

grande vente
watadow
metro

3 lb

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

watadow
3⁹⁹

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

BIO

watadow
1⁹⁹

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

3 lb

watadow
au choix
99¢

poires Bartlett, Bosc ou rouges Crimson
produit des E.-U. et/ou importées de l'Afrique du Sud, Cal. extra de l'année, gr 80-120 paires
99¢/lb - 2,18/kg
reg. 2,99/lb - 6,58/kg

maigre

watadow
5⁴⁴ /lb

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

produit participant

watadow
4⁸⁸

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

watadow
2⁹⁹

Superfries

wow

épaula de porc picnic format économique
pork shoulder picnic roast, economic pack
4,28/kg
reg. 4,41/lb - 9,90/kg

watadow
1⁹⁴ /lb

produit D'Ici

fromage Selection
210-400 g, Mieux-être 375 g, choix varié
Selection cheese reg. de 6,79 à 6,99

SWISS SUISSE SLICES • TRANCHES

PIZZA MOZZARELLA

28% MIEUX-ÊTRE 42% PRODUITS D'ICI

400 g

produit D'Ici

PRIME RAISED WITHOUT ANTIBIOTICS ÉLEVÉ SANS antibiotiques

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

watadow
7\$

Häagen-Dazs minis vanilla almond vanille amande

watadow
4⁹⁴

friandises glacées Häagen-Dazs
3-4/35-58 ml, crème glacée 414-430 ml, dessert glace 400 ml, Drumstick crème glacée 946 ml, logo yogurt glace 946 ml, barres au yogurt 4/80 ml, Nano yogurt glace 8/50 ml, choix varié
Häagen-Dazs frozen treats reg. de 5,99 à 6,99

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

watadow
88¢

Coca-Cola ZÉRO SUCRE

Coca-Cola GOÛT ORIGIN

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

watadow
6⁴⁷

3 jours seulement jeudi, vendredi et samedi

Irresistible PANANG CURRY CARI PANANG

Irresistible GREEN CURRY CARI VERT

cari panang aux crevettes Irresistible
surpice, cari vert au poisson, 220 g
Irresistible frozen shrimp panang curry reg. 10,99

prix flash
3⁹⁹

5,99 reste de la semaine

40% de rabais sur le 2^e moins cher

McCafé

à partir de 8\$ de rabais

watadow
22⁹⁹

capsules de café McCafé K-Cup 24-30 un., café moulu 640-875 g, choix varié
McCafé coffee capsules reg. de 30,99 à 34,99

Molson CANADIAN LIGHT

Coors LIGHT

bière Molson Coors Light, Canadian
caisse, bout. ou canettes 24/341-355 ml, choix varié, consigne beer reg. de 39,99 à 41,99

watadow
à partir de 30⁵⁴

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

collation aux pommes Mieux-être
SANS SUCRE AJOUTÉ
POMME PÊCHE MANGUE
25 CALORIES
4 portions 2x20 g
30 g x 14 g

SANS SUCRE AJOUTÉ
POMME FRAISE
40 CALORIES
4 portions 2x20 g
30 g x 14 g

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

prix flash
1⁴⁴

1,99 reste de la semaine

m

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
GRAINES DE
CANNES

Irresistibles
FIG & OLIVE
FIGES
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

2/10^{\$} 5⁴⁹
l'unité

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

Life Smart Mieux-être
NATURALIA
AMANDE
ORIGINALE
NON SUCRÉE
VEGETALIEN

Life Smart Mieux-être
NATURALIA
AMANI
VANILLE
NON SUCRÉE
VEGETALIEN

produit d'ici
produit participant
concours
mes marques à
moi

5/10^{\$} 2⁶⁹
l'unité

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

Selection
4 SAISONS
LIQUIDE LAVE-GLACE
-40°C

Selection
4 SAISONS
LIQUIDE LAVE-GLACE
-40°C

produit participant
concours
mes marques à
moi

4/16⁴⁹ 5⁴⁹
l'unité

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

économisez **gros**

FORMAT
ÉCONOMIQUE

Selection
30 LARGE SIZE
CALIBRE GROS
EGGS-ŒUFS

Irresistibles
100% COLOMBIEN
72 capsules de café Irresistible
K-Cup 72 un., choix varié
Irresistible
coffee capsules

