VERSION 4

4 DAY SALE
MARCH 12 – MARCH 15

9.88 /lb

Beef Grill Strip Loin Steak Bone-in Value Pack
Bifteck de contre-filet à griller désossé
Bifteck de contre-filet à griller désossé avec l'os, emballage économique
12.19/kg

4.99 /lb

Fresh Boneless Skinless Chicken Breast Value Pack
11.00/kg
Poitrines de poulet fraîches, désossées, sans la peau, emballage économique
11.00/kg

2.99 /lb

Fresh Boneless Pork Blade Chop Value Pack
Pork Shoulder Blade Chop
Côtelette de palette désossée
Côtelette de palette désossée, emballage économique
6.59/kg

6.88 /lb

Fresh Lamb Shoulder Chops Value Pack
Côtelettes d'épaule d'agneau de emballage économique
15.17/kg

moi rewards member price

Miss Vickie's Chips
Croustilles Miss Vickie's
200 g - 227 g

2.99 ea.

SPECIAL PRICE
3.99
for non-members

Effective March 12 to 13

VERSION 4

RAINBOW CHARM BOUQUET
centerpiece
REG $24.99
14.99 ea.
Assorted Colours
Assortiment de couleurs

metro
CANADIAN AND PROUD

Fresh Boneless Trout or Tilapia Fillets, Value Pack
Truite ou tilapia sans arêtes, emballage économique
Value Pack/Emballage économique 1.36 kg
9.99 ea. or/lb

Yellow Nectarines or Green Kiwi Fruits or Green Seedless Grapes
Nectarines jaunes ou kiwis verts ou raisins verts sans pépins
Product of Chile/Produit du Chili
2.99 ea. or/lb

Selected Deli Meats or Cheeses
Viandes froides ou fromages choisis
3.49 /100 g

Sweet Mini Peppers or Cucumbers
Mini poivrons doux ou concombres
3.99 ea.

FAMILY SIZE
Assorted Bakery Fresh Bread or Rolls
Pain ou petits pains frais de boulangerie
125 points
value of $1
7.99 ea.

Green Cabbage
Chou vert
Product of Canada/Produit du Canada
67¢ /lb

Maxwell House Coffee
Café Maxwell House
125 points
value of $1
15.99 ea.

Kraft Peanut Butter
Beurre d'arachide Kraft
1 kg
5.99 ea.

Earth's Own Beverage, Ocean Spray Juice or Ocean Spray Juice Cocktail
Boisson Earth's Own, jus Ocean Spray ou cocktail de jus Ocean Spray
2.99 ea.

Shreddies, Quaker Oatmeal or Nutri-Grain Cereal
Céréales Shreddies, gruau Quaker ou céréales Nutri-Grain
2.99 ea.

Selected Wine
Vin choisi
1 L
12.98 ea.

Unico Pasta, Value Beans or Tomatoes
Pâtes, haricots ou tomates Unico
900 g
1.69 ea.

Bounty Paper Towel
Essuie-tout Bounty
3+6 Flexible
125 points
value of $1
6.99 ea.

Chips Ahoy!, Oreo or Bear Paws Cookies
Biscuits Chips Ahoy!, Oreo ou Bear Paws
2.22 ea.

Campbell's Chunky, Habitant Soup or Habitant Pea Soup
Soupe Campbell's Chunky, Habitant ou Habitant aux pois
1.99 ea.

Effective March 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 **2026**

4-DAY MEAL DEAL

MARCH 12TH – MARCH 15TH, 2026

YOUR CHOICE 11.99 ea.

X-LARGE

16" X-Large
Pepperoni Cheese Pizza
Pizza extra grande de 16 po
pepperoni et fromage

1 KG

Deli Rotisserie Chicken
Poulet grillé entier
Pollo entero asado

12 PCS

Fresh Cut Wings
Ailes de poulet
Alitas de pollo

20 PCS

20 PCS

Assorted California
Sushi Platter
Assortiment de sushis
Variedad de sushi

PARTY SIZE 1.5 KG

Deluxe Fruit Salad
Salade de fruits de luxe
Ensalada de frutas

Fresh Baked Bakery
Mini Dessert Cakes
Mini gâteaux
Mini pasteles

metro.ca

New Lower Prices

Schneiders Original, White, Garlic & Cheese or Signature Buns
Selected varieties
375 g-450 g

2 for 7.00 | 125 value of $1.25

Pain Schneiders Buns, 375 g-450 g au choix/Schneiders Original
Limit 2 at this price/Limite de 2 à ce prix
WHITE ELECTRONIC

Nature Valley Bars
Selected varieties
Barres Nature Valley
Variétés choisies
Value of $1.00 Valeur de 1,00 $

Mastro Mario Fine Gift Collection
Selected varieties
Coffret cadeau fin Mastro Mario
Variétés choisies

Bitchin Rotisserie Dressing & Sauces
Selected varieties
Vinaigrettes et sauces Bitchin Rotisserie
Variétés choisies

PERFECT FOR ST. PATRICK'S DAY

Rocket Canned Beef Brisket
Poitrine de bœuf en conserve Rocket
340 g

Prairie Fresh Angus Beef Prime Rib Roast
Rôti de côte de bœuf Prime Angus Prairie Fresh
Value of $2.00 Valeur de 2,00 $

