

40% DE RABAIS
4.77 /lb
poitrine de poulet avec os
bone-in chicken breast detached and skinless
10.52/kg - 17.61/kg

38% DE RABAIS
7.99 /lb
épaule d'agneau frais
fresh lamb shoulder
17.61/kg - 28.64/kg

50% DE RABAIS
13.99 /lb
rôti ou bifteck de faux filet de bœuf,
format économique
boneless rib-eye roast or steak,
economic pack
30.84/kg
reg. 27.99/lb - 61.70/kg

52% DE RABAIS
2.88 ch.
framboises
Mexique, 170 g
raspberries
reg. 5.99

27% DE RABAIS
7.99 /lb
saucisses merguez bœuf et agneau
merguez sausages lamb and beef
17.61/kg
reg. 10.99/lb - 24.23/kg

RECETTE ORIGINALE Adonis

TOUS LES JOURS
3.99 ch.
laitues cœurs de romaine
États-Unis, Mexique, 3 un.
romaine hearts lettuce
reg. 6.99

2 POUR 1
ACHÈTE 1 BOÎTE, LA DEUXIÈME EST GRATUITE

Zabiha Halal
Canada's No. 1 Halal Brand
La marque halal

GRATUIT

Zabiha Halal
Canada's No. 1 Halal Brand
La marque halal

CHICKEN STRIPS | 800 g

burgers, pépites, languettes ou poulet popcorn Zabiha Halal
800 g
Zabiha Halal burgers, nuggets, strips or chicken popcorn
reg. 14.99

60% DE RABAIS
10/3.99
ou 0,40 l'unité
citrons
États-Unis
lemons
reg. 0.99

50% DE RABAIS
1.49 ch.
champignons blancs
Canada, 227 g
white mushrooms
reg. 2.99

fromage ricotta Tre Stelle,
labneh Phoenicia ou Cedar
400-475 g - 500 g
Tre Stelle ricotta, Phoenicia or Cedar labneh cheese
reg. de 6,49 à 7,79

JUSQU'À 43% DE RABAIS
4.44
Ricotta
Ricotta
475 g - 500 g
labneh
labneh
500 g

tartinade crémeuse Puck
500 g
Puck creamy spread
reg. 16.99

7% DE RABAIS
9.99
Puck
Puck
500 g

yogourt Liberté
ou Siggis
650-750 g, choix varié
Liberté or Siggis yogurt
reg. de 8,19 à 8,69

JUSQU'À 26% DE RABAIS
6.47
Siggis
Siggis
750 g - 675 mL

33% DE RABAIS
5.99
CEDAR
CEDAR
454 g

dattes dénoyautées Daia
1 kg
Daia pitted dates
reg. 8.99

JUSQU'À 50% DE RABAIS
2/5\$
ou 2,50 l'unité
amandes
crues ou noix
orientales Cedar
454 g
Cedar raw almonds
or mixed oriental nuts
reg. 8.99

31% DE RABAIS
8.99
daia
daia
850 g

dattes sukkari ruttal Castle Farms
850 g ou dattes branchées Daia 1 kg
sukkari ruttal dates Castle Farms 850 g or
branched dates Daia 1 kg
reg. 12.99

10 KG
9.99
farine tout usage
Selection
10 kg
farine tout usage
Selection
10 kg
Selection all purpose flour
reg. 12.99

23% DE RABAIS

MAATOUK
1960
TURKISH
TOR
200 g

LAVAZZA
ITALY'S FAVORITE COFFEE
CREMA E GUSTO
200-250 g
choix varié
Lavazza or Maatouk
ground coffee
reg. de 6,69 à 8,99

JUSQU'À 44% DE RABAIS
2/10\$
ou 5,00 l'unité

riz basmati Tilda
4.54 kg
Tilda
basmati rice
reg. 19.99

42% DE RABAIS
13.99
Tilda
Tilda
4.54 kg

CRACKER BARREL
MARBLE - MARBRE
400 g, choix varié
Cracker Barrel cheese block
reg. 9.29

30% DE RABAIS
6.47
fromage en bloc
Cracker Barrel
400 g, choix varié
Cracker Barrel cheese block
reg. 9.29

huile d'olive extra vierge Cleopatra
3 L
Cleopatra extra virgin
olive oil
reg. 31.99

8% DE RABAIS
23.99
CLEOPATRA
100% EXTRA VIRGIN
OLIVE OIL
3 L

44% DE RABAIS
3/5\$
ou 1,67 l'unité
pâtes alimentaires Barilla
410 g, choix varié
Barilla pasta
reg. 2.99

