

grande vente

wata tow metro

3 lb

wata tow

3⁹⁹

clémentines
produit des E.-U. et/ou importées du Maroc, sac 3 lb
clementines
reg. de 6,99 à 7,99

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

WOW

wow

produit d'ici

wata tow

1⁹⁴

épaule de porc picnic
format économique
pork shoulder picnic roast,
economic pack
4,28/kg
reg. 4,49/lb - 5,00/kg

BIO

wata tow

1⁹⁹

champignons blancs entiers
Mieux-être biologique
produit du Canada, 227 g
Life Smart Organic white mushrooms
reg. 2,99

maigre

wata tow

5⁴⁴

/lb

boeuf haché maigre
format économique
lean ground beef,
economic pack
11,99/kg
reg. 9,79/lb - 21,58/kg

haché en magasin tous les jours

3 lb

wata tow

au choix

99¢

poires Bartlett, Bosc ou rouges Crimson
produit des E.-U. et/ou importées de l'Afrique du Sud, Cat. extra de l'échelle, gr 80-120 paires
99¢/lb - 2,18/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg

fromage Selection
210-400 g Mieux-être 37% g choix varié Selection cheese reg. de 6,79 à 6,99

produit participant moi

wata tow

4⁸⁸

pommes de terre McCain surgelées, 454-800 g, choix varié McCain potatoes reg. de 5,49 à 5,99

Pizza MOZZARELLA
28% m.c. | 42% PRODUIT LOCAL | 400 g

produit d'ici

wata tow

7\$

poitrines de poulet désossées Prime sans peau, 474 g Maple Leaf Prime poulet bœuf extra maigre 454 g Prime boneless chicken breasts reg. de 9,49 à 11,99

McCafé

à partir de 8\$ de rabais

wata tow

22⁹⁹

capsules de café McCafé K-Cup 24-30 un., café moulu 640-975 g choix varié McCafé coffee capsules reg. de 30,99 à 34,99

Häagen-Dazs minis
vanille almond vanille amande 4 x 150 g

produit d'ici

wata tow

4⁹⁴

friandises glacées Häagen-Dazs 4 x 150 g ml, crème glacée 114/450 ml, dessert glace 400 ml, Drumstick crème glacée 946 ml, Yogo yogourt glacé 946 ml, barres au yogourt 4/80 ml, Nano yogourt glacé 8/50 ml, choix varié Häagen-Dazs frozen treats reg. de 5,99 à 6,99

yogourt à boire Yoplait
Yoplait 200 ml, choix varié Yoplait Yop drinkable yogurt reg. 1,39

wata tow

88¢

Coca-Cola ZÉRO SUCRE

wata tow

6⁴⁷

Coke, Sprite caisse, canettes 12/355 ml, choix varié, consigne soft drink reg. 9,49

encore plus d'offres dans votre magasin

1⁹⁷

/lb

cuisses de poulet frais avec dos
format économique
fresh chicken legs with back, economic pack
4,34/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

laite iceberg
produit des E.U. et/ou importée du Mexique, Cat. No 1, gr 2 iceberg lettuce reg. 4,99

1⁹⁹

ch.

Molson Coors Light

wata tow

à partir de 30⁵⁴

prix minimum permis par la loi

jeudi, vendredi et samedi

3 jours seulement

40% de rabais sur le 2^e moins cher

prix flash 3⁹⁹

5,99 reste de la semaine

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

produit d'ici

1⁷⁵

Inesistible

40% de rabais sur le 2^e moins cher

prix flash 3⁹⁹

5,99 reste de la semaine

LifeSmart

SANS SUCRE AJOUTÉ POMME PÊCHE MANGUE

4 boissons

prix flash 1⁴⁴

1,99 reste de la semaine

Becefl

Original

5⁹⁹

margarine molle Becefl 850 g (1 lb 5,7 oz) choix varié Becefl soft margarine reg. 9,79

LifeSmart

SANS SUCRE AJOUTÉ POMME FRAISE

4 boissons

collation aux pommes Mieux-être
4/50 g choix varié Life Smart apple snack reg. 2,99

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

produit d'ici

1⁷⁵

Becefl

Original

5⁹⁹

margarine molle Becefl 850 g (1 lb 5,7 oz) choix varié Becefl soft margarine reg. 9,79

Du jeudi 5 mars au mercredi 11 mars 2026 From Thursday to Wednesday March 5th - March 11th, 2026

**FORMAT
MULTIPLE** **À PRIX
D'ENTREPÔT**

composez votre propre
format d'entrepôt
en choisissant vos
saveurs préférées
en magasin et en ligne!