Roulettes Maple Leaf Prime Pepperoni Pizza
Pizza pepperoni Prime Maple Leaf Roulettes
Selected varieties
Variétés choisies

Quaker Oatmeal Squares
Carrés d'avoine Quaker
Selected varieties
Variétés choisies

Quaker Chewy Granola Bars
Barres granola Quaker Chewy
Selected varieties
Variétés choisies

Quaker Oatmeal
Gruau Quaker
Selected varieties
Variétés choisies

Tim Hortons Single Serve Coffee
Café Tim Hortons à portion individuelle
Selected varieties
Variétés choisies

Selection Bacon or Shredded Cheese
Bacon ou fromage râpé Sélection
Selected varieties
Variétés choisies

Cracker Barrel or Black Diamond Cheese
Fromage Cracker Barrel ou Black Diamond
Selected varieties
Variétés choisies

Chex, Nature's Path Canadian Quilt Chex Mississippi
Selected varieties

Canadian Chex, Nature's Path or Autonomy Quilt Cereal
Céréales Chex, Nature's Path ou Autonomy Quilt

Kicking Horse Ground Coffee
Café Kicking Horse moulu
Selected varieties
Variétés choisies

Lay's Private Chips, Ruffles, Tostitos or Doritos
Selected varieties
Variétés choisies

Pringles Chips, Rice Krispies Treats
Selected varieties
Variétés choisies

Nestlé Ice Cream
Crème glacée Nestlé
Selected varieties
Variétés choisies

Colgate Swinging Action Total Gel or Optic White Toothpaste
Selected varieties
Dentifrice Colgate, formule en Gel ou Optic White
Variétés choisies

Scotch-Brite Scrubbing Sponges
Selected varieties
Variétés choisies

Mastro Mario or Delissio Pizza
Selected varieties
Pizza de Mastro Mario ou Delissio
Variétés choisies

Cora Mamma Pizza
Selected varieties
Pizza Cora Mamma
Variétés choisies

Ace Advanced Laundry Detergent, Downy Softsheets or Fabric Softener
Selected varieties
Variétés choisies

Charmin Bathroom Tissue
Selected varieties
Papier hygiénique Charmin
Variétés choisies

Cashmere Bathroom Tissue
Papier hygiénique Cashmere

Scotties Facial Tissue Plus Ultra Facial Tissue
Selected varieties
Mouchoirs Scotties Plus ou Ultra Facial
Variétés choisies

Kleenex Anti-Viral Facial Tissue
Selected varieties
Mouchoirs Kleenex Anti-Viral
Variétés choisies

earn with moi rewards

Kellogg's Rice Krispies Treats, Rice Krispies Squares or Vector Cereal
Barres Rice Krispies, Rice Krispies Squares ou céréales Vector de Kellogg's

Ferrero Rocher, Raffaello or Mon Chéri Chocolates
Chocolats Ferrero Rocher, Raffaello ou Mon Chéri

We reserve the right to limit quantities.
EXCEPTIONS / NOS RESTRICTIONS S'APPLIQUENT.
Prices may vary in Alberta/Les prix peuvent varier en Alberta.

Visit us at metro.ca
Allez au www.metro.ca
WIN $1,000 to spend at Metro

Metro Inc. Head Office
Siège social de Metro inc.
Montréal (Québec) H3B 0G2

Prices in this flyer are valid from Thursday, March 21 to Wednesday, March 27, 2024 (or while stocks last).
Les prix de cette circulaire sont valables du jeudi 21 mars au mercredi 27 mars 2024 (ou jusqu'à épuisement des stocks).

Metro

moi rewards

SAVE BIG IN THE APP

Add your coupons in the Metro app today.

NOW 1.99 ea.
SAVE UP TO $2
~~3.99~~ ea.
IÖGO NANO BUBBLES YOGOURT
4 x 100 g
SELECTED VARIETIES

THIS WEEK'S DEALS:

Only until March 18, 2026, in-store or online

NOW 3.49 ea.
SAVE UP TO $2
~~5.49~~ ea.
MINUTE MAID OR FUZE ICED TEA
8 x 200 ml, 10 x 200 ml
SELECTED VARIETIES

NOW 3.99 ea.
SAVE UP TO $1.50
~~5.49~~ ea.
TROPICANA ORANGE JUICE
1.36 L
SELECTED VARIETIES

NOW 3.99 ea.
SAVE UP TO $3.30
~~7.29~~ ea.
LIFE SMART ORGANIC PITTED DATES
340 g

NOW 4.49 ea.
SAVE UP TO 50¢
~~4.99~~ ea.
SELECTION BBQ SAUCE
1 L
SELECTED VARIETIES

NOW 3.99 ea.
SAVE UP TO $2
~~5.99~~ ea.
IRRESISTIBLE FRESH PASTA
300 - 350 g
SELECTED VARIETIES

NOW 1.29 ea.
SAVE UP TO $1
~~2.29~~ ea.
SELECTION ALUMINUM FOIL
25 ft.