Selection
croustilles
BBO
454 g, choix varié
Selection
potato chips

Selection
RIPPLES
ONDULEES
CLASSIC
CLASSIQUE

Produit d'ici
œufs blancs Selection
Nutri, Bumbae, calibre gros, 30 un.
Selection white eggs

Produit d'ici
capsules de café Irresistible
K-Cup 72 un., choix varié
Irresistible
coffee capsules

Produit d'ici
croustilles
BBO
454 g, choix varié
Selection
potato chips

Produit d'ici
savon en barre
Personnelle
12/106 g
Personnelle soap bar

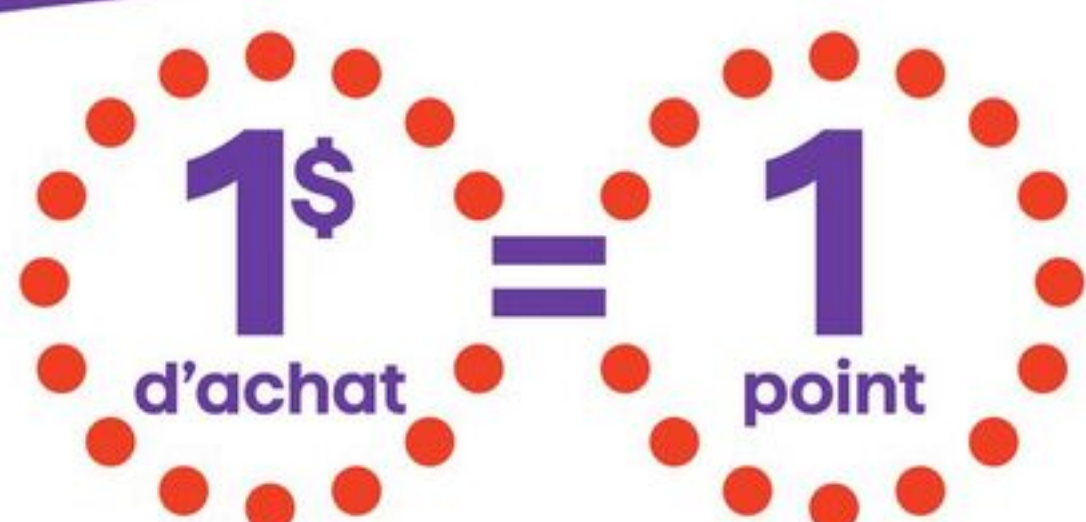
Produit d'ici
BEAUTY SOAP SAVON
DE BEAUTE
106 g

Produit d'ici
noix Selection,
Mieux-être
1,13 kg, choix varié
Selection, Life Smart nuts

Produit d'ici
LUXE
1,13 kg, choix varié
Selection, Life Smart nuts

9⁹⁹ 31⁹⁹ 3⁹⁹ 24⁹⁹ 12⁹⁹

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



moi

pas encore membre?
adhésion gratuite à programmemoi.ca



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

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

wataTow
2.88

Takis
FUEGO
INTENSE MACHO
SAISON MACHO

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

wataTow
4.88

POM
BAGELS
PROTÉINES
18 g

POM
TORTILLAS
PROTÉINES
13 g

petits gâteaux Hostess
200-231 g, 6 un.,
choix varié
Hostess snack cakes
reg. 3,99

wataTow
3.49

Hostess
Cupcakes
CHOCOLATE
CHOCOLAT
206 g

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

wataTow
3.77

POM
TORTILLAS
10

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

Sara Lee
Mousses de chocolat
Chocolat Choclate
300 g

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

wataTow
3.99

iöco nano
12% MATIÈRE GRASSE
POUR LE SUGAR
POUR LE SUGAR
40% MOINS DE SUGAR
POUR LE SUGAR

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

wataTow
7.99

Black Diamond
CHEESTRINGS FICELO
100% REAL CHEESE
100% VRAI FROMAGE
Mozzarella

Black Diamond
CHEESTRINGS FICELO
100% REAL CHEESE
100% VRAI FROMAGE
Marble, Marbré

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

wataTow
4.99

Lactantia
Purifiltré
2

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

wataTow
5.49

KREMA
VANILLE VANILLA
9% MATIÈRE GRASSE

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

wataTow
3.99

Lactantia
Simple Ingredients
Rich & Creamy
Riche et crémeux
Ingrédients simples
ORIGINAL
Cream Cheese Product - Produit de fromage à la crème