Barilla
Barilla
410 g

NETTOYAGE GRATUIT

26% DE RABAIS

8.88 /lb

loup de mer frais (bar commun)
fresh sea bass
19.58/kg
reg. 11.99/lb - 26.43/kg

25% DE RABAIS

11.99 /lb

pieuvre nettoyée décongelée/surgelée
Cleaned octopus frozen/defrosted
26.43/kg
reg. 15.99/lb - 35.25/kg

BEST MANGUE
Nectaire de Mangue

50% DE RABAIS

2/4\$

ou 2,00 l'unité

jus nectar Best
1 L, choix varié
Best juice nectar
reg. 3.99

BALOCO Wafers Hazelnut

20% DE RABAIS

2/4\$

ou 2,00 l'unité

gaufrette Balocco
175 g, choix varié
Balocco wafer
reg. 2.49

Lindt SWISS CLASSIC
HAZELNUT MORSETTES

42% DE RABAIS

2/7\$

ou 3,50 l'unité

chocolat Lindt
100 g, choix varié
Lindt chocolate
reg. 5.99

Häagen-Dazs MINIS
VANILLE AMANDE

34% DE RABAIS

4.94 -TX

crème glacée Häagen-Dazs
450.3 x 68 ml, choix varié
Häagen-Dazs ice cream
reg. 7.49

CEDAR PHOENICIA
Chick pea Dip Hummus Tahini
Trempe de pois chiches

50% DE RABAIS

99¢

maïs en grain ou trempette pois chiches Cedar
400 g, 341 ml
Cedar whole corn or chick pea dip
reg. 1.99

sardines Phoenicia
120 g, choix varié
Phoenicia sardines
reg. 1.99

Mechaalany
پاسته توم

46% DE RABAIS

2.99

pâte de tomates Mechaalany
650 ml
Mechaalany tomato paste
reg. 5.49

Aseel VEGETABLE GHEE
ORIGINAL TASTE

40% DE RABAIS

5.99

ghee végétal Aseel
1 kg
Aseel vegetable ghee
reg. 9.99

FRAÎCHEUR orientale

nammoura
16.51/kg
reg. 7.99/lb - 17.61/kg

7.49 /lb

baklava
choix varié
baklava
37.44/kg
reg. 17.49/lb - 38.55/kg

16.99 /lb

katayef aux noix ou kashta
nut or kashta katayef
reg. 2.99

2/5\$ -TX

ou 2,50 l'unité

doigts frites au sirop
fried fingers dipped in syrup
13.20/kg
reg. 6.99/lb - 15.41/kg

5.99 /lb

boulettes frites dans du sirop
fried dough dipped in syrup
13.20/kg
reg. 6.99/lb - 15.41/kg

5.99 /lb

plateau de knafeh
1 kg
knafteh tray
reg. 32.99

29.99

shaabiyat
reg. 2.79

2/5\$ -TX

ou 2,50 l'unité

poitrine de dinde Solmaz
choix varié
Solmaz turkey breast
12.66/lb
reg. 5.29 le 100 g - 14.92/lb

5\$/KG DE RABAIS

2.79 le 100 g

rouleaux viande et légumes
meat and vegetable rolls
reg. 8.70 /6 un.

13% DE RABAIS

7.50 6 un.

kebbeh viande (grand format)
large meat kabbe
reg. 8.34 /6 un.

10% DE RABAIS

7.50 6 un.

bologne de boeuf ou poulet Alzahraa
choix varié
Alzahraa beef or chicken bologna
8.12/lb
reg. de 2.39 à 2.49 le 100 g - de 10.84/lb à 11.29/lb

JUSQU'À 7\$/KG DE RABAIS

1.79 le 100 g

pâte sfiha (format moyen)
medium sfiha pie
reg. 8.70 /6 un.

20% DE RABAIS

6.90 6 un.

rouleaux fromage
cheese rolls
reg. 7.20 /6 un.

6.90 6 un.

PLANIFIEZ VOTRE CARÊME

Saviez-vous que ?

Le Carême met à l'honneur des plats simples à base de poisson, légumes et légumineuses, une pratique bien ancrée en Méditerranée.