LIMIT ONE REDEMPTION PER CUSTOMER

*Offer available only on the My Metro app with a moiID account. Limit of one coupon redemption with a moiID account, unless expressly stated otherwise in the terms of the offer. Offer coupon must be loaded at time of purchase. Available while supplies last. See app for full coupon details. *Price may vary at select locations.*

Farm Fresh Produce

JUMBO

3.99 /lb — Jumbo Fresh Seedless Grapes
Product of Chile/Peru/USA, Turkey or Italy
1.36 kg
Raisins verts géants
Produit du Chili/Pérou/É.-U., Turquie ou Italie
1.36 kg

4.99 ea. — Strawberries
Fraises
Product of USA
Produit des É.-U.
Fresh Tomato Vine Strawberries
Fraises fraîches sur tige
Product of USA
Produit des É.-U.
Sweet Cherry Tomatoes
Tomates cerises sucrées
Product of Canada
Produit du Canada

3.99 ea. — ONE — Sweet Cherry Tomatoes
Tomates cerises sucrées
Product of Canada
Produit du Canada
50 ¢ OFF

1.69 /lb — Sweet Potatoes
Patates douces
Product of Canada
Produit du Canada

2.49 /lb — Large Gala or Red Delicious Apples
Product of USA/Canada
1.49 kg
Grosses pommes Gala ou Red Delicious
Produit des É.-U./Canada
1.49 kg

1.99 /lb — Large Seedless Navel Oranges
Product of USA
1.36 kg
Grosses oranges Navel sans pépins
Produit des É.-U.
1.36 kg

2.49 ea. — Yellow Onions
Oignons jaunes
Product of USA
Produit des É.-U.
Organic Apples
Pommes biologiques
Product of USA
Produit des É.-U.

3.99 ea. — Mini Cucumbers
Mini concombres
Product of Canada
Produit du Canada

2.49 — 1.99 ea. — Large Avocados
Gros avocats
Product of Mexico
Produit du Mexique

6.99 ea. — BERRIES — Mini Clamshells
Product of USA/Canada
Produit des É.-U./Canada

2.99 ea. — Brick Ovens Sliced White Mushrooms
Champignons blancs tranchés
Champignons blancs tranchés biologiques
Product of Canada
Produit du Canada

4.49 ea. — CRUNCHY — Green Beans
Haricots verts
Product of Canada
Produit du Canada
Yellow Beans
Haricots jaunes
Product of Canada
Produit du Canada

2.49 ea. — Large Red Grapefruit
Gros pamplemousse rouge
Product of USA
Produit des É.-U.
Large Pomelo
Gros pomelo
Product of USA
Produit des É.-U.

2.49 /lb — Large Bartlett Pears
Grosses poires Bartlett
Product of USA/Canada
1.49 kg
Grosses poires Bartlett
Produit des É.-U./Canada
1.49 kg

3.99 ea. — RUSSET — Russet Potatoes
Pommes de terre Russet
Product of Canada
Produit du Canada

3.99 ea. — Garlic
Ail
Product of USA
Produit des É.-U.

4.99 ea. — Mixed Lemons
Citrons Meyer
Product of USA
Produit des É.-U.

5.99 ea. — Lemons Sunny Lime Melons
Melons Sunny Lime
Product of Guatemala
Produit du Guatemala

Live Vegetable Starter
Ensemble Live
Kit de légumes à planter

7.99 ea. — live — Live Vegetable Starter
Ensemble Live
Kit de légumes à planter

7.99 ea. — Fresh Pizza Ready Square Sandwiches
Sandwichs carrés prêts à garnir
Sandwichs carrés prêts à garnir

Organic

3.49 /lb — Organic Granny Smith Apples
Pommes Granny Smith biologiques
Organic Seedless Oranges
Oranges biologiques
Product of USA
Produit des É.-U.
Organic Cabbage
Chou biologique
Product of USA
Produit des É.-U.
Organic Sweet Potatoes
Patates douces biologiques
Product of USA
Produit des É.-U.

3.99 /lb — Organic Tomatoes
Tomates biologiques
Product of USA
Produit des É.-U.
Organic Cucumbers
Concombres biologiques
Product of Canada
Produit du Canada

Organic Bell Peppers
Poivrons biologiques
Product of Canada
Produit du Canada

5.99 — 70 — Organic Baby Potatoes
Pommes de terre grelots biologiques
Product of Canada
Produit du Canada

3.99 ea. — Fresh Organic Ginger
Gingembre frais biologique
Product of Canada
Produit du Canada
Organic Garlic
Ail biologique
Product of USA
Produit des É.-U.
Organic Shiitake Mushrooms
Champignons shiitakes biologiques
Product of Canada
Produit du Canada

Sliced & Diced

13.99 ea. — Fresh Vegetables or Fruit Caravan
Caravane de légumes ou de fruits frais
Product of Canada
Produit du Canada

6.99 ea. — Watermelon or Mixed Melon Chunks
Morceaux de melon d'eau ou mélangé

10.99 ea. — FAMILY SIZE — Family Size Salads
Salades familiales

Flowers in Blooms

20.00 — ST. PATRICK'S — Shamrock Bouquet
Bouquet de trèfles
PERFECT FOR ST. PATRICK'S DAY

