la vente xtra rabais
cette semaine seulement

mon épicier

2 lb

rabais de 50% **3.99**

fraises
produit des É.-U. et/ou importées du Mexique, Cat. No 1, 907 g
strawberries
reg. 7,99

pommes Ambrosia ou Honeycrisp
produit du Québec et/ou du Canada de fantaisie, gr 100-113
Ambrosia or Honeycrisp apples
4,39/kg
reg. de 2,99/lb - 6,59/kg à 3,99/lb - 8,80/kg

Honeycrisp et Ambrosia

jusqu'à rabais de 50% **1.99** /lb

bœuf première qualité metro depuis 1947

rabais de 40% **7.99** /lb

biftecks français
bifteck tournedos, choix varié, format économique
french style steaks, economic pack
17,61/kg
reg. 13,69/lb - 30,18/kg

100% CANADIEN

Si la température le permet

rabais de 50% **8.99** /lb

filets de saumon Atlantique frais
sans arêtes, format économique
fresh Atlantic salmon fillets, economic pack
19,82/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

BIO **3.44** 340 g

mini concombres
produit du Québec, 6 un.
mini cucumbers
reg. 4,99

rabais de 50% **2.44**

refroidi à l'air

rabais de 40% **2.99** /lb

poulets entiers Exceldor
environ 1,5 kg, format économique
Exceldor fresh whole chicken
6,59/kg
reg. 4,49/lb - 9,90/kg

rabais de 40% à partir de **8.99**

ailes de poulet La Cage, Iru
surgelées, La Cage portions de poulet panées, 550 g, choix varié
La Cage, Iru frozen chicken wings
reg. 16,99

produit D'ICI

jusqu'à rabais de 65% **99¢** ch./lb

fruit de la passion
importé de la Colombie, cat. 39-41, ou
persil, persil italien
importé du Mexique, ou
patates douces
produit des É.-U., Cat. No 1, 2,18/kg ou
radis en feuilles
produit du Québec, pqt
passion fruit, parsley, italian parsley, sweet potatoes or top radishes
reg. de 1,25 à 2,99

wow

jusqu'à rabais de 60% **4.99**

papier hygiénique Cashmere
12 rouleaux doubles, 8 rouleaux triples, Bonterra 9 rouleaux triples, essuie-tout de papier 3 rouleaux méga, papiers mouchoirs 3/150, Scotties 6/81-126, Sponge Towels essuie-tout de papier 3 rouleaux doubles, choix varié
Cashmere bathroom tissue
reg. de 9,49 à 12,79

bacon Selection
375 g, choix varié
Selection bacon
reg. 6,99

rabais de 25% **4.99**

prix spécial **7.99** +TX

prix membre **6.99** +TX

lapin chocolat de Pâques Lindt
100 g, choix varié
Lindt Easter chocolate rabbit
reg. 10,79

Pepsi, 7up
mini bout. 6/222 ml, choix varié, consigne
soft drink
reg. 4,99

rabais de 40% **2.99** +TX

croustilles Miss Vickie's
190-200 g, choix varié
Miss Vickie's potato chips
reg. 5,49

produit D'ICI

jusqu'à rabais de 50% **2.44**

légumes Selection, Irrésistible
surgelés, 340-750 g, Mieux-être chou fini haché biologique 300 g, choix varié
Selection, Irrésistible frozen vegetables
reg. de 3,69 à 5,19

prix spécial **29.99** +TX

prix membre **24.99** +TX

couches pour bébés Huggies
42-96 un., choix varié
Huggies baby diapers
reg. 32,99

rabais au max
pas moins cher ailleurs*

rabais au max **3.33**

céréales General Mills
formats et choix variés
General Mills cereal
reg. de 6,99 à 7,49

produit D'ICI

soupe prête-à-servir St-Hubert
540 ml, choix varié
St-Hubert ready to serve soup
reg. 3,99

rabais au max **1.47**

produit D'ICI

rabais au max **5.95**

mayonnaise Hellmann's
710-890 ml, choix varié
Hellmann's mayonnaise
reg. 7,49

sauce pour pâtes Classico
410-600 ml, pesto 218 ml, choix varié
Classico pasta sauce
reg. 6,29

rabais au max **2.97**

Du jeudi **12 mars** au mercredi **18 mars** 2026 From Thursday to Wednesday March **12th** - March **18th**, 2026

* Valide du 12 mars au 18 mars 2026. Nous égalerons les prix annoncés dans les circulaires des grands supermarchés d'alimentation concurrents identifiés par Metro sur les produits annoncés dans la section «prix au max» de notre circulaire, si un concurrent, dans un rayon de 5 km, vend un article de format, de marque et de provenance identique à l'un de ces produits annoncés et identifiés «prix au max» sur la présente page de cette circulaire à un prix moindre durant la même période de validité de la présente circulaire. Metro validera les prix des circulaires des concurrents. Cette garantie excluf spécifiquement tout coupon, promotion, rabais, y compris sur des achats combinés, récompenses, attribution de points ou privilèges de programmes de fidélisation. Ne s'applique pas à les informations pour comparer les produits sont incomplètes ou si la publicité n'est pas émise directement du concurrent. Ne s'applique pas aux produits en liquidation et aux erreurs d'affichages des concurrents. Informez-vous à votre magasin Metro pour obtenir la liste des grands supermarchés d'alimentation concurrents identifiés. Nous nous réservons le droit de suspendre, modifier ou cesser ce programme en tout temps sans préavis.