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

QUICK & READY - RAPIDE & PRÊT À SERVIR

Selection
Jasmine Jasmin
Light fragrance
arôme léger
2 minutes

2.49

QUICK & READY - RAPIDE & PRÊT À SERVIR

Selection
Basmati
Long grain
à grains fins
2 minutes

2.49

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

1.09

Selection
Soupe aux
TOMATES - TOMATO
Soup

1.49

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

1.29

Selection
CHUNK LIGHT TUNA
THON PÂLE en MORCEAUX
IN WATER - DANS L'EAU

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

3.69

Selection
TOMATO
PASTE
PÂTE DE TOMATES

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

Selection
TOMATO BASIL
TOMATE ET BASILIC

Selection
ALFREDO

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

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
moi

prix membre
mon special appli
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%

haché par nos bouchers tous les jours



porc haché maigre
 format économique
 lean ground pork - economic pack
9,90/kg
 reg. 5,69/lb - 12,98/kg

FORMAT
ÉCONOMIQUE

4.49 /lb



rôti français
 non bardé, bardé, provenant de
 l'intérieur de ronde
 barded french style roast
28,64/kg
 reg. 12,69/lb - 30,18/kg

12.99 /lb



beef/de
contre-filet
Platinum AAA plus
 lean steak
55,09/kg
 reg. 30,99/lb - 53,32/kg

BOEUF
AAA
 PLATINUM
 PLUS

24.99 /lb

porc haché maigre
format économique
lean ground pork, economic pack
9,90/kg
reg. 5,89/lb - 12,98/kg

— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

449 lb

rôti français

28,64/kg
eq. 13.60/lb - 30.18/kg

Reg. 13,09110 • 30,100 kg

12.99
/lb

bifteck de
contre-filet
Platinum AAA plus

Platinum AAA plus strip
loin steak

55.09/kg
reg. 30.99/lb - 68.32/kg

24.99 /lb



**foie de veau
de grain frais**
fresh grain-fed veal liver
33,05/kg
reg. 16,99/lb - 37,46/kg

99
/lb

biftecks sandwich

escalopes
biftecks attendris, format économique
sandwich cutlet steaks, economic pack
28,64/kg

reg. 13,99/lb - 30,84/kg

— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

12.99
/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

699
/lb

bavette de boeuf

beef flap meat
55,09/kg
reg. 32,99/lb - 72,73/kg

99
/lb

viandes préparées sur place
pas en usine

produit
D'ICI

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
3.99
/lb
cuisses de poulet (frais) avec dos
hauts de cuisses de poulet avec dos / format économique
fresh chicken legs with back, economic pack
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

produit
D'ICI

hauts de cuisses de poulet
frais désossés
poitrines de poulet, désossées parées,
format économique
fresh boneless chicken thighs, economic pack
19,82/kg
reg. 9,49/lb - 20,92/kg
—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
8.99
/lb

produit
D'ICI

côtelettes de
longe de porc
désossées, format économique
boneless pork loin chops,
economic pack
13,21/kg
reg. 7,99/lb - 16,51/kg
—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
5.99
/lb

produit
D'ICI

lanières de bœuf, de
poulet, de dinde ou de porc
choix varié
beef, chicken, turkey or pork strips
à partir de 10,99/lb - 24,23/kg
à partir de
9.99
/lb

collection
du boucher
metro

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

brochette de bœuf, de
poulet, de porc ou de
dinde avec légumes
choix varié
beef, chicken, pork or turkey
brochettes with vegetables
26,43/kg
reg. à partir de 12,49/lb - 27,54/kg
—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
11.99
/lb

metrigo!

rosettes de bœuf
nature ou assaisonnées, format économique
beef pinwheels, economic pack
24,23/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg
—FORMAT—
ÉCONOMIQUE
10.99
/lb



hauts de cuisses de poulet

frais desossés
poitrines de poulet désossées parées,
format économique
fresh boneless chicken thighs, economic pack

19,82/kg
reg. 9,49/lb - 20,92/kg

— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

8.99
/lb



lanières de boeuf, de
poulet, de dinde ou de porc
choix varié

beef, chicken, turkey or pork strips
à partir de 22,02/kg
reg. à partir de 10,99/lb - 24,23/kg

a partir de
999
/lb

metrogo!

rosettes de boeuf

beef pinwheels, economic pack
24,23/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

