source gazéifiée Selection
1 L, choix varié, consigne
Selection carbonated spring water
reg. 1,29
99¢ +TX

pâtes alimentaires Catelli
375-600 g, choix varié
Catelli pasta
reg. de 2,79 à 3,29
1,99

cocktail Clamato Mott's
2,54 L, 6/213 ml, choix varié
Mott's Clamato cocktail
reg. 6,99
5,99

eau pétillante San Pellegrino
canettes 6/330 ml, choix varié, consigne
San Pellegrino boisson pétillante sparkling water orange et grenade
reg. 8,79
6,99

sauce pour pâtes Mikes
410-700 ml, choix varié
Mikes pasta sauce
reg. 6,99
5,99

GOÛTEZ LA DIFFÉRENCE

1ERE MARQUE DE TOMATES EN ITALIE*

5,79 COULIS DE TOMATES MUTTI
CERTAINES VARIÉTÉS
MUTTI STRAINED TOMATOES SELECTED VARIETIES
680 ml
Régulier : 6,49

2,99 TOMATES CONCASSÉES FINES POLPA MUTTI
MUTTI FINELY CHOPPED TOMATOES POLPA
398 ml
Régulier : 3,69

5,49 TOMATES CONCASSÉES FINES POLPA MUTTI 796 ml ou TOMATES PELÉES MUTTI 796 ml
MUTTI STRAINED TOMATOES 796 ml or MUTTI PEELED TOMATOES 796 ml
Régulier : 7,29

UNE FAMILLE, UNE PASSION. TOMATES.

* Circana S.r.l. - Tot Italie des meilleures marques par valeur dans la catégorie Dérivés de tomates pour les supermarchés, hypermarchés et magasins d'alimentation en libre-service – JAN 25 – DEC 25

Arctic Gardens

Fabriqué au Canada

4,49 ARCTIC GARDENS
LÉGUMES ARCTIC GARDENS
ARCTIC GARDENS VÉGÉTABLES
425 g - 1 kg
Rég. / reg. 5,79-6,29 $

Prêts-à-manger et tellement bons !

Fabriqué au Canada

2,99 DEL MONTE
FRUITS, SALADES DE LÉGUMINEUSES ASSAISONNÉES, MÉLANGES DE MAÏS OU BETTERAVES EN DÉS / CANNED FRUIT, SEASONED BEAN SALADS, CORN MEDLEYS OR DICED BEETS
398 ml
Rég. / reg. 3,29 $ - 3,79 $

12,99 DEL MONTE
FRUITS / FRUIT
20x107-112 ml
Rég. / reg. 14,99 $

les offres 88

yogourt skyr Irrésistible
grec, 4/100 g, choix varié
Irrésistible skyr
reg. de 4,49 à 6,79
3,88

lait nordique Nutrinor
biologique, 2 L, choix varié
Nutrinor nordic milk
reg. de 8,29 à 8,99
produit D'ICI
6,88

sauce indienne Patak's
400 ml, sauce à cuisson 313 g, choix varié
Patak's indian sauce
reg. 5,99 à 6,29
4,88

pâte à biscuits Juju's
60 g, choix varié
Juju's cookie dough
reg. 3,99
C'EST EXCLUSIF! chez metro
3,88 +TX

croustilles de légumes Viva Yum Yum
150 g, choix varié
Yum Yum viva veggie chips
reg. 4,79
produit D'ICI
3,88 +TX

yogourt Riviera
4/120 g, choix varié
Riviera yogurt
reg. 6,79
produit D'ICI
3,88

dentifrice Colgate
70-150 ml, choix varié
Colgate toothpaste
reg. 6,29
4,88 +TX

antisudorifique Dove Men+Care
107 g, Tresemmé shampooing, revitalisant, 828 ml, choix varié
Dove Men+Care antiperspirant
reg. 10,99
50 points
9,88 +TX

riz à grains longs Selection
2 kg, instant 1,4 kg, Mieux-être 900 g, choix varié
Sélection long grain rice
reg. de 7,99 à 8,49
produit participant concours mes marques à moi
6,88

papier hygiénique Cashmere
12 rouleaux triples, Scotties papier mouchoir 12/100, choix varié
Cashmere bathroom tissue
reg. 16,99
produit D'ICI
13,88 +TX