NAT

ramadan kareem

رمضان كريم

En vigueur du 12 au 18 mars 2026

7.99

agneau haché maigre Famille Fontaine Origines
décongelé, 375 g
Fontaine Famille lean ground lamb
reg. 12,99

8.99

portions de poulet pané Zabiha
surgelées, 800 g, choix varié
Zabiha frozen chicken portions
reg. de 15,99 à 16,99

8.99

baklavas Adonis
250-275 g, choix varié
Adonis baklavas
reg. 9,99

9.99

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

3.99

gros cantaloup
importé du Guatemala et/ou Honduras, Cat. No. 1, gr 9
large cantaloup
reg. 5,99

1.99

oignons rouges
produit du Québec, sac 3 lb
red onions
reg. 4,99

1.99 /lb

tomates rouges en grappe
produit du Québec, Canada No 1
red cluster tomatoes
4,39/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

3.99

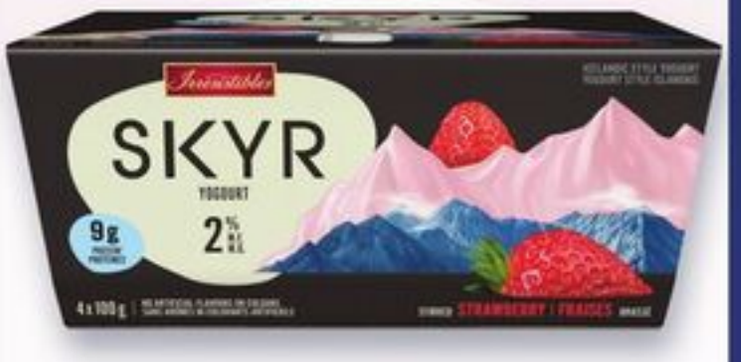
coeurs de laitue romaine
produit des É-U et/ou importés du Mexique, 3 un.
romaine hearts
reg. 6,99

4.49

couscous Zinda
600-907 g, choix varié
Zinda couscous
reg. de 4,79 à 5,49

2.49

biscuits Dare
Maxi Fruit, Ultimate, Normandie, Météo
280-300g choix variés
Dare cookies
reg. 4,29



3.49

Skyr Irrésistible
yogourt grec, 4/100 g, choix varié
Irrésistible Skyr
reg. 4,49

4.49

sauce Al'fez
238 ml, choix varié
Al'fez sauce
reg. 5,49

9.49

café moulu Lavazza
250 g, choix varié
Lavazza ground coffee
reg. de 10,29 à 11,49

3.99

confiture Selection
gelée, marmelade, tartinade, 500 ml, choix varié
Selection jam

Spéciaux offerts dans les magasins participants de la région de Montréal et de Laval

*Spéciaux en vigueur du 12 au 18 mars 2026 chez vos magasins Metro de la région de Montréal et de Laval. La régularité dans les approvisionnements en fruits et légumes est à la merci des conditions météorologiques. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un article venait à manquer, n'hésitez pas à demander un bon d'achat différé. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement. MC : marque appartenant à METRO RICHELIEU INC. La disponibilité des produits en rabais peut varier d'un magasin à l'autre. Magasins participants seulement.

2,99

laitue duo Gen V
produit du Québec, choix varié
Gen V duo lettuce
reg. 4,99

escalope de cuisseau de veau de lait
milk-fed veal leg scallopini
44,07/kg
reg. 32,99/lb - 72,73/kg

19,99 /lb

6,99

poires asiatiques
importées de la Chine, caisse 2 kg
asian pears
reg. 9,99

pâté Plaisirs Gastronomiques
quiche, tourtière, feuilleté, gratin, 540-585 g, choix varié
Plaisirs Gastronomiques pot pie
reg. 11,99

6,99

8,99

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

coquille-repas aux fruits de mer
surgelée, 275 g
meal-seafood shell
reg. 8,00

6$

saumon coho fumé tranché Grizzly
surgelé, 275 g
Grizzly sliced smoked coho salmon
reg. 19,99

12,99

2,99

pain parisien
468 g
parisian bread
reg. 4,49

fromage râpé Cracker Barrel
250-320 g, bloc 340-400 g, P'tit Québec en dés 320 g, Galbani 500 g, choix varié
Cracker Barrel cheese
reg. de 8,49 à 9,99

7,49

jusqu'à 50% de rabais

noix de grenoble ou amandes naturelles Irrésistible
préparées au Canada, 250 g
Irrésistible walnuts or natural almonds
reg. de 6,99 à 7,99

vin rouge, blanc ou rosé
1 L, choix varié
red, white or rosé wine
reg. de 11,99 à 17,29

6$ de rabais à l'achat de 2

biscuits Célébration Leclerc
200-240 g, Leclerc Tradition biscuits
225-350 g, choix varié
Leclerc Célébration cookies
reg. 4,99

2,99

céréales granola La Fourmi
283 g, Nutbrown 180 g, choix varié
La Fourmi granola cereal
reg. 5,99

3,99

jus ou boisson réfrigéré Irrésistible
1,54 L/1,65 L, choix varié
Irrésistible refrigerated juice or drink
reg. de 4,49 à 5,49

thon pâle listao Clover Leaf
170 g, assaisonné 85 g, salade de saumon 78 g, choix varié
Clover Leaf skipjack light tuna
reg. de 2,49 à 2,69