4.99 ea. — STARTING AT — Clustered Cymbidium Orchid Plant
Orchidée cymbidium en grappe
Trolls
Trolls

DOUBLE SPIKE — 22.99 ea. — SAVE $4.00 — Dendrobium Orchid Plant
Orchidée dendrobium

16.99 — grown in Ontario — Mixed Tulips
Tulipes mélangées
Product of Canada
Produit du Canada
Mixed Daffodils
Jonquilles mélangées
Product of Canada
Produit du Canada
Mixed Hyacinths
Jacinthes mélangées
Product of Canada
Produit du Canada

metro.ca

Our Butcher's Finest

Pork Picnic Shoulder Roast
Rôti d'épaule de porc picnic
2.49/kg
2.49 /lb

125 value of $1
9.99 /lb
Mr. Grand Marbre de Bœuf Extra Tendre Inside Round Roast or Inside Blade Roast
Rôti intérieur de ronde ou rôti intérieur de palette de bœuf
Extra Tender Mr. Grand Marbre Beef
22.02/kg

4.49 /lb
Fresh Chicken Drumsticks or Thighs
Pilons ou hauts de cuisse de poulet frais
9.90/kg

6.99 /lb
Beef Shoulder Chuck
Steak d'épaule
Value Beef Épaule de bœuf
15.41/kg

5.99 /lb
Boneless Chicken Breast Cutlets Value Pack
13.21/kg
Escalopes sans os de poitrine de poulet en emballage économique
13.21/kg

125 value of $1
8.99 /lb
Beef Cubed Boneless Stewing Beef Cubes Value Pack
19.82/kg
Cubes de bœuf à ragoût désossé Rôti Ranger en emballage économique
19.82/kg

250 value of $2
7.99 /lb
Frozen Lamb Leg
Gigot d'agneau congelé
Halal
Frozen Signature Farms
Gigot d'agneau congelé Signature Farms

125 value of $1
4.99 /lb
Maple Leaf Prime Natural Antibiotic-Free Whole Chicken
Poulet entier Prime Maple Leaf élevé sans antibiotiques

Breakfast Favourites

2.99 ea.
Bloom's Fresh Beef Bratwurst
Bratwurst Bloom's

4.99 60 ea.
Selection Bacon
Bacon Selection

4.99 ea.
Maple Leaf Breakfast Sandwiches or Croissants
Sandwichs ou croissants-déjeuner Maple Leaf

7.99 ea.
Schneiders Mini Chicken Wiener Bites
Mini Saucisses Schneiders

4.99 60 /lb
Selection Peameal Style Bacon
Bacon Selection

4.99 60 ea.
Oatmeal Breakfast Sandwiches
Sandwichs-déjeuner à l'avoine

6.99 70 ea.
Butterball Turkey Breast
Poitrine de dinde Butterball

6.99 80 ea.
Schneiders Breakfast Sandwiches or Egg Bites
Sandwichs-déjeuner ou Tortillons Schneiders

LOCKED DOWN PRICES UNTIL APRIL 8TH, 2026

7.99 ea.
Schneiders Bacon
Bacon Schneiders

7.99 /lb
Wayne Wing Wing
Wayne Wing Wing

11.99 ea.
New Zealand Springbank Beef or Lamb Boil Pot Bath
Bœuf ou agneau Springbank de la Nouvelle-Zélande

19.99 /kg
Prime Rib Beef Burgers
Hamburgers de bœuf Prime Rib

8.99 ea.
Ole Smoky Bakeries Green Leaf Lettuce Ground Beef
Bœuf haché Ole Smoky Bakeries Laitue frisée

10.99 ea.
Swiss Chalet, St-Hubert or Montreal-Wood Fire Chicken
Poulet Swiss Chalet, St-Hubert ou Montréal-Wood Fire

11.99 ea.
AAA Grand Prix Sweet Pork Back Ribs
Côtes levées sucrées AAA Grand Prix

12.99 ea.
Bain Sauces
Sauces Bain

FOR PERSONALIZED COUPONS, DOWNLOAD OUR APP OR VISIT metro.ca

ST. PADDY'S DAY
HAPPY HOUR
Raise a pint with everyone's favourite cold brews.
KILKENNY
11.99
GUINNESS
DRAUGHT
8 x 440 mL
JAMES READY 5.5
12.99
24.49
CREMORE LAGER
CREMORE LIGHT
18.49
STELLA ARTOIS
28.99
29.99
Heir
MIX PACK
19.99
FOUNDER'S ORIGINAL
22.49
ICE
10.99
HARP
SMITHWICK'S
CREMORE LAGER
MUSKOKA Brewery
CREAM ALE
3.19
3.19
3.29
3.49

Seafood

9.99 /lb
Wild Caught Skinless Cod Fillets
Filets de morue sauvage sans peau, 2 lb/1kg

125 Bonus Air Miles Offer
15.99 ea.
Cold Smoked Peppered Salmon
Saumon fumé à froid poivré

3.99 ea.
Tiger Stix Wild Cod Cold Cuts
Coupe-faim Tiger Stix de morue de Morue

7.99 ea.
Grilled Pork Chicken Breast Nuggets
Poulet de saumon rose, saucisse fumé, artiste, 1 kg