Irresistibles
CRANBERRY
PUMPKIN SEED
CANNEBERGES
ET GRAINES DE
COURBES

Irresistibles
FIG & OLIVE
FIGES
ET OLIVES

produit participant
concours
mes marques à
moi

3/11⁹⁷ ou 4⁹⁹
l'unité

craquelins Irresistible
150 g, choix varié
Irresistible crackers
reg. 4,99

Life Smart Mieux-être
ORGANIC
BIOLOGIQUE

Garlic & Herb
ail et fines herbes

Life Smart Mieux-être
ORGANIC
BIOLOGIQUE

Arrabbiata
SAUCE PÂTES

produit participant
concours
mes marques à
moi

sauce pour pâtes
Mieux-être
700 ml, choix varié
Mieux-être pasta sauce

2/10^{\$} 5⁴⁹
l'unité

Life Smart Mieux-être
NATURALIA
AMANDE
ORIGINALE
NON SUCRÉE

boisson aux
amandes
Mieux-être
Naturalia
946 ml, choix varié
Life Smart Naturalia
almond drink
reg. 2,79

Life Smart Mieux-être
NATURALIA
AMANI
VANILLE
NON SUCRÉE

produit d'ici
produit participant
concours
mes marques à
moi

5/10^{\$} 2⁶⁹
l'unité

946 mL

Selection
4 SAISONS
LIQUIDE LAVE-GLACE
-40°C

Selection
4 SAISONS
LIQUIDE LAVE-GLACE
-40°C

produit participant
concours
mes marques à
moi

lave-glace
Selection
Normé, -40°C
3,78 L, 4/2,78 L
Selection
windshield
washer
reg. de 5,49 à
19,99

4/16⁴⁹ 5⁴⁹
l'unité

économisez gros

**FORMAT
ÉCONOMIQUE**

Selection
30 LARGE SIZE
CALIBRE GROS
EGGS-ŒUFS

produit d'ici

9⁹⁹

oeufs blancs Selection
Nutri, Bumbae, calibre gros, 30 un.
Selection white eggs

produit participant
concours
mes marques à
moi

KEURIC
100% COLOMBIEN

72

capsules de café Irresistible
K-Cup 72 un., choix varié
Irresistible
coffee capsules

produit d'ici

31⁹⁹

savon en barre
Personnelle
12/106 g
Personnelle soap bar

PERSONNELLE
BEAUTY SOAP SAVON
DE BEAUTE

106 g

12

12⁹⁹

Selection
croustilles
BBQ

454 g
choix varié
Selection
potato chips

3⁹⁹

Selection
RIPPLES
ONDULEES
CLASSIC
CLASSIQUE

454 g
choix varié
Selection
potato chips

produit participant
concours
mes marques à
moi

Selection
noix
Mieux-être

1,13 kg, choix varié
Selection, Life Smart nuts

24⁹⁹

produit participant
concours
mes marques à
moi

j'obtiens
800
points moi

valeur de
+ de 6 \$

j'ajoute mon coupon dans l'appli Mon Metro,
sur **metro.ca** ou sur les bornes en magasin



croustilles tortilla Takis
190-260 g, choix varié
Takis tortilla chips
reg. 4,99

wataTow
2.88

tortillas Pom
330 g, bagel 450 g
Pom tortillas
reg. 7,29

wataTow
4.88

petits gâteaux Hostess
202-231 g, 6 un.,
choix varié
Hostess snack cakes
reg. 3,99