1,55

soupe Campbell's
284 ml, Sélection, Mieux-être, bouillon 900 ml, choix varié
Campbell's soup
reg. de 1,79 à 2,99

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

1$ d'achat = 1 point

moi

chaque jour à bas prix

profitez de bas prix
sur plus de **500** essentiels du quotidien
Repérez-les en magasin et en ligne

metro.ca

jusqu'à

60$

de rabais*

sur vos 3 premières

commandes

magasiner maintenant

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

le mois des cocos

pour aider nos p'tits cocos faites un don

2$ 5$ 10$

aidez-nous à les aider

Jusqu'au 8 avril, vous pouvez supporter les enfants malades et leurs familles en faisant un don à la caisse au profit de la Fondation du CHU Sainte-Justine.

metro | Fondation CHU Sainte-Justine

croquants et savoureux

BIO 4.99 /lb -11,00/kg raisins rouges

gros fruit

très gros raisins rouges ou noirs sans pépins
importés du Chili et/ou de l'Afrique du Sud et/ou du Pérou, Cat. No 1
extra large seedless red or black grapes
8,80/kg
reg. de 4,99/lb - 11,00/kg à 5,99/lb - 13,21/kg

3.99 /lb

25 points

clémentines avec tige et feuilles
importées de l'Espagne
clementines with stem and leaves
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

3.99 /lb

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

3.49

gros fruit

melon miel
importé du Guatemala, gr 6
honeydew melon
reg. 6,99

5.99 ch.

BIO au même prix gr 175-200

gros fruit

lime
importée du Mexique et/ou de la Colombie, gr 145-155
lime
reg. 0,99

+TX

88¢ ch.

BIO 4.99 1 lb

2 lb

kiwis
importés de la Grèce, panier 2 lb
kiwis
reg. de 5,99 à 7,99

6.99

gros fruit

mangue miel (Ataulfo)
importée du Mexique, gr 14-16
honey (Ataulfo) mango
reg. 3,99

2.99 ch.

gros fruit

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

3.99 ch.

goûtez la fraîcheur

gros légume

BIO 4.99

brocoli
produit des É.-U. et/ou importé du Mexique, gr 14
broccoli
reg. de 4,99 à 5,99

3.99 ch.

BIO au même prix 2 un.

4 unités

poivrons doux assortis
importés du Mexique et/ou du Honduras, paquet 4
assorted sweet peppers
reg. 6,99

5.99

30 points

BIO au même prix gr 20

gros fruit

avocat Hass
importé du Mexique, gr 16
Hass avocado
reg. 2,49

1.99 ch.

asperges
importées du Mexique, Cat. No 1, 325 g
asparagus
reg. 5,99

4.99

sac 1 lb

choux de Bruxelles
importés de la Hollande et/ou de la Belgique, 454 g
Brussels sprouts
reg. 6,99

4.99

produit D'ICI

vinaigrette Renée's
préparée au Canada, 350-355 ml, choix varié
Renée's salad dressing
reg. 5,99

5.49

produit D'ICI

tofu mou ou tofu dessert Sunrise
produit du Canada, 300 g, choix varié
Sunrise dessert or soft tofu
reg. 1,99

3/5$ ou **1.67 l'unité**

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

tout le bon goût d'ici

produit D'ICI

1 lb

panais
produit du Québec, sac 1 lb
parsnips
reg. 4,99

3,99

tomates rouges de serre
produit du Québec, Canada No 1, gr 39-44
hothouse red tomatoes
6,59/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

2,99 /lb

pousses Les Fermes Good Leaf
produit du Québec, 50 g, choix varié
Les Fermes Good Leaf shoots
reg. 4,99

3,99

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

2,69 /lb

saveurs d'Italie

2 lb

oranges sanguines
produit des É.-U., sac 2 lb
blood oranges
reg. 6,99

5,99

courgettes
produit des É.-U. et/ou importées du Mexique
zucchini squashes
7,69/kg
reg. 3,99/lb - 8,80/kg

3,49 /lb

produit D'ICI

BIO **4,99**

mélange de salade Attitude
jeunes épinards, roquette, produit des É.-U., 142 g, choix varié
Attitude salad mix
reg. de 4,99 à 5,99

25 points

3,99

fenouil (anis) Andy Boy
produit des É.-U. et/ou importé du Mexique, gr 24
Andy Boy fennel (anise)
reg. 3,99

2,99

gros légume

artichauts
produit des É.-U. et/ou importés du Mexique, gr 18
artichokes
reg. 3,99

2,99

tomates italiennes
produit du Canada et/ou des É.-U. et/ou importées du Mexique, Cat. No 1
italian tomatoes
7,69/kg
reg. 3,99/lb - 8,80/kg

3,49 /lb

La santé commence dans votre panier!