8.99 ea.
Oven Ready Seafood Platter
Sélection de fruits de mer prêts à cuire au four

Ocean Jewel Wild Atlantic Smoked Salmon
Saumon fumé à froid

125 Bonus Air Miles Offer
13.99 ea.
Fish Fillets
Filet de poisson

5.99 ea.
Cold Norwegian Cod Loin Bites
Bouchées de morue norvégienne

8.99 ea.
Cold Smoked Naturally Wild Sockeye Fillets
Filets de saumon rouge sauvage fumés à froid naturellement

12.99 ea.
Cold Smoked Sockeye Trout Fillets
Filets de truite de lac fumés à froid

14.99 ea.
Go Wild Marinated Shrimp Wrap
Enroulé de crevettes marinées

Irrésistible

6.99 /lb
Irrésistible Chicken Breast Fillets
Poitrines de poulet Irrésistible

10.99 ea.
Irrésistible Atlantic Smoked Salmon
Saumon atlantique fumé Irrésistible

10.99 ea.
Irrésistible Mandarin Style Crab Cakes
Beignets de crabe Irrésistible à la mandarine

19.99 /lb
Irrésistible Jumbo Black Tiger Shrimp Ring
Anneau de crevettes tigres noires Irrésistible

Deli Favourites

2.99 /100 g
Schinken Old Fashioned Ham
Jambon à l'ancienne

3.49 /100 g
Homestyle Roast Boneless Inshell Beef
Bœuf rôti désossé

3.49 /100 g
Sir Nicols Roast Beef
Bœuf rôti de haut de ronde Sir Nicols

5.99 /100 g
Old Kingston Swiss Cheese
Fromage suisse Le Rocher

5.99 /100 g
Smoked Artisan Salmon
Saumon fumé artisanal

4.49 ea.
Fresh Cut Fruit Bowl
Bol de fruits frais coupés

5.00 ea.
Cajun Style Fish Fillets
Filets de poisson à la cajun

10.99 ea.
Pepperettes Pepperettes

5.99 ea.
Fresh Chicken Drumsticks
Pilons de poulet frais

7.49 ea. 90 Bonus Air Miles Offer
Kana Boneless Skinless Chicken Breasts
Poitrines de poulet désossées sans peau Kana

6.99 ea.
Irrésistible Chicken Souvlaki Skewers
Brochettes de souvlaki de poulet Irrésistible

7.49 ea. 125 Bonus Air Miles Offer
Fresh 2 Go Ready Meals
Plats prêts à manger Fresh 2 Go

Happy St. Patrick's Day!
Made with milk from grass-fed Irish cows.
9.49 ea.
Kerrygold Dubliner or Pure Irish Cheese
Dubliner ou fromage irlandais pur Kerrygold

4.99 /100 g
Kerrygold Dubliner Cheese
Fromage Dubliner Kerrygold

Cashel Blue Cheese
Fromage Cashel Blue

6.49 /100 g
Cashel Blue Cheese
Fromage Cashel Blue

metro FRESH 2 GO

SKIP

WHAT'S FOR DINNER?

PICK UP IN STORE OR FREE DELIVERY

on all orders of **$20 or more**

Skip the Dishes offers available at select stores only.

ORDER NOW

FRESH 2 GO PIZZA
1 un
SELECTED VARIETIES

SAVE UP TO $5

11.99 ea.

Celebrate National Pi Day March 14th

10.99 ea.

Irresistible Apple Pie 1.36 kg

9.99 ea.

Irresistible Pecan Pie 1.13 kg

7.99 ea.

Fresh Served Bakery Cheesecake Variety Pie 1.13 kg

Tarte au fromage à la crème variée

14.99 ea.

Irresistible Chocolate Cream Pie 1.13 kg

Tarte à la crème au chocolat

PERFECT FOR ST. PATRICK'S DAY

22.99 ea.

St. Patrick's Day Dessert Cake 1.36 kg

Gâteau St. Patrick

7.49 ea.

St. Patrick's Day Cupcakes Pack of 6, 510 g

Petits gâteaux St. Patrick

22.99 ea.

Fresh Served Bakery Fruit Topped Cheesecake 1.13 kg

Gâteau au fromage à la crème garni de fruits

16.99 ea.

Fresh Served Bakery Cake 1.36 kg

Gâteau

4.29 ea.

Fresh Served Bakery Apple Fritters 6 pack, 360 g

Beignes aux pommes

4.49 ea.

Fresh Served Bakery Fruit Danish 4 pack, 360 g

Danoise aux fruits

5.99 ea.

Simply Delicious Brownies 12 pack, 540 g

4.99 ea.

Mini Pies Assorted Cakes 10 pack, 425 g

Tartelettes assorties

2.49 ea.

Selection Bagels 6 pack, 360 g

Bagels Sélection

2.99 ea.

Dempster's English Muffins 6 pack, 300 g

4.99 ea.

Hammond Breads 675 g

Pains Hammond

8.99 ea.

Little Northern Kaleidoscope Bread 454 g

Pain Little Northern Kaleidoscope sans gluten

Snacks & Beverages

4.99 ea.