wataTow
3.49

tortillas Pom
488-410 g, choix varié
Pom tortillas
reg. de 5,99 à 6,29

wataTow
3.77

galettes Sara Lee
300 g, mini muffin 234 g,
mini bar & un., choix varié
Sara Lee waffles
reg. de 5,29 à 5,99

wataTow
3.77

yogourt à boire iöco Nano
6-92 ml, choix
varié
iöco Nano
drinkable yogurt
reg. 5,79

wataTow
3.99

bâtonnets de fromage Ficello
252-336 g, Black Diamond 252 g,
choix varié
Ficello cheese sticks
reg. 8,99

wataTow
7.99

lait Lactantia Purifiltré
2 L, choix varié
Lactantia Purifiltré milk
reg. 5,49

wataTow
4.99

yogourt grec Krema Olympic
650 g, choix varié
Olympic Krema greek yogurt
reg. 7,29

wataTow
5.49

fromage à la crème Lactantia
227 g, choix varié
Lactantia cream cheese
reg. 4,69

wataTow
3.99

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

QUICK & READY - RAPIDE & PRÊT À SERVIR

Selection
Jasmine Jasmin
254 g
2 minutes

QUICK & READY - RAPIDE & PRÊT À SERVIR
Selection
Basmati
254 g
2 minutes

2.49

soupe aux tomates Selection
284 ml, choix varié
Selection tomato soup

1.09

thon pâle Selection
85-170 g, choix varié
Selection light tuna

1.49

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

1.29

sauce pour pâtes Selection
410-450 ml, choix varié
Selection pasta sauce

3.69

plus de **12** façons d'économiser chaque semaine

découvrez-en une:

SPÉCIAUX DE LA SEMAINE

BAS PRIX DE MON ÉPICIER

petits formats à **petits prix**

AJOUTEZ PLUS DE MARQUES MAISON
Irresistible
Selection

— **FORMAT ÉCONOMIQUE** —

FORMAT MULTIPLE À PRIX D'ENTREPÔT

DES GRATUITÉS À CHAQUE SEMAINE !

ENSEMBLE, ÉVITONS LE GASPILLAGE!
30% de rabais
applicable à la caisse

1\$ d'achat = 1 point
+ points bonus
Metro et moi

prix membre
mon spécial appli moi
Metro et moi

des coupons personnalisés dans l'appli Mon Metro

FoodHero



**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.

metro.ca



**sur vos 3 premières
commandes**



magasiner maintenant

*Achat minimum de 80 \$ (avant taxes) requis. Certaines conditions s'appliquent. Détails sur metro.ca

ou argent remis +10%

ou argent remis +10%

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

ici, on accepte
les contenants réutilisables



chaque fois que j'apporte mon contenant ou mon
sac à glissière réutilisable aux comptoirs suivants

charcuterie • boulangerie • viande • poisson

*Dans les magasins Metro du Québec participants, vous pouvez apporter vos propres contenants réutilisables pour acheter des produits dans les rayons suivants: charcuterie, mets cuisinés, viande, poissonnerie et pâtisserie. Pour chaque transaction avec un contenant réutilisable utilisé pour acheter des produits, vous obtenez 50 points Moi en présentant votre carte Moi à la caisse. Voir les modalités du programme Moi. Moi est une marque de commerce de Metro inc.

nos saveurs d'érable d'ici



gâteau
255 g, choix varié
cake

à partir de
8⁹⁹



tarte sucre
et érable
à l'ancienne
600 g
sugar and maple
old fashion pie



pouding
au chômeur
500 g
pudding



à partir de
14⁹⁹



tarte
pacanes et
érable
600 g
pecan and maple pie



trous de beigne
18/14-15 g, choix varié
donut holes
reg. 5,99



C'EST
NOUVEAU!
chez metro



sucre



cannelle

au choix
4⁹⁹
18 unités



saupoudrés

FORMAT
ÉCONOMIQUE



croissant 100% beurre
10/57 g
5⁹⁹



muffins
600 g, choix varié
muffins
7⁴⁴



beignes
12/31-38 g, biscuits
12/31-38 g, choix varié
donuts
reg. de 6,49 à 7,99
à partir de
5⁹⁹