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.
feuilles 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 bœuf, servi avec patates et salade
(format moyen), sauce et pain frit
reg. 66,99



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. 6,99/lb -
15,41/kg

599
/lb



boulettes frites dans du sirop
fried dough dipped in syrup
13,20/kg
reg. 6,99/lb -
15,41/kg

599
/lb



26% DE RABAIS
888
/lb
loup de mer frais (bar commun)
fresh sea bass
19,58/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

bettes à
cardes
verts, rouges ou
pissenlit
Mexique
green or red swiss
chard & dandelion
reg. 3,99

2/7\$
ou 3,50
l'unité



aneth et
épinards
en bottes
Mexique
dill & spinach
in bunches
reg. de 2,99 à
3,99

2/5\$
ou 2,50
l'unité



salades
Attitude
Etats-Unis, 312 g,
choix varié
Attitude salads
reg. 6,99

599

patates douces
Etats-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



ail cello
Chine, 3 un.
cello garlic
reg. 1,99

2/3\$
ou 1,50
l'unité

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

99¢
ch.



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

249



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

28% DE RABAIS
2/5\$
ou 2,50
l'unité

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. 3,69

299



légumineuses
Cedar
540 ml, choix varié
Cedar legumes
reg. de 2,59 à 3,19

JUSQU'À 48% DE RABAIS
3/5\$
ou 1,67
l'unité

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

349



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

599



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



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



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



10/3.99
ou 0,40 l'unité
citrons
États-Unis
lemons
reg. 0.99



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



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



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



2.99 /lb
clémentines avec feuilles
Espagne
clementines with leaves
6.59/kg
reg. 4.99/lb - 11.00/kg



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



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



3.99 ch.
laitues coeurs de romaine
États-Unis, Mexique, 3 un.
romaine hearts
lettuce
reg. 6.99



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



4.99 ch.
pommes de terre jaunes, russets ou rouges
Québec, sac 10 lb
yellow, russet or red potatoes
reg. 6.99



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



5.99 ch.
kiwis en panier 2 lb
Grec
Kiwi basket
reg. 7.99



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



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



57% de rabais
2.99 ch.
asperges 325 g
Mexique, Pérou
asparagus 325 g
reg. 6.99



40% de rabais
2.99 /lb
gourganes
États-Unis
fava beans
6.59/kg
reg. 4.99/lb - 11.00/kg



33% de rabais
3.99 /lb
raisins verts, rouges, noirs sans pépins
Afrique du Sud et Pérou
green, red or black seedless grapes
8.80/kg
reg. 5.99/lb - 13.21/kg



40% de rabais
2.99 ch.
Pitahaya dragon fruit
Équateur
reg. 4.99



Jusqu'à 44% de rabais
3/5\$
ou 1.47 l'unité
coriandre ou radis avec feuilles
Canada, Mexique
coriander and radish bunch
reg. de 1.99 à 2.99



20% de rabais
3.99 ch.
cantaloup
Honduras, Guatemala
cantaloupe
reg. 4.99



33% de rabais
1.99 /lb
poires Bartlett, Bosc ou rouges
États-Unis
Bartlett, Bosc or red pears
4.39/kg
reg. 2.99/lb - 6.59/kg



33% de rabais
1.99 /lb
pommes granny smith, rouges délicieuses ou cripplés pink
États-Unis
red delicious, granny smith, cripplés pink apples
4.39/kg
reg. 2.99/lb - 6.59/kg



25% de rabais
2.99 ch.
oignons rouges 3 lb et anis
red onions 3 lb & fennel bulb
États-Unis, Québec
reg. 3.99



3.99 /lb
poivrons rouges, jaunes ou oranges
Mexique et Honduras
red, yellow or orange peppers
8.80/kg
reg. 5.99/lb - 13.21/kg



Jusqu'à 25% de rabais
5.99 ch.
nectarines, pêches ou prunes noires
Chili, Afrique du Sud, 2 lb
peaches, nectarines or black plums
reg. 7.99



4.99 ch.
ananas entier ou décortiqué
Costa Rica
whole or cored pineapple
reg. 5.99

variété EN VRAC



1.69 le 100 g
olives mixtes marinées dénoyautées
pitted marinated mixed olives
7.67/lb
reg. 1.99 le 100 g - 9.03/lb



24% de rabais
1.29 le 100 g
olives noires marocaines
moroccan black olives
5.85/lb
reg. 1.69 le 100 g - 7.67/lb



23% de rabais
99¢ le 100 g
olives noires ou vertes libanaises
lebanese black or green olives
4.49/lb
reg. 1.29 le 100 g - 5.85/lb



1.29 le 100 g
navets marinés
pickled turnips
5.85/lb
reg. 1.49 le 100 g - 6.76/lb