Chaque couleur de fruits et de légumes offre ses bienfaits pour plus d'énergie au quotidien !

produits de couleur verte

- *densité nutritionnelle élevée*
- *offrent un large éventail de vitamines et minéraux essentiels*

chou frisé vert (kale)
importé du Mexique
green kale
reg. 3,99

2,99 ch.

produits de couleur orange

- *haute teneur en bêta-carotène*
- *précurseurs de la vitamine A*
- *essentiels pour la santé oculaire, le système immunitaire et la peau.*

patate douce
produit des É.-U., Cat. No 1
sweet potato
2,18/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg

99¢ /lb

produits de couleur violette

produit D'ICI

- *forts en antioxydants*
- *préviennent le vieillissement et les maladies cardiovasculaires.*

2 lb

betteraves
produit du Québec, sac 2 lb
beets
reg. 3,99

2,99

produits de couleur rouge

metrogo!

coupé en magasin

- *riches en antioxydants*
- *renforcent le système immunitaire grâce à la vitamine C*

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

1,69 /lb

produits de couleur blanche

produit D'ICI

- *haute teneur en allicine et en sulforaphane*
- *soutien du système digestif*
- *propriétés antibactériennes et antivirales*

2 lb

oignons jaunes
produit du Québec, sac 2 lb
yellow onions

1,99

Des couleurs dans l'assiette pour une meilleure santé!

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

haché par nos bouchers tous les jours

boeuf haché extra-maigre
format économique
extra lean ground beef, economic pack
22,02/kg
reg. 10,69/lb · 23,56/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE
9,99 /lb

frais

filets de porc frais
format économique
fresh pork tenderloins, economic pack
13,21/kg
reg. 7,69/lb · 16,95/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE
5,99 /lb

BŒUF AAA PLATINUM PLUS

variété de boeuf AAA Platinum Plus
choix varié
AAA Platinum Plus beef variety
reg. 47,49/kg - 104,72/kg
à 37,99/kg - 83,78/kg

10% de rabais sur toute la variété de boeuf AAA Platinum Plus

FAMILLE FONTAINE FAMILY Origines

côtelettes d'agneau Famille Fontaine
décongelées, env. 500 g
Fontaine Family lamb chops
41,87/kg
reg. 21,99/lb · 48,48/kg

18,99 /lb

produit D'ICI

poitrines de poulet frais désossées
parées, hauts de cuisses de poulet désossés, format économique
fresh boneless chicken breasts, economic pack
19,82/kg
reg. 9,49/lb · 20,92/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE
8,99 /lb

rôti de côtes croisées désossé
choix varié
boneless cross rib roast
26,43/kg
reg. 13,49/lb · 29,74/kg

11,99 /lb

bifteck de filet mignon
beef tenderloin steak
reg. 51,99/lb · 114,62/kg

bœuf première qualité metro depuis 1947

25% de rabais

viandes préparées sur place pas en usine

FORMAT ÉCONOMIQUE
9,99 /lb

cubes de boeuf bourguignon
à fondue, à brochette à ragout à mijoter, format économique
bourguignon beef cubes, economic pack
22,02/kg
reg. à partir de 11,69/lb · 25,99/kg à 12,49/lb · 27,54/kg

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

metrogo!

alouettes de boeuf farcies
choix varié, format économique
stuffed beef alouettes, economic pack
26,43/kg
reg. 12,99/lb · 28,64/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE
11,99 /lb

produit D'ICI

épaule de porc de palette désossé
boneless pork shoulder blade roast
9,90/kg
reg. 5,49/lb · 12,10/kg

4,49 /lb

produit D'ICI

pilons de poulet frais
hauts de cuisse de poulet avec dos, format économique
fresh chicken drumsticks, economic pack
9,90/kg
reg. 4,99/lb · 11,00/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE
4,49 /lb

produit D'ICI

côtelettes de porc frais
avec os, choix varié, format économique
fresh pork loin chops, economic pack
13,21/kg
reg. 6,99/lb · 15,41/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE
5,99 /lb

viande à fondue fraîche de boeuf, de poulet, de porc ou de dinde
choix varié
beef, chicken, pork or turkey fondue meat
à partir de 22,02/kg
reg. de 10,99/lb · 24,23/kg
à 14,99/lb · 33,05/kg

à partir de 9,99 /lb

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

économisez plus avec Irrésistible Selection Life Smart Mieux-être

produit D'ICI

bavette de boeuf Irrésistible
225 g, choix varié
Irrésistible beef bavette
reg. 13,99
11,99

poitrine de poulet marinée Irrésistible
225 g, choix varié
Irrésistible marinated chicken breast
reg. 6,49
5,99

filet de porc Irrésistible
550 g, choix varié
Irrésistible pork tenderloin
reg. 14,99
7,99

produit D'ICI

saucisses Selection
415 g, choix varié
Selection sausages
reg. 6,49
5,99

produit D'ICI

poulet haché extra maigre Mieux-être
haché extra maigre, 450 g
Life Smart extra lean ground chicken
reg. 8,99
7,99

boeuf haché maigre Mieux-être Naturalia
454 g
Life Smart Naturalia lean ground beef
reg. 12,99
11,99

viandes d'ici

produit D'ICI

OLYMEL

souvlakis de poulet ou de porc assaisonnés Olymel
env. 600 g, choix varié
Olymel seasoned chicken or pork souvlakis
22,02/kg
reg. dès 19,99/lb - 24,23/kg
à 13,99/lb - 30,84/kg
9,99 /lb