brownies
moelleux et
fondants, 608 g
brownies
reg. 10,49
9⁹⁹



baguette française
baguette ciabatta, 325 g, choix varié
french baguette
reg. de 3,49 à 4,69
à partir de
3²⁹



viennoiseries
2/61-88 g, choix varié
pastries
reg. 3,99
3⁴⁹



brioches à la
cannelle
2/135-145 g, choix varié
cinnamon brioches
reg. 2,99
2⁴⁹



croissants
4/65 g, choix varié
croissants
reg. 4,99
4⁷⁹



miche calabrese
500 g, baguette calabrese 325 g
calabrese loaf
reg. de 4,49 à 4,99
prix spécial
4⁴⁹
prix membre
3⁹⁹



tarte à la crème
630 g, gâteau au fromage
500-600 g, choix varié
cream pie
reg. de 15,99 à 18,99
à partir de
14⁹⁹



pain tranché
grain germé, beige à l'ancienne,
Paysan multigrains, 500 g, miche
campagnarde, blé entier, 700 g
sliced bread
2/10\$ ou **5⁹⁹**
l'unité



bagels Selection
240/250 g, muffins anglais
180/200 g, choix varié
bagels
reg. de 3,49 à 4,49
à partir de
3⁴⁹

fraîcheur garantie ou argent remis **+10%**

plus de 8 variétés à
25% de rabais

produit participant
concours
mes marques à moi

pain de viande
129
le 100 g

produit participant
concours
mes marques à moi

pepperoni
159
le 100 g

produit participant
concours
mes marques à moi

jambon forêt noire
219
le 100 g

produits d'ici

produit d'ici

bruschetta
Plaisirs Gastronomiques
salade, 300-365 g, choix varié
Plaisirs Gastronomiques bruschetta
reg. 6,99

649

soupe ou potage
Commensal
600 ml, choix varié
Commensal soup
reg. 7,99

699

produit participant
concours
mes marques à moi

cretons Norel
cretonnade, 300 g, choix varié
Norel cretons
reg. 7,49

699

fromage Bergeron
sans lactose, 170-200 g, choix varié
Bergeron Cheese
reg. de 9,99 à 10,49

à partir de 849

produit participant
concours
mes marques à moi

tartinade
Plaisirs Gastronomiques
salade, 350-360 g, choix varié
Plaisirs Gastronomiques spread
reg. de 9,49 à 9,99

899

fromage Oka
Monsieur Gustav Saint-Paulin, 190 g,
Vaudreuil Champlémy 180 g, choix varié
Oka cheese
reg. 10,99

999

produit participant
concours
mes marques à moi

charcuteries
Fantino & Mondello
100-200 g, Sola pepperoni
300 g, choix varié
Fantino & Mondello deli
cold cuts
reg. 8,79

799
prix spécial

699
prix membre

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

produit d'ici

produit participant
concours
mes marques à moi

jambon
fumé ou cuit
Selection
175 g, choix varié
Selection smoked
or cooked ham

599

produit participant
concours
mes marques à moi

salade
Selection
454 g, choix varié
Selection salad

349

cretons
Norel
150 g, choix varié
Norel cretons

499

produit participant
concours
mes marques à moi

fromage Alexis de Portneuf
125 g, choix varié
Alexis de Portneuf cheese

499

pâté
St-Hubert
quiches, gaufres,
tourtière, 235-290 g,
choix varié
St-Hubert pie

499

FORMAT ÉCONOMIQUE

20% de rabais
à l'achat d'un minimum
de 400 g et plus

produit participant
concours
mes marques à moi

fromage
Saint-Paulin
Monsieur Gustav
env. 400 g
Monsieur Gustav
Saint-Paulin cheese
16,74/lb

369
le 100 g

produit participant
concours
mes marques à moi

simili poulet
Gaspésien
min. 400 g, choix varié
Gaspésien mock chicken
7,21/lb

159
le 100 g

produit participant
concours
mes marques à moi

jambon blanc
Première Moisson
min. 400 g
Première Moisson white ham
15,38/lb

339
le 100 g

produit participant
concours
mes marques à moi

fromage Parmigiano
Reggiano Irrésistible
24 mois, min. 400 g
Irrésistible Parmigiano Reggiano
cheese
20,37/lb