Walker's Cookies 40 - 200 g

Biscuits Walker's

4.49 ea.

Ruffles Chips 40 - 235 g

Croustilles Ruffles

3.79 ea.

Jolly Rancher Candy 85 - 141 g

Bonbons Jolly Rancher

11.49 ea.

125 value of $1

Chef Switz Classic Cheese Slices 500 g

Tranches de fromage Chef Switz

8.49 ea.

125 value of $1

Mr Noodles Pillow Pockets Chicken Flavour Soup Mr Noodles Sachets Saveur poulet 85 g

9.49 ea.

Mixed Variety Bars Variety Assortment 6 pack, 180 g

Barres variées Kind

7.49 ea.

Halo Top Frozen Dessert Pint 473 ml

Dessert glacé Halo Top

7.49 ea.

Cheezies Cheese Flavoured Snacks 210 g

Collations Cheezies

8.99 ea.

Waterloo Sparkling Water 10 pack, 355 ml

Eau pétillante Waterloo Perle

2.99 ea.

Prime Hydration Sports Drink 500 ml

Boisson Prime Hydration

3.99 ea.

Chatelle's Pretzel Variety 300 g

Collations de bretzels Chatelle's

4.99 ea.

Herbal Ingredients Cocktail 1.89 L

Cocktail de légumes Garden

18.99 ea.

Coors Edge Variety Pack Cans 12 pack, 355 ml

Bière Coors Edge

2.99 ea.

Simply Non-Alcoholic Cocktail 473 ml

Boisson Sparkly

1.79 ea.

50

Sparkling Drinks 355 ml

Boissons pétillantes

9.99 ea.

Twinings Tea 20 - 25 Tea Bags

Thé Twinings

FREE SAME-DAY PICKUP

SAME FLYER PRICES AND DEALS ONLINE

MARCH BREAK
FAMILY BITES
Get a break on assorted family favourites.
11.99 EA.
CHOCOLATE MARSHMALLOW SANDWICHES
SELECT VARIETIES
ozery
BUNDLE BOUNDS
HUMMUS
2.99 EA.
SUNMAID FRUIT SNACK PACKS
SELECT VARIETIES
60 MINUTES
4.99 EA.
WEIS BREAD MORNING BOUNDS
SELECT VARIETIES
9.99 KG
PERFORMANCE FOODS DIP TRAY
SMALL FRUIT TRAY
600 g
3.79 EA.
NESTEA
ICED TEA
6 x 200 mL
SELECT VARIETIES
23.99 EA.
MEDIUM VEGETABLE OR FRUIT TRAYS
SERVES 15-20
4.99 EA.
HENRY STREET BAKERY FRUIT BITES
6 PACK
SELECT VARIETIES
60 MINUTES
5.49 EA.
ORVILLE REDENBACHER'S POPCORN
SELECT VARIETIES
Orville Redenbacher's
SMART POP
60 MINUTES
1.99 EA.
INVESTORS CORP
TRIO
SELECT VARIETIES
Irresistible
SEA SALT & CRACKED PEPPER
4 PACK
FRESH 3 OZ PANINI SANDWICHES
SELECT VARIETIES
13.00 EA.
GINGER ALE
COLA
NOW 1.49 EA.
SELECTION SOFT DRINKS
SELECT VARIETIES
NOW 4.99 EA.
SELECTION PEANUTS
SELECT VARIETIES
BBQ
SELECTION BREADED CHICKEN
SELECT VARIETIES
80 MINUTES
6.99 EA.
NUGGETS CROQUETTES
2.99 EA.
SELECTION HOT DOGS
SELECT VARIETIES

UP TO

$60

OFF

YOUR FIRST 3 ORDERS*

metro.ca

Shop Offer

*$20 off your first 3 online orders of $80 or more.
Certain conditions apply. Details on metro.ca

More Great Savings

5.99 ea.

Silk Plant-Based Yogurt Alternative 650 g or Dairy Yogurt 750 g
Substitut de yogourt aux plantes 650 g ou yogourt 750 g
Selected varieties/Variétés sélectionnées

8.99 ea.

Dutchmen's Gold Honey 500 g
Miel Dutchmen's Gold 500 g

6.49 ea.

Selected Almond Delight Coffee Beverage 946 mL
Boisson de café Almond Delight sélectionnée 946 mL

5.99 ea.

Selected Sugar Twin Sweetener 300 g or
Édulcorant Sugar Twin sélectionné 300 g ou

3.99 ea. 50 points

Selected Dairy Sour Cream 500 g or Dairy Sour Cream Dip 300 g
Crème sure laitière sélectionnée 500 g ou trempette à la crème sure laitière 300 g

4.99 ea.

Selected Cheese Shreds 320 g
Fromage à la crème sélectionné 250 g

5.99 ea.

Cool Whip Topping 500 g or Sweetened Cool Whip Topping 454 g
Garniture Cool Whip 500 g ou Cool Whip sucrée 454 g

5.99 ea.

Selected Balsamic Vinegar 500 mL
Vinaigre balsamique sélectionné 500 mL

2.49 ea.

Campbell's Soup 284 mL
Soupe Campbell's 284 mL

3.79 ea.