ROSE

C'EST EXCLUSIF! chez metro

bavette de porc érable et chipotle Rose
env. 400 g
Rose maple chipotle pork hank
22,02/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg
9,99 /lb

duBreton

longe de porc duBreton
375 g, choix varié
duBreton pork loin
reg. 10,99
8,99

côtes de flanc de porc frais
format économique
fresh pork side ribs, economic pack
9,90/kg
reg. 5,29/lb - 11,66/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
4,49 /lb

FAMILLE FONTAINE FAMILY

osso buco de veau Famille Fontaine
env. 400 g
Fontaine Family veal osso buco
44,07/kg
reg. 20,99/lb - 46,27/kg
19,99 /lb

metrogo!

macreuse de boeuf marinée style kansas city Metrogo!
170 g, bifteck de picanha marané au chimichurri 200 g
Metrogo! kansas city-style marinated flat iron beef steak
reg. 9,49
8,49

metrogo!

poitrines de poulet farcies
asperges-fromage feta, format économique
stuffed chicken breasts, economic pack
26,43/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg
FORMAT ÉCONOMIQUE
11,99 /lb

c'est le temps des sucres

produit D'ICI

saucisses porc-boeuf Lafleur
La Fernandière, 675 g, choix varié
Lafleur pork-beef sausages
reg. 11,99
9,99

produit D'ICI

bologne Gaspésien
simili poulet, 575 g
Gaspésien bologna
reg. 6,99
5,99

produit D'ICI

jambon fumé tranché Gaspésien
250 g, choix varié
Gaspésien sliced smoked ham
reg. 6,99
5,99

produit D'ICI

sandwich déjeuner Schneiders
surgelé, 288 g, sandwich bacon fromage 232 g, quiches déjeuner 224 g, choix varié
Schneiders frozen breakfast sandwich
reg. 7,49
6,49

produit D'ICI

oreilles de crisse Théberge
125 g
Théberge crispy pork rinds
reg. 5,49
4,99

C'EST EXCLUSIF! chez metro

demi épaule de porc picnic Levesque
env. 2,08 kg
Levesque picnic half pork shoulder
13,21/kg
reg. 6,49/lb - 14,31/kg
5,99 /lb

produit D'ICI

rondines de saucisse à déjeuner Schneiders
surgelées, mini-sizzlers, 375 g
Schneiders frozen breakfast rounds
reg. 9,99
prix spécial **8,99**
prix membre **7,99**

produit D'ICI

saucisses fumées Lafleur
Lafleur naturel, 375/450 g, choix varié
Lafleur wieners
reg. 6,49
5,99

raviolis farcis Giovanni Rana
300 g, choix varié
Giovanni Rana stuffed raviolis
reg. 6,99
5,49

produit D'ICI

portions de poulet Pinty's
450 g, choix varié
Pinty's chicken portions
reg. 9,99
8,99

côtes de dos de porc cuites St-Hubert
625 g, choix varié
St-Hubert cooked pork back ribs
reg. 17,99
14,99

rouleaux de printemps Irrésistible
surgelés, 300 g, Selection pâtés impériaux 570 g, choix varié
Irrésistible frozen spring rolls
40% de rabais sur le 2e paquet le moins cher

pâté St-Hubert
surgelé, tourtière, poulet, quiche, 675/795 g, choix varié
St-Hubert frozen pie
reg. 14,99
11,99

produit D'ICI

burritos au boeuf Quesada
surgelés, 500 g, fajitas au poulet 510 g
Quesada frozen beef burritos
reg. 18,99
16,99

C'EST EXCLUSIF! chez metro

smoked meat Fumoir des Cantons de l'Est
porc, 500 g
Fumoir des Cantons de l'Est smoked meat
reg. 16,99
14,99

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

fraîcheur du large

GARANTIE FRAÎCHEUR TRAÇABLE DE LA PÊCHE À L'ASSIETTE

FORMAT ÉCONOMIQUE

14,99 /lb

filets de morue du Pacifique
sans arêtes, format économique
Pacific cod fillets, economic pack
33,05/kg
reg. 18,99/lb · 41,87/kg

flocons de goberge à saveur de crabe
crab flavoured pollock flakes
22,02/kg
reg. 10,99/lb · 24,23/kg

9,99 /lb

portions de poisson panées Blue Water
surgelées, 450-600 g, crevettes 255-325 g, choix varié
Blue Water breaded fish portions
reg. 12,99

8,99

45 points

metrogo!

tournedos de saumon
pavés de saumon, rôti de saumon, filets de saumon assaisonnés, choix varié, format économique
Atlantic salmon tournedos, economic pack
22,02/kg
reg. 19,99/lb · 44,07/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE

9,99 /lb

metrogo!

salade de pétoncles
choix varié
scallop salad
28,64/kg
reg. 14,99/lb · 33,05/kg

•TX

12,99 /lb

BIO au même prix

produit D'ICI

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

6,99

produit D'ICI

sections de crabe des neiges
surgelées, cuites
snow crab sections
18,10/lb
reg. 19,99/lb · 44,07/kg

3,99 le 100 g

C'EST NOUVEAU! chez metro

crevettes papillons sauvages d'Argentine Marina Del Rey
surgelées, crues, 16-20 un./lb, 340 g
Marina Del Rey Argentinian wild shrimp
reg. 13,99

11,99

produit D'ICI

filet de truite arc-en-ciel Bobines
surgelé
Bobines rainbow trout fillet
35,25/kg
reg. 17,99/lb · 39,66/kg