SAVOUREZ nos viandes FRAÎCHES et nos spécialités de QUALITÉ

منتجاتنا اللحومية



RECETTE ORIGINALE Adonis

3⁵⁰ un.

brochette de poitrine de poulet shish taouk, sauce rouge ou pesto
un. chicken breast skewers
reg. 4,25



20% DE RABAIS

3⁹⁹ /lb

pilons de poulet régulier ou mariné
regular or marinated chicken drumsticks
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

RECETTE ORIGINALE Adonis

حلال HALAL



27% DE RABAIS

9⁹⁹ /lb

rôti français non bardé
french roast non barded
22,02/kg
reg. 13,59/lb - 30,18/kg



25% DE RABAIS

4⁴⁹ /lb

souvlaki de porc
pork souvlaki
9,90/kg
reg. 5,99/lb - 13,21/kg

RECETTE ORIGINALE Adonis



20% DE RABAIS

9⁹⁹ /lb

cubes de boeuf à ragoût
beef stewing cubes
22,02/kg
reg. 11,69/lb - 25,77/kg



3% LB DE RABAIS

12⁹⁹ /lb

foie de veau de grain frais
fresh grain-fed veal liver
28,64/kg
reg. 15,99/lb - 35,25/kg

حلال HALAL



3% LB DE RABAIS

14⁹⁹ /lb

côtelettes de veau de grain nature ou marinées
grain-fed veal chops regular or marinated
33,05/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

حلال HALAL



37% DE RABAIS

9⁹⁹ /lb

tranche d'épaule d'agneau
slice of lamb shoulder
22,02/kg
reg. 15,99/lb - 35,25/kg

حلال HALAL



25% DE RABAIS

8⁹⁹ /lb

escalopes de poulet frais
chicken escalopes
19,82/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

حلال HALAL



RECETTE ORIGINALE Adonis

JUSQU'À 25% DE RABAIS

8⁹⁹ /lb

shawarma de boeuf ou de poulet
beef or chicken shawarma
19,82/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg



18% DE RABAIS

7⁹⁹ /lb

boeuf haché maigre
lean ground beef
17,61/kg
reg. 9,79/lb - 21,58/kg



2\$ DE RABAIS

9⁹⁹

lasagne à la viande surgelée Irrésistible
1,13 kg
Irrésistible frozen beef lasagne
reg. 11,99



1\$ DE RABAIS

5⁹⁹

saucisse sur bâton Pogo
300 g
Pogo sausage on a stick
reg. 6,99



4\$ DE RABAIS

9⁹⁹

Pâté, gratin au poulet ou tourtière surgelée Plaisirs Gastronomiques
715-850 g
Plaisirs Gastronomiques frozen pie or tourtière
reg. 14,99



حلال HALAL

1\$ DE RABAIS

5⁹⁹

macon de boeuf ou poulet Halal Solmaz
375 g
Solmaz beef or chicken macon Halal
reg. 6,99



150\$ DE RABAIS

5⁴⁹

pâté imperial legume ou poulet
imperial vegetable or chicken pâté
570 g
reg. 6,99



2\$ DE RABAIS

4⁴⁹ un.

Selection bologna style ciré
675 g
Selection waied style bologna
reg. 6,49

GOÛTEZ la FRAÎCHEUR de nos PRODUITS de la mer

منتجاتنا البحرية



2\$/LB DE RABAIS

11⁹⁹
/lb

filet de saumon coho décongelé/surgelé
coho salmon filets frozen/thawed
26,43/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg



NETTOYAGE
GRATUIT

2\$/LB DE RABAIS

8⁹⁹
/lb

truite arc-en-ciel entière
whole rainbow trout
19,82/kg
reg. 10,99/lb - 24,23/kg

filets de morue
cod filets
28,64/kg
reg. 14,99/lb - 33,05/kg

2\$/LB DE RABAIS

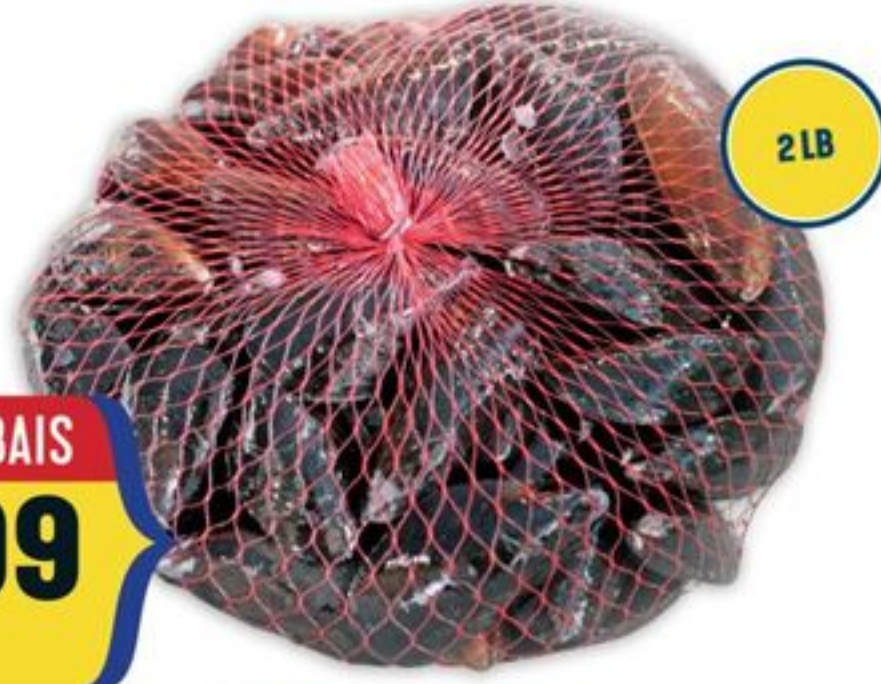
12⁹⁹
/lb



moule sac
2 lb
mussels
reg. 6,99

1\$ DE RABAIS

5⁹⁹



2 LB



1\$ DE RABAIS

5⁹⁹

saumon fumé
Royal Harbour
80 g
Royal Harbour
smoked salmon
reg. 6,99



3\$ DE RABAIS

19⁹⁹



2,5 LB

1\$ DE RABAIS

8⁹⁹

imitation de chair
de crabe surgelé
Blue Tide
1,13 kg
Blue Tide imitation crabmeat
reg. 9,99



1\$ DE RABAIS

7⁹⁹

rondelles de
calmar surgelées
Blue Tide
454 g
Blue Tide frozen squid rings
reg. 8,99

Nos produits FRAIS — عروض المنتجات الطازجة



PRIX MINIMUM
PAR LA LOI

le lait toujours au prix minimum

Milk always at minimum price
*Lait régulier de format 4 L de marque Beatrice au plus
bas prix permis au Québec



jus d'orange Oasis
2,5 L, choix varié
Oasis orange juice
reg. 9,29

14% DE RABAIS

7⁹⁹



yogourt
Activia
8 x 100 g, choix varié
Activia yogurt
reg. 7,49

20% DE RABAIS

5⁹⁹



yogourt Riviera
750 g, choix varié
Riviera yogurt
reg. 5,49

27% DE RABAIS

3⁹⁹



yogourt méditerranée
Liberté
900 g, choix varié
Liberté méditerranée yogurt
reg. 8,69

20% DE RABAIS

6⁹⁹



yogourt à boire
iögo nano
6 x 93 ml, choix varié
iögo nano
drinkable yogurt
reg. 5,19

23% DE RABAIS

3⁹⁹



yogourt
Silk
500-650 g, choix varié
Silk yogurt
reg. 7,49

20% DE RABAIS

5⁹⁹



fromage mozzarella
Saputo
250 g
Saputo mozzarella
cheese
reg. 8,99

33% DE RABAIS

5⁹⁹



kéfir Liberté
1 L, choix varié
Liberté kefir
reg. 7,19

17% DE RABAIS

5⁹⁹



crème 5%,
10% ou 15%
Lactantia
473 ml, choix varié
Lactantia cream
5%, 10% or 15%
reg. de 4,49 à 4,69

JUSQU'À
26% DE RABAIS

3⁴⁹



lait Lait's Go
325 ml, choix varié, consigne
Milk 2Go milk, deposit
reg. 2,99 + tx

33% DE RABAIS

1⁹⁹ -TX



yogourt à boire
Yoplait Yop
200 ml, choix varié
Yoplait Yop drinkable yogurt
reg. 1,49 + tx

16% DE RABAIS

4/5\$ -TX
par 1,25
l'unité



bâtonnets de
fromage Black
Diamond
250-336 g, choix varié
Black Diamond
cheese sticks
reg. 8,99

33% DE RABAIS

5⁹⁹



fromage régulière
ou légère
La Vache qui rit
400 g
La Vache qui rit
regular or light cheese
reg. 10,59