Selected Rice or Grains Mix 90 g–397 g
Riz ou céréales sélectionné 90 g à 397 g

2.49 ea.

Rizon Sidekicks 100 g–120 g
Sidekicks Rizon 100 g à 120 g

1.29 ea.

Mr. Noodles Instant Soups 64 g–85 g
Soupes instantanées Mr. Noodles 64 g à 85 g

4.49 ea.

Selected Frozen Vegetables 750 g–1 kg
Légumes surgelés sélectionnés 750 g à 1 kg

4.99 ea.

Smucker's Frozen Mini Pancakes 300 g or Uncrustables Frozen Sandwiches 280 g–450 g
Mini crêpes surgelées Smucker's 300 g ou sandwichs surgelés Uncrustables 280 g à 450 g

7.99 ea.

Wolfe Glen Mustard Selected Varieties 180 mL
Moutarde de Glen Wolfe variétés sélectionnées 180 mL

6.99 ea.

Frankenmuth Jelly Selected Varieties
Gelées Frankenmuth variétés sélectionnées 284 g

5.49 ea.

Selected Hot Sauce 148 mL–177 mL or Buffalo Wild Wings Sauce 355 mL
Sauce piquante sélectionnée 148 mL à 177 mL ou sauce Buffalo Wild Wings 355 mL

10.99 ea.

Heartland Hot Sauce 148 mL
Sauce piquante Heartland 148 mL

5.99 ea.

Selected Hot Sauce 177 mL
Sauce piquante sélectionnée 177 mL

Low Price Every Day

NOW 3.49 ea. 90 points

Selected Cheese Slices 181 g–205 g or Cheese Selection 200 g–250 g
Tranches de fromage sélectionnées 181 g à 205 g ou fromage sélectionné 200 g à 250 g

NOW 4.99 ea.

Selected Goat Cheese 113 g or Cheese Selection 150 g–200 g
Fromage de chèvre sélectionné 113 g ou fromage sélectionné 150 g à 200 g

NOW 2.49 ea.

Selected Cheese Bars 150 g–200 g or Cheese Selection 150 g–200 g
Barres de fromage sélectionnées 150 g à 200 g ou fromage sélectionné 150 g à 200 g

NOW 2.99 ea.

2 Selected Juices or Cocktails 1.36 L–1.89 L
2 jus ou cocktails sélectionnés 1,36 L à 1,89 L

NOW 99¢ ea.

Selected Soft or Sparkling Beverages 2 L or Selected Energy Drinks 473 mL–500 mL
Boissons gazeuses ou non gazeuses sélectionnées 2 L ou boissons énergisantes sélectionnées 473 mL à 500 mL

NOW 3.49 ea.

Dr. Oetker Ristorante Pizza 335 g–410 g
Pizza Ristorante Dr. Oetker 335 g à 410 g

NOW 4.49 ea.

Selected Tuna 85 g or Tuna Selection 85 g–170 g
Thon sélectionné 85 g ou thon sélectionné 85 g à 170 g

NOW 1.79 ea.

Selected Tomatoes 398 mL or Tomatoes Selection 398 mL
Tomates sélectionnées 398 mL ou tomates sélectionnées 398 mL

NOW 2.99 ea.

Selected Dressing 473 mL or Mayonnaise 890 mL
Vinaigrette sélectionnée 473 mL ou mayonnaise 890 mL

NOW 1.25 ea.

Selected Condensed Soup 284 mL–515 mL or Selected Broth 900 mL
Soupe condensée sélectionnée 284 mL à 515 mL ou bouillon sélectionné 900 mL

NOW 1.49 ea.

Selected Canned Vegetables 341 mL–540 mL or Canned Beans Selection 398 mL
Légumes en conserve sélectionnés 341 mL à 540 mL ou haricots en conserve sélectionnés 398 mL

NOW 3.99 ea.

Selected Frozen Vegetables 750 g–1 kg
Légumes surgelés sélectionnés 750 g à 1 kg

FLAVOURS OF

Eid

CELEBRATING GRATITUDE, GENEROSITY, COMPASSION & COMMUNITY

9.99 ea.

PARLIAMENT GOLD, INDIA OR LAL QILA SUPREME SELLA, INDIA GOLD OR BROWN BASMATI RICE
5 kg
SELECTED VARIETIES

9.99 ea.

SAPORITO VEGETABLE OR CANOLA OIL
2 L
SELECTED VARIETIES

21.99 ea.

LA ROCCA EGG-FREE BUNDT WHITE CAKE

9.99 ea.

WHOLE MEDJOOL DATES
Product of U.S.A.
907 g

7.99 /lb

FRESH
LAMB LEG SHORT CUT
NEW ZEALAND SPRING LAMB
~1.03 kg

20.00 ea. / 12.50 ea.

INTERMEDIATE ROSES
10 STEM BUNCH
YELLOW OR MIXED
SELECTED MARKETS

2 for

9.99 ea.

PILLSBURY
CHANA KEYA PEANUT
907 g

1.69 ea.

CEDAR
CANNED BEANS
Dark Red Kidney Beans
540 mL | SELECTED VARIETIES

6.49 ea.