plumeaux Swiffer
6-10 un., lingettes humides nettoyantes 24 un., linges secs 20-32 un., choix varié
Swiffer dusters
reg. 13,99
12,88 +TX

barres de chocolat Nestlé
97-105 g, choix varié
Nestlé chocolate bars
reg. 4,49
2,88 +TX

sacs à ordures Selection
20-100 un.; Sélection Eco sacs compostables 10 un., choix varié
Selection garbage bags
reg. 6,99
produit participant concours mes marques à moi
produit D'ICI
4,88 +TX

pastilles pour lave-vaisselle Powerball Finish
26-30 un., Jet-Dry agent de rinçage 473-621 ml, nettoyant pour la machine 3 un., choix varié
Finish Powerball dishwasher tabs
reg. de 12,49 à 13,99
10,88 +TX

BLUE DRAGON

Nouilles 250g - 300g
Reg : 4.69 $
- Portions individuelles pratiques
- Nouilles séchées à l'air
- Accun additif

Lait de coco 400ml
Reg : 4.19 $
- Sans OGM
- Accun additif

Nouilles en sauce 121g - 122g
Reg : 4.49 $
- Prêt en 5 minutes
- Nouilles séchées à l'air, coupées au couteau

3,49 $

Sauces mijotées asiatiques 325ml
Reg : 6.49 $
- Prêt en 15 minutes
- Sans OGM
- Sans arômes ni colorants artificiels

Chili croustillant 180g
Reg : 7.29 $
- Sans arômes ni colorants artificiels
- Sans gluten
- Végétalien

5,79 $

Pâtes 270ml
Reg : 6.29 $
- Sans OGM
- Sans arômes ni colorants artificiels

4,99 $

BON NOUVEL AN LUNAIRE
Visitez bluedragon.ca/fr pour plus de recettes.
pour plus de recette

OREO
ON AIME L'ÉRABLE DE CHEZ NOUS
Fait avec du SIROP D'ÉRABLE VÉRITABLE DU QUÉBEC

3,99 $
Biscuits CHRISTIE
224 – 303 g
choix varié
rég. 4,99 à 5,29 $

4,99 $
Gâteaux tendres OREO MOELLEUX 285 g et Biscuits CHRISTIE 342 - 525 g
choix varié
rég. de 6,99 à 7,29 $

3,99 $
Biscuits PEEK FREANS et DADS, Style de vie 275 - 350 g
choix varié
rég. de 5,19 $ à 5,49 $

mieux choisir mieux vivre

Le plaisir des pâtes, version bien-être !

Découvrez notre variété de produits sains pour des pâtes savoureuses et équilibrées.

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

sauce tomate Donata
644 ml, choix varié
Donata tomato sauce
reg. 7,99
5,99

pâtes alimentaires Rummo
340 g, choix varié
Rummo pasta
reg. 5,49
4,99

SANS GLUTEN

pâtes alimentaires biologiques nuPasta
sans gluten, 210 g, choix varié
nuPasta organic pasta
reg. 4,99
3,99

FOCUS DIGESTION

BIO

sauce pesto biologique Bioitalia
160 ml, choix varié
Bioitalia organic pesto sauce
reg. 9,99
7,99

VÉGÉ

produit participant — concours mes marques à moi

pesto Irrésistible
270 ml, choix varié
Irrésistible pesto
reg. 4,99
4,49

fromage râpé Daiya
200 g, choix varié
Daiya shredded cheese
reg. 6,99
5,99

À BASE DE PLANTES

BIO

huile d'olive extra vierge biologique Émile Noël
500 ml
Émile Noël organic extra virgin olive oil
reg. 30,99
26,99

FOCUS DIGESTION

protéine végétale Bob's Red Mill
texturée, 340 g
Bob's Red Mill vegetable protein
reg. 6,99
5,99

produit D'ICI

sauce pour pâtes Commensal
650 ml, choix varié
Commensal pasta sauce
reg. 6,99
6,49

À BASE DE PLANTES

SOURCE VITAMINE C

produit participant — concours mes marques à moi

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

FOCUS CŒUR

pâtes alimentaires Tinkyada
280-340 g, choix varié
Tinkyada pasta
reg. 5,29
4,29

faible en fodmap

La diète réduite en FODMAP vise à réduire les symptômes du syndrome du côlon irritable. FODMAP est l'acronyme de certains types de glucides présents naturellement dans les aliments. Lorsqu'ils sont consommés en quantités excessives, ces glucides peuvent provoquer des problèmes digestifs chez les personnes qui y sont sensibles. Ainsi, limiter l'apport en ces glucides fermentés peut aider à soulager ces symptômes.