34% DE RABAIS

6⁹⁹

Découvrez NOS CHARCUTERIES



22% DE RABAIS
349
le 100 g

poitrine de dinde Schneiders
choix varié
Schneiders
turkey breast
15,83/lb
reg. 4,49 le 100 g - 20,37/lb



19% DE RABAIS
349
le 100 g

jambon blanc Première Moisson
white ham
15,83/lb
reg. 4,29 le 100 g - 19,46/lb



mortadella di Italia Marc Angelo
Marc Angelo mortadella di Italia
11,29/lb
reg. 3,79 le 100 g - 17,19/lb

34% DE RABAIS
249
le 100 g



jambon fumé ou forêt noire Olymel
Olymel smoked or black forest ham
9,03/lb
reg. 3,29 le 100 g - 14,92/lb

40% DE RABAIS
199
le 100 g



viandes froides Maple Leaf
175 g, choix varié
Maple Leaf cold cuts
reg. 8,99

22% DE RABAIS
699



saucisson sarment Maison de Savoie
250 g, choix varié
Maison de Savoie sarment sausage
reg. 11,99

25% DE RABAIS
899



salametti Fantino & Mondello
175 g, choix varié
Fantino & Mondello salametti
reg. 8,99

22% DE RABAIS
699



salami Mustafa
300 g, choix varié
Mustafa salami
reg. 4,49

16% DE RABAIS
379

Découvrez NOS FROMAGES



fromage EntreMont, cheddar Agropur ou Kerrygold
198-227 g, choix varié
EntreMont, Agropur ou Kerrygold cheddar cheese
reg. de 8,79 à 10,79

JUSQU'À 35% DE RABAIS
699



fromage kashkaval Balkan
Balkan kashkaval cheese
11,29/lb
reg. 3,49 le 100 g - 15,83/lb

29% DE RABAIS
249
le 100 g



fromage feta bulgare double crème
bulgarian feta cheese double cream
9,03/lb
reg. 2,99 le 100 g - 13,56/lb

33% DE RABAIS
199
le 100 g



tzatziki style libanais Phoenicia
Phoenicia lebanese style tzatziki
5,85/lb
reg. 1,49 le 100 g - 6,76/lb

2% DE RABAIS
129
le 100 g



fromage original Jarlsberg ou brie L'Extra
Jarlsberg original cheese or L'Extra brie
15,83/lb
reg. de 5,09 à 5,79 le 100 g - de 23,09/lb à 26,27/lb

JUSQU'À 40% DE RABAIS
349
le 100 g



fromage caciocavallo Saputo
choix varié
Saputo caciocavallo cheese
11,29/lb
reg. 3,79 le 100 g - 17,19/lb

34% DE RABAIS
249
le 100 g



fromage Alexis de Portneuf
300 g, choix varié
Alexis de Portneuf cheese
reg. 11,49

22% DE RABAIS
899



fromage feta Saputo
Saputo feta cheese
reg. 21,99

6% DE RABAIS
1599

Découvrez NOS METS CUISINÉS



trio familial mouloukchieh au poulet ou couscous à la viande (1 kg), salade au choix (500 g) et une soupe au choix 900 ml
reg. 33,99

8% DE RABAIS
25\$^{+TX}

Découvrez NOTRE PÂTISSERIE ET BOULANGERIE



gâteau tiramisu ou chocolat blanc caramel
8 portions
tiramisu or white chocolate and caramel cake
reg. 28,99

4% DE RABAIS
2499



paella ou filet de saumon avec pâtes
paella or pasta salmon filet
19,82/kg
reg. 10,49/lb - 23,13/kg

899
/lb



plateau sushi shawarma boeuf ou poulet
24 rice
sushi beef or chicken shawarma platter
reg. 54,99

49\$^{+TX}



salade taboulé ou couscous
tabouleh or couscous salad
19,82/kg
reg. 9,48/lb - 20,91/kg ou 9,99/lb - 22,02/kg

399



trempettes Adonis
250 g, choix varié
Adonis dips
reg. de 4,79 à 5,79

899
/lb



pizzas moyennes Adonis
174-654 g, choix varié
Adonis medium pizzas
reg. 8,99

799



sandwich falafel ou salade boulgour à la tomate 500 g
falafel sandwich or tomato bulgur salad 500 g
reg. de 5,99 à 6,99

499^{+TX}



pain orge Deli Samira
350-450 g
Deli Samira traditional bread
reg. 3,99

25% DE RABAIS
299



croissant fromage ou thym Adonis
4 us.
Adonis cheese or thym croissant
reg. de 7,99 à 8,99