15,99 /lb

C'EST EXCLUSIF! chez metro

produit D'ICI

SAUMON prix spécial

10,99

prix membre **9,99**

tartare La Cage
surgelé, de saumon ou de thon, 125 g, de bœuf 135 g
La Cage tartare
reg. 13,99

C'EST NOUVEAU! chez metro

prix spécial

7,99

prix membre **6,99**

rouleaux impériaux aux crevettes Irrésistible
surgelés, avec sauce chili douce, 300 g
Irrésistible shrimp spring rolls
reg. 8,99

achetez un repas sélectionné et obtenez

40% de rabais sur le 2e moins cher*

repas Irrésistible, Mieux-être, Sélection
surgelés, 280 g - 1,13 kg, choix varié
Irrésistible, Life Smart, Sélection frozen meals

Fumés en magasin

collection fumoir metro

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

filet de saumon fumé à chaud artisanal
artisanal smoked salmon fillet
29,44/lb
reg. 30,99/lb · 68,32/kg
6,49 le 100 g

filet de truite fumé à froid artisanal
artisanal cold smoked trout fillet
29,44/lb
reg. 30,99/lb · 68,32/kg
6,49 le 100 g

rillettes de saumon fumé artisanal
smoked Atlantic salmon rillettes
20,37/lb
reg. 22,99/lb · 50,68/kg
4,49 le 100 g

fruits de mer et crevettes

8$ 9$ 10$ 11$ 12$

crevettes ou fruits de mer Irrésistible
surgelés, 300-907 g, choix varié
Irrésistible frozen shrimp or seafood
reg. de 8,00 à 12,00

à partir de **8$**

Offre valide dans les magasins Metro et Metro Plus participants. S'applique sur les fruits de mer sélectionnés. Selon la variété disponible en magasin. Jusqu'à épuisement des produits participants. Nous nous réservons le droit de suspendre, de modifier ou de mettre fin à ce programme en tout temps sans préavis.

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

nos saveurs d'érable d'ici

produit D'ICI

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

St Donat Boulangerie Bakery

tarte tourbillon sirop d'érable

pouding chômeur sirop d'érable

tarte sirop d'érable

gâteau sucre et érable

gâteau
490 g, tarte 590 g, pouding chômeur 530 g, choix varié
cake

au choix 11,99

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

garnis de sucre à la crème

mini pets de soeur
saveur d'érable, 300 g, bombes de gâteau 210 g
mini nun's pastry

à partir de 6,99

vrai sirop d'érable

gâteau délice à l'érable
108 g
maple fudge delight cake

3,49 +TX

L'ART DU VRAI

Première Moisson

produit D'ICI

érable

à partir de 6,49 +TX

douceurs feuilletées
brioches, 4/90 g, croissants, chocolatines, 4/60 g, torsades 4/80 g, choix varié
sweet puff pastries
reg. 6,99

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

à partir de 3,29

2/10$

pain tranché
grains germés, belge à l'ancienne, Paysan multigrains, 500 g, miche campagnarde, blé entier, 700 g
sliced bread
reg. 5,99

ou **5,99** l'un.

fraîchement garnis sur demande

cannoli à la crème de ricotta
80 g
ricotta cream-filled cannoli

2,49 +TX

produit D'ICI

biscuits
8/38 g, queues de castor 4/80-82 g, choix varié
cookies
reg. de 5,99 à 6,29

5,49

produit D'ICI

danoises
4/80-85 g, choix varié
danishes
reg. 6,99

5,99 +TX

produit D'ICI

petits pains panini
6/54 g, choix varié
panini buns
reg. 5,49

4,99

produit D'ICI

demi-baguette française Première Moisson
350 g
Première Moisson
half french baguette
reg. 3,99

prix spécial **3,49**

prix membre **2,99**

produit D'ICI

BOMBOLONI
PISTACHE | PISTACHIO

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

11,99

mini cupcakes
saveur d'érable, 300 g
mini cupcakes

7,99

muffins
336-400 g, gauffres 400 g, bagels style Montréal 510 g, choix varié
muffins
reg. de 6,49 à 7,44

à partir de 5,99 +TX

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

votre coupe, votre saveur

simili poulet Gaspésien
choix varié
Gaspésien mock chicken
8,12/lb
reg. 2,09 le 100 g - 9,48/lb
1,79 le 100 g

produit D'ICI

jambon Mère Michel Maple Leaf
env. 2,4 kg, choix varié
Maple Leaf Mère Michel ham
15,83/lb
reg. 3,79 le 100 g - 17,19/lb
3,49 le 100 g

produit D'ICI

jambon blanc Alpina
Alpina white ham
18,10/lb
reg. 4,49 le 100 g - 20,37/lb
3,99 le 100 g
20 points

produit D'ICI

produits d'ici

produit D'ICI

hummus Summer Fresh
trempette/bruschetta, irrésistible
200-227 g, choix varié
Summer Fresh dip
reg. de 3,99 à 4,99
3,49

pâté de foie ou de campagne Charlevoisienne
terrine, 125 g, choix varié
Charlevoisienne liver or countrystyle pâté
reg. de 4,99 à 5,99
4,49

trousse Schneiders
Lunchmate, 75-120 g, choix varié
Schneiders snack kit
reg. 5,49
4,99

fondue parmesan La Paysanne
env. 180 g, La Fromagère 480 g, choix varié
La Paysanne parmesan fondue cheese
reg. de 5,49 à 9,99
à partir de **4,99**

cretons Lafleur
200 g, Bilopage 200-300 g, choix varié
Lafleur cretons
reg. de 5,99 à 7,49
35 points
à partir de **5,49**