449
le 100 g

produit participant
concours
mes marques à moi

smoked
meat
Montréal
Irrésistible
Artisan
Irrésistible Artisan
Montréal smoked
meat
16,28/lb

359
le 100 g

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

metrogo! préparés en magasin

c'est la saison de l'érable

saumon sauce érable et balsamique



C'EST NOUVEAU!
chez metro

gaufre jambon et fromage Oka avec sauce pommes et érable



à partir de

239
le 100 g
à partir de 10,84/lb

côtes levées à l'érable



repas individuel
choix varié
individual meal
reg. de 2,49/100 g - 11,29/lb
à 3,99/100 g - 18,10/lb

assiette de cabane à sucre



cretons maison



cretons
reg. 12,29 le 100 g - 10,39/lb

15
points

219
le 100 g

fèves au lard à l'érable



fèves au lard
choix varié
pork and beans
reg. 1,19 le 100 g - 5,40/lb

109
le 100 g

soupe aux pois et jambon



soupe aux pois et jambon
400 ml
peas and ham soup

499

magasins participants seulement

pâté au saumon



pâté au poulet



à partir de

999

pâté 8"
575-625 g, tourtière
575 g, choix varié
8" pie
reg. de 10,49 à 10,99

magasins participants seulement

1,2 L



80
points

sauce à spaghetti
Metrogo!
1,2 L, format économique
Metrogo! spaghetti sauce, economic pack

FORMAT ÉCONOMIQUE

1599

prêt à réchauffer en quelques minutes

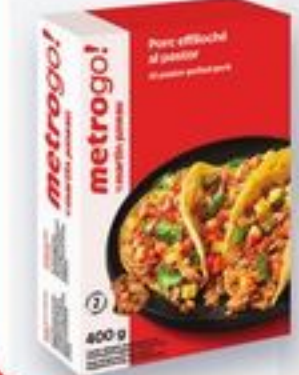


cassoulet de porc et chair de saucisse

mets cuisinés Metrogo!
400-550 g, choix varié
Metrogo! cooked meats
reg. de 11,99 à 15,99

à partir de

1099



porc effiloché al pastor

boulettes de dinde et quinoa à la sauce aux abricots



produit d'ici



poulet aux olives et sauce tomate



moi

je dis oui aux économies
quand j'échange mes points

dès
500
points*

=

j'obtiens
4\$
d'économies

il suffit de présenter sa carte à la caisse ou en ligne

*Les points sont échangeables dans les magasins participants à partir d'un solde de 500 points (valeur de 4,00 \$). Moi est une marque de commerce de Metro inc.



BOOM

Gâteau caramel au miel et pommes



12 PORTIONS | PRÉPARATION 30 MIN. | CUISSON 30 MIN. | REPOS 30 MIN.

GÂTEAU

1 ¼ tasse de farine tout usage
1 ½ c. à thé de poudre à pâte
1/2 c. à thé de bicarbonate de soude
1/2 c. à thé de sel
1 c. à thé de cardamome moulue
1/2 tasse d'huile végétale
1/2 tasse de sucre blanc
1/2 tasse de cassonade
2 œufs
1/2 c. à thé d'extract de vanille
1/2 tasse de crème sure
1 pomme Honeycrisp Qualité
Québec, râpée (avec la pelure)

POUR LA RECETTE COMPLÈTE,

GLACAGE

1/2 tasse de beurre ramolli
1/3 tasse de fromage à la
crème ramolli
2 tasses de sucre à glacer
1/2 c. à thé d'extract de vanille
2 c. à s. de crème 35 %

POMMES AU MIEL ET À LA CANNELLE

4 pommes Honeycrisp Qualité
Québec, en quartiers
1 c. à s. de vinaigre de cidre
3 c. à s. de beurre
1/2 tasse de miel
1/2 c. à thé de cannelle moulue

CLIQUEZ ICI



POMMES
QUALITÉ
QUÉBEC



moi

j'accumule une tonne
de points

plus de
1500
points bonus en
circulaire et en ligne !