699



pain miche campagnard Première Moisson
700 g
Première Moisson country style loaf bread
reg. 5,49

449



mini kaak Andalos
180 g
Andalos mini kaak
reg. 4,99

599



pain tranché Pom
650-675 g, choix varié
Pom sliced bread
reg. 4,49

3\$
L'ACHAT DE 2



tortilla blanc ou blé 7" Pom
340 g
Pom 7" white or wheat tortilla
reg. 4,99

30% DE RABAIS
2/7\$
ou 3,50 l'unité

DÉCOUVREZ notre VARIÉTÉ de produits d'ici et d'ailleurs

منتجاتنا المتنوعة

huile d'olive Gallo
1 L
Gallo olive oil
reg. 13.99

21% DE RABAIS
10⁹⁹

CEDAR
Culinary Oil
Huile de cuisson
Vegetable Oil
Huile végétale

20% DE RABAIS
7⁹⁹

huile végétale ou canola Cedar
2.84 L
Cedar vegetable or canola oil
reg. 9.99

CEDAR
Baldi Preserved Lemon
Citron confit bali
Chicken & Beef
Poulet et bœuf
Cedar lunch meat
Viande à lunch

JUSQU'À 30% DE RABAIS
3⁴⁹

viande à lunch ou citron confit Cedar
340 g, 440 ml, choix varié
Cedar lunchmeat meat
or preserved lemons
reg. de 3.99 à 4.99

HALLAB
1861

10% DE RABAIS
3⁹⁹
1.67 l'unité

Sablé chocolat Hallab
24.70 g
Hallab chocho shortbread
reg. 49.99

bière en canette Coorslight
12 x 355 ml, choix varié, consigne
Coorslight beer can, deposit
reg. de 23.69 à 25.99

JUSQU'À 23% DE RABAIS
19⁹⁹-TX

boisson gazeuse Freez ou eau gazeuse Montellier
6 x 275 ml, 6 x 1 L, choix varié, consigne
Freez soft drink or Montellier sparkling water, deposit
reg. de 7.99 à 8.99

7⁴⁹-TX

eska
eau de source naturelle Eska
24 x 500 ml, consigne
Eska natural spring water, deposit
reg. 6.49

4⁹⁹

cornstilles Miss Vickie's ou Pop Corners
142-200 g, choix varié
Miss Vickie's or Pop Corners chips
reg. 5.49

2/9\$-TX
ou 4.50 l'unité

sirop Cedar
500 ml
Cedar syrup
reg. 5.99

4⁹⁹-TX

guimauves Cedar ou biscuits Papadopoulos
225-250 g, choix varié
Cedar marshmallows or Papadopoulos biscuits
reg. de 2.49 à 2.99

JUSQU'À 33% DE RABAIS
1⁹⁹

biscuits au beurre Cedar
350 g
Cedar butter cookies
reg. 3.99

25% DE RABAIS
2⁹⁹

biscuits Dare
270-310 g, choix varié
Dare cookies
reg. 4.79

21% DE RABAIS
3⁷⁹

céréales Kellogg's ou General Mills
choix varié
Kellogg's, General Mills cereal
reg. de 7.99 à 9.29

JUSQU'À 36% DE RABAIS
5⁹⁹

barres granola Kashi ou Kellogg's Rice Krispies
165-200 g, choix varié
Kashi granola bars or Kellogg's Rice Krispies
reg. de 5.29 à 5.49

JUSQU'À 25% DE RABAIS
3⁹⁹

sirop d'érable Irresistible
540 ml
Irresistible maple syrup
reg. de 9.99 à 10.99

8⁹⁹

café capsule Agga ou Irresistible
10-12 un., choix varié
Agga or Irresistible k-cup coffee
reg. de 7.99 à 9.79

JUSQU'À 39% DE RABAIS
5⁹⁹

légumes surgelés Selection
1.2-1.75 kg, choix varié
Selection frozen vegetables
reg. 9.49

16% DE RABAIS
7⁹⁹

tarte, feuilletée ou pâte filo surgelés Elzymini
800-650 g
Elzymini puff or filo pastry
reg. 7.99

25% DE RABAIS
5⁹⁹

Bleu-Bon fruit surgelé
500 g, choix varié
Bleu-Bon frozen fruit
reg. 5.99

4⁹⁹

frite coupe régulière, julienne ou ondulée McCain
800 g
McCain straight cut, ribbing or crinkle cut french fries
reg. 4.99