produit D'ICI

riz biologique Dainty
410-900 g, choix varié
Dainty organic rice
reg. de 5,79 à 5,99
4,99

produit D'ICI

biscuits Prana
120 g, choix varié
Prana cookies
reg. 4,99
4,49

pépites chocolat sans gluten Enjoy Life
255 g, choix varié
chocolate chips Enjoy Life
reg. 12,99
10,99

fudge à base d'avoine sans protéines de lait SNÖ
6/58 ml
SNÖ oat based dairy free fudge
reg. 8,79
7,99

produit participant — concours mes marques à moi

farine d'amandes Mieux-être Naturalia
453 g
Life Smart Naturalia almond flour
reg. 14,49
12,99

fromage à la crème Daiya
nature, sans lactose, 227 g, choix varié
Daiya cream cheese
reg. 6,99
5,99

fromage en grains Nafsika's
végétal, 200g, choix varié
Nafsika's curd cheese
reg. de 7,99 à 8,49
5,99

produit participant — concours mes marques à moi

gruau Mieux-être
rapide sans gluten
511 g
Life Smart oatmeal
reg. 7,79
6,99

gruau-frigo Yumi
250 g, choix varié
Yumi overnight oats
reg. 7,99
6,99

produit D'ICI

eau d'érable pétillante Maple 3
4/355 ml, choix varié, consigne
Maple 3 sparkling maple water
reg. 10,99
9,29

jus d'ananas biologique Lakewood
946 ml
Lakewood organic pineapple juice
reg. 14,99
12,99

activité hivernale

thé en sachets Twinings
tisane, 50 un., David's tea thé-tisane 12 un., 40-50 g, choix varié Twinings tea bags
reg. de 9,99 à 12,49

8,99

bouillon concentré Bovril
500 ml, choix varié
Bovril concentrated broth
reg. 8,99

6,99

dîner Kraft
58-200 g, choix varié
Kraft Dinner
reg. de 2,29 à 2,99

10 points

1,79

produit D'ICI

5,49 **mélange à chocolat chaud Carnation Nestlé**
7-10/13-25 g, choix varié
Nestlé Carnation hot chocolate mix
reg. 6,49

goûter au fromage P'tit Québec, Cracker Barrel
Black Diamond, 168 g, 3/43 g, choix varié
P'tit Québec, Cracker Barrel cheese snack
reg. de 5,99 à 6,79

20 points

4,99

noix de cajou Planters
amandes, 200 g, choix varié
Planters cashews
reg. 6,49 à 7,99

4,99

produit participant
concours mes marques à moi

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

3,79 +TX

produit participant
concours mes marques à moi

chocolat Irrésistible
100 g, choix varié
Irrésistible chocolate
reg. 4,99

3,99 +TX

5,49 **riz Ben's Original**
250-490 g, nouilles 250 g, choix varié
Ben's Original rice
reg. de 5,99 à 6,29

croustilles Kettle
156-198 g, choix varié
Kettle potato chips
reg. 4,79

2/7$ +TX ou **3,50** +TX l'unité

produit participant
concours mes marques à moi

produit D'ICI

crème Selection
10 %, 15 %, 473 ml, choix varié
Selection cream
reg. 4,49

3,49

café moulu Starbucks
793 g, Kicking Horse café en grains, moulu, 708-850 g, choix varié Starbucks ground coffee
reg. de 29,49 à 36,99

25,99

boisson énergisante Celsius
canette consignée 355 ml, choix varié, consigne
Celsius energy drink
reg. 3,79

2,99 +TX

biscuit et craquelins Snak Pak Christie
6/30 g, 150-200 g, choix varié
Christie cookies
reg. 4,29

3,49

toujours au prix minimum garanti!

lait régulier, format 4 L

produit D'ICI

ÊTES-VOUS SATISFAIT DU SERVICE ?

PARTICIPEZ À NOTRE SONDAGE

Savoir, c'est pouvoir mieux vous servir

Répondez à notre sondage et courez la chance de gagner

1000 $

d'épicerie !

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 19 février au mercredi 25 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, February 19th to Wednesday, February 25th, 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.