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

gouda Monsieur Gustav
sans lactose, 170 g, choix varié
Monsieur Gustav gouda cheese
reg. de 8,29 à 8,99
7,99

soupe, potage ou crème Première Moisson
sauce pour pâtes, 700 ml, Chili corn came 750 g, choix varié
Première Moisson soup
reg. de 8,99 à 17,49
à partir de **7,99**

économisez plus avec Selection

produit D'ICI

jambon émincé Selection
haché, 400 g, choix varié
Selection shaved ham
reg. 11,49
10,49

feta Selection
200 g, choix varié
Selection feta cheese
reg. 6,49
5,99

trio de charcuteries en tranches Selection
salami-pepperoni-jambon fumé, 250 g
Selection sliced deli cold cuts trio
reg. 6,99
6,49

pepperoni tranché Selection
375 g
Selection sliced pepperoni
reg. 7,49
prix spécial **6,99**
prix membre **5,99**

Ramener la tradition chez soi

MASTRO · SAN DANIELE

l'heure est à la raclette

produit D'ICI

salami de gênes Mastro
choix varié
Mastro genoa salami
21,27/lb
reg. 4,99 le 100 g - 22,63/lb
4,69 le 100 g

FORMAT ÉCONOMIQUE
raclette Oka
original, min. 400 g, format économique, choix varié
Oka raclette cheese
19,01/lb
4,19 le 100 g

raclette suisse Emmi
tranché, 200 g, choix varié
Emmi Swiss raclette cheese
reg. 13,99
12,99

prosciutto San Daniele
San Daniele prosciutto
24,00/lb
reg. 5,99 le 100 g - 27,17/lb
5,29 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

gaufre jambon et fromage Oka avec sauce pommes et érable

macaroni au fromage et jambon effiloché

à partir de 2,29 le 100 g

repas préparés
choix varié
prepared meals
10,39/lb
reg. de 2,39 le 100 g - 10,84/lb
à 3,99 le 100 g - 18,10/lb

assiette cabane à sucre

filet de porc à l'érable

boulettes de jambon à l'érable

cretons
cretons
9,93/lb
reg. 2,29 le 100 g - 10,39/lb
2,19 le 100 g

fèves au lard
choix varié
maple pork and beans
4,94/lb
reg. 1,19 le 100 g - 5,40/lb
1,09 le 100 g

soupe aux pois et jambon
800 ml
pea & ham soup
7,99

betteraves maison
ketchup aux fruits, 475 ml
homestyle beets
reg. 6,49
5,99

magasins participants seulement

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

la rôtisserie moins chère qu'au resto

ailes de poulet assaisonnées
16 un., choix varié
seasoned chicken wings
reg. 17,99
16,99 +TX

poulet frit
6 morceaux
fried chicken
reg. 21,99
19,99 +TX

gratuit!

pâtes alimentaires Irrésistible
350 g, choix varié
irrésistible pasta
Valeur de 3,49$
voir réduction sur reçu de caisse

FORMAT ÉCONOMIQUE

1,2 L

à l'achat de
sauce à spaghetti
1,2 L, format économique
spaghetti sauce, economic pack
ANNONCÉE À 15,49$
magasins participants seulement

organisez vos journées

riz Minute Rice
1,2-1,4 kg, choix varié
Minute Rice rice
reg. 8,79
7,99

4,99 yogourt Astro Original
12/100 g, choix varié
Astro Original yogurt
reg. 7,29

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

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

céréales pour bébés Gerber
227 g, biscuits
150 g, choix varié
Gerber baby cereal
reg. 6,99
5,99

confiture Dora
500 ml, Cora
tartinade 250 ml,
choix varié
Dora jam
reg. 4,99
3,99

tartinade Nutella
noisettes-cacao,
375 g, Freddo
tartinade 450 g,
choix varié
Nutella spread
reg. de 7,29 à 7,49
6,49

fromage râpé Saputo
1 kg, choix varié
Saputo shredded cheese
reg. 20,99
16,99

gaufres Eggo Kellogg's
surgelées, 280-560 g, crêpes
220-560 g, choix varié
Kellogg's Eggo waffles
reg. 7,49
5,99

25 points

4,99 +TX **noix de cajou Planters**
amandes, mélange de noix,
200 g, choix varié
Planters cashews
reg. de 6,49 à 7,99

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

barres Kashi Kellogg's
175-200 g, Special K 165 g,
barres aux Rice Krispies
154-198 g, choix varié
Kellogg's Kashi bars
reg. 5,29
3,49 +TX

croustilles Ruffles
180-200 g, Doritos
croustilles tortilla
155-280 g, Tostitos
205-308 g, Cheetos
amuse-gueule
170-310 g,
Smartfood maïs
soufflé 150-220 g,
choix varié
Ruffles potato chips
reg. de 5,29 à 5,49
2/8,50 +TX **4,25** +TX l'unité

croustilles Yum Yum
170-200 g, ripples
200 g, choix varié
Yum Yum
potato chips
reg. 3,99
2,99 +TX

Les essentiels pour tous les jours

7,99 +TX
SHAMPOOING, NETTOYANT POUR LE CORPS
530-532 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
rég. 10,99 à 12,99

8,99 +TX
SHAMPOOING, REVITALISANT TRESEMMÉ
828 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
rég. 10,99

9,99 +TX
PAINS DE BEAUTÉ DOVE, MEN+CARE
6X 106G, 591 mL, VOIR VARIÉTÉS EN MAGASIN
rég. 13,29 à 14,29

Dove | Dove MEN+CARE | TRESemmé USED BY PROFESSIONALS

Marques de commerce détenues ou utilisées sous licence par Unilever Canada, Toronto (Ontario) M4W 3R2.