20% DE RABAIS
3⁹⁹

tomates Cedar
796 ml, choix varié
Cedar tomatoes
reg. de 3.49 à 3.99

JUSQU'À 25% DE RABAIS
2⁹⁹

cœurs de palmier ou artichauts Cedar
395 ml
Cedar hearts of palm or artichoke hearts
reg. de 3.99 à 4.99

JUSQU'À 40% DE RABAIS
2⁹⁹

thon pâle entier Unico
198 g 7oz
Unico solid light tuna
reg. 3.19

2/5\$
ou 2.50 l'unité

grissini Cedar
120-125 g, choix varié
Cedar grissini
reg. 1.99

JUSQU'À 58% DE RABAIS
4/5\$
ou 1.25 l'unité

haricots Cedar
1.8 kg, choix varié
Cedar beans
reg. de 7.99 à 8.99

JUSQU'À 22% DE RABAIS
6⁹⁹

blé concassé bulgour Cedar
907 g, choix varié
Cedar bulgur cracked wheat
reg. 2.99

2/5\$
ou 2.50 l'unité

mayonnaise Hellmann's
340-445 ml, choix varié
Hellmann's mayonnaise
reg. 5.49

22% DE RABAIS
4²⁹

saucés en sachet St-Hubert
22-52 g, choix varié
St-Hubert sauces in packets
reg. 2.39

29% DE RABAIS
1⁶⁹

Chipits Hershey's
270 g
Hershey's Chipits baking chocolate
reg. 6.99

5⁹⁹

riz calrose Cedar
4 kg
Cedar calrose rice
reg. 12.99

10⁹⁹

olives noires ou vertes Cedar
250 ml, choix varié
Cedar black or green olives
reg. 2.99

33% DE RABAIS
1⁹⁹

détergent dissolvant Sélection
591 ml
Selection dissolving detergent
reg. 2.99

33% DE RABAIS
1⁹⁹-TX

PRODUITS

EN *vrac*

Sélection d'olives



179
le 100 g

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



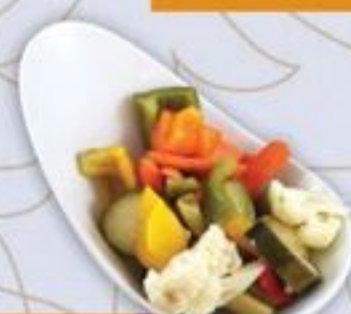
119
le 100 g

piments grecs
marinés
pickled greek 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



149
le 100 g

halva
choix variété
reg. 14,90/kg



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 19 février au mercredi 25 février 2026



L'UNIVERS DES *dattes*



8⁹⁹
/lb - 19,82/kg

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



11⁹⁹

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

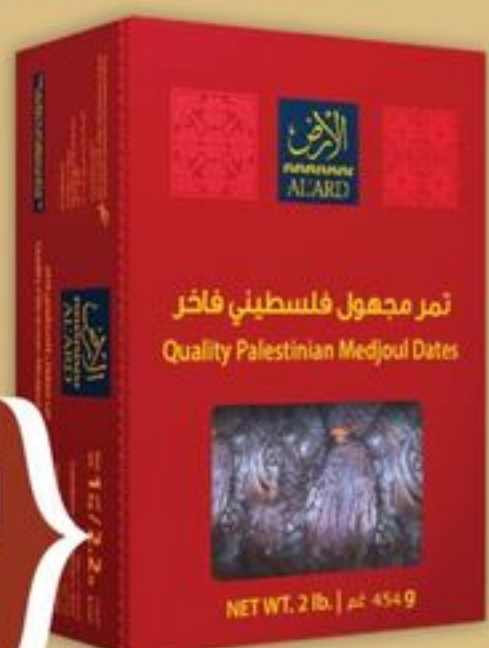
DAÏA DATTES DÉNOYAUTÉES
DEĞLET NOUR
DEĞLET NOUR PITTED DATES
REG. 8,99
1 KG



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 19 FÉVRIER AU 25 MARS 2026 / FROM FEBRUARY 19TH TO MARCH 25TH, 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



PRÉPARER VOTRE RELÂCHE

20% DE RABAIS

sur les cartes-cadeaux
ANYCARD DE 50 \$



Offre valide du **19 au 25 février**

Jusqu'à épuisement des stocks. Voir les cartes pour les détails, les conditions et les frais (le cas échéant). Les cartes-cadeaux présentées ne sont pas des participants ni des commanditaires dans le cadre de cette promotion. Toutes les marques déposées sont la propriété de leurs propriétaires respectifs.