50
points

biscuits aux
amandes
Bomboloni Boss
260-290 g, choix varié
Bomboloni Boss almond
cookies



50
points

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
fromage emmental
Irrésistible
d'Allemagne, 400 g
Irrésistible emmental cheese



produit
participant
concours
mes
marques de
moi

50
points

sauce pesto
LeGrand
175 g, sauce chimichuri
156 g, sauce mac'n
cheese 227 g, choix varié
LeGrand pesto sauce



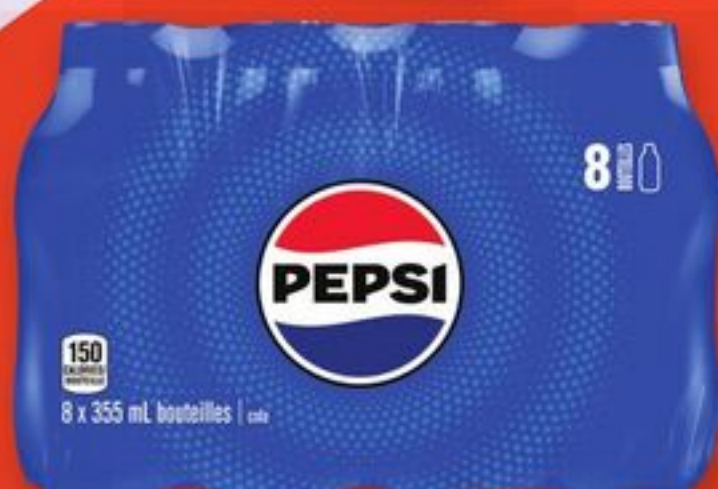
65
points

collation assortie
Mott's Fruits
Betty Crocker Fruit-O-Long
collation, 637/907 g, choix varié
Mott's Fruits flavored snack



55
points

Pepsi
caisse, bott. 8/355 mL,
choix varié, contigée
soft drink



30
points

sauce tomate Hunt's
680 mL, choix varié
Hunt's tomato sauce



25
points

bouchées de
chocolat Kinder
Ferrero
20-43 g, choix varié
Kinder Ferrero chocolate bites



50
points

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
penné aux saucisses
italiennes
format économique
Italian sausages penne,
economic pack
magasins participants seulement



50
points

crostini aux
fruits de mer
Irrésistible
 surgelés, 440 g
Irrésistible seafood
crostini



50
points

galettes de
pommes de terre
Cavendish
 surgelés, 600 g, choix varié
Cavendish frozen potato
pancakes



85
points

dîner Kraft
Dinner
12/200 g
Kraft Dinner meal



45
points

riz Ben's Original
385-907 g, choix varié
Ben's Original rice



25
points

Nectar Del Monte
960 mL, choix varié
Del Monte Nectar



30
points

mélange de
salade Dole
produit des E.-U.,
216-347 g
Dole mix salad



metrigo!

organisez vos journées

aliments
en purée
pour bébés
Baby Gourmet
128 ml, Baby
MumMum biscottes
de riz 50-60 g,
choix varié
Baby Gourmet
strained baby food
reg. de 3,99 à 4,49

2⁹⁹

yaourt
irrésistible
grec, 547, 750 g,
choix varié
Irresistible yogurt
reg. 6,29

5⁴⁹

pains à
hot-dog ou
à hamburger
Selection
12 un., pain à
sandwich 720 g,
choix varié
Selection hot dog
or hamburger buns

Voir prix en
magasin

Allegro
10g, 23%, 1%
produit participant
laitier sans
lactose
Natrei
2 L, Allegro fromage
270 g, choix varié
Natrei lactose free
dairy product
reg. de 6,79 à 8,29

6⁴⁹

crème café
Selection
10 x 1 L, 35%
473 ml, choix varié
Selection cream
reg. 3,79

4⁷⁹

café en grains
biologique
Kicking Horse
454 g, choix varié
Kicking Horse organic
coffee beans
reg. 74,99