10.99 /lb

brochette de boeuf, de poulet, de porc ou de dinde avec légumes

beef, chicken, pork or turkey
brochettes with vegetables
26.43/kg

reg. à partir de 12,49/lb - 27,54/kg

199
/lb

%

fraîcheur garantie

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

accumulez des
points Moi partout
échangez-les ici*

metro

JC
Jean Coutu

Super C

Brunet

P
PREMIÈRE
MOÏSSON

0 \$
frais
annuels



+ obtenez
jusqu'à
5 000
points Moi
en prime¹

en savoir plus

Frais annuels: 0 \$ | Frais pour carte supplémentaire: 0 \$ | Achat: 20,99 % | Avance de fonds: 22,99 % (21,99 % pour les résidents du Québec)
*Des conditions s'appliquent. Allez à rbc.com/moi pour obtenir tous les détails. 1Prend fin le 20 janvier 2027. Achat min. requis.

nos saveurs d'érable d'ici



gâteau
255 g, choix varié
cake

à partir de
8.99



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



pouding
au chômeur
500 g
pudding



à partir de
14.99



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
4.99
18 unités



saupoudrés

FORMAT
ÉCONOMIQUE



croissant 100% beurre
10/57 g
5.99



muffins
600 g, choix varié
muffins
7.44



beignes
12/31-38 g, biscuits
12/31-38 g, choix varié
donuts
reg. de 6.49 à 7.99
à partir de
5.99



brownies
moelleux et
fondants, 608 g
brownies
reg. 10.49
9.99



baguette française
baguette ciabatta, 325 g, choix varié
french baguette
reg. de 3.49 à 4.69
à partir de
3.29



viennoiseries
2/61-88 g, choix varié
pastries
reg. 3.99
3.49



brioches à la
cannelle
2/135-145 g, choix varié
cinnamon brioches
reg. 2.99
2.49



croissants
4/65 g, choix varié
croissants
reg. 4.99
4.79



miche calabrese
500 g, baguette calabrese 325 g
calabrese loaf
reg. de 4.49 à 4.99
prix spécial
4.49
prix membre
3.99



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
14.99



pain tranché
grain germé, beige à l'ancienne,
Paysan multigrains, 500 g, miche
campagnarde, blé entier, 700 g
sliced bread
2/10\$ ou **5.99**
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
3.49

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
cretons
9,93/lb
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
4,94/lb
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



poulet aux olives
et sauce tomate

produit
d'ici



boulettes
de dinde et
quinoa à la
sauce aux
abricots



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



50
points

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



metrigo!

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



65
points

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



85
points

dîner Kraft
Dinner
12/200 g
Kraft Dinner meal



55
points

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



45
points

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



30
points

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



25
points

Nectar Del Monte
960 mL, choix varié
Del Monte Nectar



25
points

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



30
points

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



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

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

5⁴⁹

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

2⁴⁹

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 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

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

4⁹⁹

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

4⁷⁹

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

9⁴⁹

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

5⁴⁹

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

19⁹⁹

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

11⁹⁹

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

4⁹⁹

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

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

35 points
6⁹⁹

dîner Michelin's
surgelée, 255-284 g, choix varié
Michelin's dinner
reg. 3,79

2⁹⁹

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

4⁹⁹

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

1⁹⁹

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

25 points
5⁹⁹

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

3⁹⁹

crackelins Premium Plus Christie
SAUPOURÉS DE SEL
650-650 g, choix varié
Christie Premium Plus crackers
reg. 5,99

4⁹⁹

sauce à pizza Primo
575 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\$

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

1⁹⁹

fiesta des saveurs



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



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



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



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



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



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



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



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



2/8.50 ou **5.29**
l'unité



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



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



4.99 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 ensemble à
TACOS RIGIDES
ET SOUPLES
340 g



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



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



15.49 bière
Corona Extra
bouteille 473 ml,
choix varié, consigne
beer
reg. de 15.99 à 17.49



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

soirée cinéma



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



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



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



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



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



4.99 bonbons
Kandju
225 g, choix varié
Kandju candies
reg. 5.99



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



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



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



16.99 barre de chocolat
Sweetfix
180-190 g, choix varié
Sweetfix chocolate bar
reg. 19.99



15% de rabais vin rouge,
blanc ou rosé
750 ml-1 L,
choix varié
red, white
or rosé wine
reg. de
13.79 à 17.29



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



2/8.50 ou **4.49**
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

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.