HALAL'S SAMOSAS
Beef
300 g | Serves 4

3.99 ea.

MS KID INDIA'S SAUCE
Butter Chicken
355 - 400 mL | 85 - 99 g
SELECTED VARIETIES

Store Availability Varies By Items

4.99 ea.

MEDJOOL DATES, SHERBOON JUICE OR ROSE-ATZA SYRUP
900 mL, 1 L, 200 ml
SELECTED VARIETIES.

8.99 ea.

ALKANATER OR CEDAR TAHINI, PHOENICIA HONEY
500 - 900 g
SELECTED VARIETIES.

BEST MICHAEL'S DATES DOUBLE PULP OR MANGO KESAR'S CREAM
SELECTED VARIETIES.

3.29 ea.

Non-GMO

Jack & Annie's Assorted Boxes 184-283 g
Buy 2 Jack & Annie's 184-283 g
7.99 ea.

Nature's Cookies 150 g
Assorted Bars 6 x 30 g
6.49 ea.

Tofutoodle Nuts for Cheese 170 g
8.99 ea.

Lakewood Juice 946 ml
Juc Lakewood
10.99 ea.
Value of $11

Gluten-Free

Quest Bars 45-60 g
Buy 2 Quest Bars 45-60 g
4.49 ea.

CoolWay Keto Bars 40 g
8.49 ea.

Daiya Cheesecake Bars 142 g
9.49 ea.

Vegetarian

Gardein Ultimate Plant-Based Burger 226 g
Buy 2 Gardein Ultimate Plant-Based Burgers 226 g
10.49 ea.
Value of $12

Flourish Chocolate & Vanilla Mix 300-350 g
10.99 ea.

Amy's Pizza 340-360 g
Pizza Amy's
12.49 ea.

Pacific Foods Soup 900 ml
Soup Pacific Foods
6.49 ea.
80

KIND Fruit Bars 30-40 g
9.99 ea.

Nana Pops Frozen Bars 90 g
6.99 ea.

Cretors Popcorn 142-184 g
5.49 ea.

Baby & Beauty

Huggies Natural Care Baby Wipes 56-80 pk
9.99 ea.

Pampers Easy Ups Training Pants 20-60 pk
29.99 ea.

Dove Hair Care 355 ml
Shampoo or Conditioner
6.49 ea.

Axe Deodorants Bodyspray 113-135 g
Deodorant Gel 76 g
80
6.99 ea.

Softsoap Hand Soap 221 ml
Soap Softsoap
2.99 ea.
80

Purex Bath Tissue 6 Rolls
Tissue Purex
8.49 ea.
Value of $11

Household Helpers

Ziploc Slider Bags 20-24 pk
4.99 ea.

Energizer Batteries 8 pk
9.99 ea.

Air Wick Scented Oil Refill 2 x 19 ml
4.99 ea.

Air Wick Freshmatic Refill 2 x 250 ml
9.99 ea.

Lysol Laundry Sanitizer 1.5 L
7.99 ea.

Lysol Laundry Disinfectant 1.5 L
8.99 ea.

Shout Stain Remover 6 g
6.49 ea.

Shout Color Catcher 22 sheets
4.99 ea.

FOR PERSONALIZED COUPONS, DOWNLOAD OUR APP OR VISIT metro.ca

ITALPASTA PASTA 375 g SELECTED VARIETIES

1.69 ea.

ITALPASTA

MUTTI PASSATA PURÉED TOMATOES 680 - 700 ml SELECTED VARIETIES

4.49 ea.

7.49 ea.

MUTTI PIZZA SAUCE 500 ml SELECTED VARIETIES

MUTTI SAN MARZANO PEELED TOMATOES 796 ml

5.49 ea.

3.79 ea.

MUTTI TOMATO PASTE 198 ml

3.49 ea.

MUTTI PIZZA SAUCE 500 ml

2.49 ea.

MUTTI PEELED PURÉED TOMATOES 400 ml

125 value of $1

9.99 ea.

JANES ULTIMATES CHICKEN WINGS FROZEN, 900 g SELECTED VARIETIES

125 value of $1

11.99 ea.

JANES ULTIMATES CHICKEN TENDERS OR BONELESS BITES FROZEN, 765 - 795 g SELECTED VARIETIES

HIGH LINER WILD CAUGHT HADDOCK OR CATCH OF THE DAY FILLETS FROZEN, 454 - 567 g SELECTED VARIETIES

12.99 ea.

5.99 ea.

HIGH LINER MARKET CUTS FROZEN, 227 g SELECTED VARIETIES

7.99 ea.

HIGH LINER BREADED PRAWNS OR SHRIMP FROZEN, 375 - 550 g SELECTED VARIETIES

TIM HORTONS COFFEE OR SINGLE CUPS 96 - 120 g SELECTED VARIETIES

14.99 ea.

TIM HORTONS SOUP OR CHILI 515 g SELECTED VARIETIES

3.99 ea.

22.99 ea.

FOLGERS COFFEE PODS OR CAPSULES 72 - 84 ct SELECTED VARIETIES

22.99 ea.

FOLGERS COFFEE 640 - 950 g SELECTED VARIETIES