19⁹⁹

sirop
d'érable
irrésistible
549 ml, choix varié
Irresistible maple
syrup
reg. 9,99

9⁴⁹

capsules
de café
Café William
K-Cup 11 un., café
moyen 500-540 g,
choix varié
Café William coffee
capsules
reg. de 13,99 à 15,49

11⁹⁹

viande en flocons
Maple Leaf
156 g, choix varié
Maple Leaf flakes of meat
reg. 4,49

3⁶⁹

jus de
tomate
Selection
Mieux-être, 540 ml,
choix varié
Selection tomato
juice
reg. 1,99

1⁶⁹

dîner
Micheline's
surge, 255-284 g,
choix varié
Micheline's dinner
reg. 3,79

2⁹⁹

sauce
pour pâtes
Irresistible
650 ml, choix varié
Irresistible pasta
sauce
reg. 3,79

4⁹⁹

chocolat pour cuisson
Chipits Hershey's
chocolat en grains, 200-270 g, choix
varié
Hershey's Chipits chocolate chips
reg. 4,99

5⁹⁹

vinaigrette
Le Grec
350 ml, choix varié
Le Grec salad
dressing
reg. 4,79

3⁹⁹

gratuit

sauce à
pizza Primo
375 ml, choix varié
Primo pizza sauce
reg. 3,19

Valeur de
2,79\$

voir réduction sur reçu de caisse

à l'achat
de
coulis de tomates
Primo
680 ml, choix varié
Primo strained tomatoes
reg. 3,99

ANNONCÉ À
2,99\$

gaufres
Selection
surgeles, crêpes,
280-320 g,
choix varié
Selection waffles

2⁴⁹

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

4⁹⁹

QUAKER
MUFFIN
à biscuits, 900 g, choix varié
Quaker muffin mix
reg. 7,49

4⁹⁹

beurre
d'arachide
Kraft
500-750 g, choix
varié
Kraft peanut butter
reg. 5,99

5⁴⁹

jus de pomme
Rougemont
2 L, choix varié, consigne
Rougemont apple juice
reg. 5,49

4⁹⁹

fruits
Del Monte
796 ml, Oxy
Degré céleste
227-284 g, X200
granola 312 g, Oxy
granola 300 g, Oxy
mélange 250 g,
GranolaLove 300 g,
Swiss céréales muesli
450 g, choix varié
Del Monte fruits
reg. de 6,49 à 7,49

5⁹⁹

bâtonnets de beurre
Lactantia
My Country, 454 g, choix varié
Lactantia butter sticks
reg. 9,79

8⁴⁹

pizza lève-au-four
Giuseppe
surgeles, 720-785 g, croûte mince
480-515 g, choix varié
Giuseppe rising crust pizza
reg. 6,99

6⁹⁹

plat
d'accompagnement
Knorr Sidekicks
120-167 g, choix varié
Knorr Sidekicks side dish
reg. 2,79

1⁹⁹

crackelins
Premium Plus Christie
450-490 g, choix varié
Christie Premium Plus crackers
reg. 5,99

4⁹⁹

cocktail aux
légumes
Selection
Mixe équilibre, 1,08 L,
choix varié, consigne
Selection vegetable
cocktail
reg. 3,99

3⁴⁹

pâtes
alimentaires
Selection
900 g, pâtes pour
casserole, 375 g,
choix varié
Selection pasta
reg. 2,49

1⁹⁹

eau de source
pauzifiée Eska
1 L, choix varié, consigne
Eski carbonated spring
water
reg. 1,99

1²⁹

fiesta des saveurs



7.99 wrap Taco Bell
642 g, ensemble taco 401 g
Taco Bell wrap
reg. 9.99

assaisonnement
Taco Bell
env. 22 g, choix varié
Taco Bell seasoning
reg. 1.99

1.49



salsa
Selection
650 ml, choix varié
Selection salsa
reg. 4.99

4.49



produit d'ici

produit participant

concours moi



croustilles
tortilla
Mieux-être
Naturalia
350 g, choix varié
Life Smart Naturalia
tortilla chips
reg. 3.99

3.49

produit participant

concours moi



riz Dainty
1.6 kg, choix varié
Dainty rice
reg. de 11.99 à 14.49

9.99

légumes
Selection
540 ml, choix varié
Selection vegetables
reg. 2.79

2.49



crème sure
Sealtest
500 ml, choix varié
Sealtest sour cream
reg. 5.29

4.49



tortillas Pom
340 g, Tia Rosa
275-320 g
choix varié
Pom tortillas
reg. 5.29

2/8.50



5.29

l'unité



sauce piquante
Loonnie Cuisine
magique, 140 ml
Loonnie Cuisine hot sauce
reg. 12.99

10.99

salsa Herdez
453 g, choix varié
Herdez salsa
reg. 5.29

3.99



ensemble mexicain
Old El Paso
250-510 g, diner taco 250 g,
ensemble taco 289-309 g,
diner ensemble enchilada
396 g, sauce salsa 650 ml,
choix varié
Old El Paso mexican kit
reg. de 5.99 à 6.99

4.99



sauce Taco Bell
207 ml, choix varié
Taco Bell sauce
reg. 4.49

3.49

bière
Corona Extra
4.6/330-473 ml,
choix varié,
consigne
beer
reg. de 15.99 à 17.49

15.49



boisson gazeuse
Jarritos
bouteille 370 ml,
choix varié, consigne
Jarritos soft drink
reg. 2.69

1.99



produit d'ici

produit participant

concours moi

soirée cinéma



craquelins
Goldfish
Pepperidge Farm
156-227 g, choix varié
Pepperidge Farm Goldfish
crackers
reg. 3.99

2.99

amuse-gueule
Méli-Mélo
Christie
Crispers, 145 g,
choix varié
Christie bits snack
reg. 4.19

3.49



arachides
Planters
454-475 g,
choix varié
Planters peanuts
reg. 5.99

4.49



maïs soufflé
Orville
116-246 g,
choix varié
Orville popcorn
reg. de 4.99 à 5.29

3.79



chocolat
Irresistible
100 g, choix varié
Irresistible chocolate
reg. 5.49

4.79

bonsbons
Kandju
225 g, choix varié
Kandju candies
reg. 5.99

4.99



chocolat Swiss
classic Lindt
100 g, choix varié
Lindt Swiss classic
chocolate
reg. 6.79

4.49



colorant à café
Starbucks
crémier à café,
800-828 ml,
choix varié
Starbucks coffee
whitener
reg. 9.99

6.99

mélange à
chocolat
chaud
Carnation
Nestlé
400-450 g,
choix varié
Nestlé Carnation hot
chocolate mix
reg. 8.99

7.49



vin rouge,
blanc ou
rosé
750 ml-1 L,
choix varié
reg. white
or rosé wine
reg. de
13.79 à 17.29

15% de rabais

boisson
énergisante
Redbull
canette 355 ml,
choix varié, consigne
Redbull energy drink
reg. 4.49

3.49



barre de chocolat
Sweetfix
160-150 g, choix varié
Sweetfix chocolate bar
reg. 15.99

16.99



produit d'ici

produit participant

concours moi



croustilles
Lay's
200-220 g, Baked
177 g, machées
amuse-gueule 250 g,
choix varié
Lay's potato chips
reg. de 4.99 à 5.29

2/8.50



produit d'ici

produit participant

concours moi

Natrel™

D'un naturel généreux



4 99\$ NATREL
CRÉMIER À CAFÉ
1L
PRIX RÉGULIER 7,99\$



6 49\$ NATREL
SANS LACTOSE
2L
PRIX RÉGULIER 6,79\$

4 99\$ NATREL
LAIT FINEMENT FILTRÉ
2L
PRIX RÉGULIER 5,49\$
MOCHI À LA CRÈME GLACÉE
210 ML
PRIX RÉGULIER 7,49\$



Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 5 mars au mercredi 11 mars 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, March 5th to Wednesday, March 11th, 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.