Dare

Besoin de t'évader ? Prends un Whippet

BISCUITS WHIPPET
230 g - 285 g,
Reg. 4.99 - 5.49
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASINS
3,99
meilleur choix

PATTES D'OURS FORMAT FAMILIAL
336 g - 490 g, Reg. 7.79
CRAQUELINS RAINCOAST CRISPS 150 g, Reg. 8.49
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASINS
5,99

PETITS PLAISIRS
270 g -310 g, Reg. 4.29
VOIR VARIÉTÉS EN MAGASINS
3,79

FIÈREMENT FABRIQUÉ PAR UNE ENTREPRISE CANADIENNE

organisez vos journées

10 points
produit D'ICI

dîner Kraft
58-200 g, choix varié
Kraft Dinner
reg. de 2,79 à 3,29

1,79

pâtes alimentaires Barilla
255-454 g, choix varié
Barilla pasta
reg. de 5,49 à 5,99

4,49

35 points

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

6,99

salade de thon Insalatissime Rio Mare
Clover Leaf, Ocean's, Rio Mare, Irrésistible
salade de chair de thon pâle, 113-160 g,
Rio Mare pâté de thon pâle 115 g, choix varié
Rio Mare Insalatissime tuna salad
reg. de 4,79 à 5,29

3,99

pastilles pour lave-vaisselle Finish
60-87 un., choix varié
Finish dishwasher tabs
reg. 29,99

23,99 +TX

35 points
produit D'ICI

bonbons Sweet Sixteen Mondoux
350-400 g, choix varié
Mondoux Sweet Sixteen candies
reg. 7,79

6,99 +TX

légumes Del Monte
398 ml, choix varié
Del Monte vegetables
reg. de 3,29 à 3,49

2,99

galettes pour rouleaux de printemps Blue Dragon
134 g, sauce 150-210 mL, nouilles 121-300 g, lanières 200-400 mL, choix varié
Blue Dragon spring roll wrappers
reg. de 4,19 à 4,99

3,49

pâtes farcies O'Sole Mio
surgelées, 275 g, pizza pochettes McCain 300 g, choix varié
O'Sole Mio stuffed pasta
reg. de 4,49 à 5,49

3,99

20 points
produit D'ICI

croustilles Pringles
148-156 g, choix varié
Pringles potato chips
reg. 3,99

2,99 +TX

riz basmati Phoenicia 555
1 kg, Cedar riz, couscous, semoule de blé durum, 907 g, plat d'accompagnement 200 g, choix varié
Phoenicia 555 basmati rice
reg. de 4,79 à 5,49

4,49

vinaigrette Bâton Rouge
Casa Grecque, Thai Express, Mikes, 425 ml, choix varié
Bâton Rouge salad dressing
reg. 5,99

5,49

produit D'ICI

croûtons Grissol
135 g, choix varié
Grissol croutons
reg. 2,69

2,49

2e gratuit à l'achat de un

riz Dainty
410-900 g, choix varié
Dainty rice
reg. 5,79

Valeur de 4,99$

voir réduction sur reçu de caisse

OBTENEZ 1 FROMAGE ALEXIS DE PORTNEUF GRATUIT†

à l'achat d'une caisse de 12 canettes Archibald!

21,99$ + taxes et consigne

archibald microbrasserie

Fromagerie Alexis de Portneuf

Fromages Alexis de Portneuf 125 g inclus : Brise du Matin, Le Calendos, Brise du Matin Léger, Belle Crème, L'Évanjules, Petit Rubis et Brie sans lactose.

Prix régulier 22.99$†

† APPRÉCIEZ DE MANIÈRE RESPONSABLE. Vous devez avoir l'âge légal de consommer de l'alcool. † Offre valide du 12 au 18 mars inclusivement dans les établissements Metro participants en passant à épuisement des stocks. Sujet à la disponibilité des produits. Offre applicable à l'achat d'une (1) caisse de 12 canettes (355 mL) de la famille Archibald, recevez gratuitement un fromage Alexis de Portneuf sélectionné. Cette offre ne peut être combinée à aucune autre offre. L'article peut différer de celui illustré. MD/MC ARCHIBALD INC.

Dr. Oetker

Essayez la toute dernière
INNOVATION de DR. OETKER!

Nouveau Ristorante Piccolissima – de petites pizzas Ristorante, parfaites pour grignoter

6,49 Prix régulier 6,99 $
RISTORANTE PICCOLISSIMA
(288 g)

Nouvelle DIAVOLA *au goût relevé*

6,49 Prix régulier 6,99 $
RISTORANTE PIZZA DIAVOLA
(362 g)

Essayez la nouvelle Suprema Funghi Ricotta, une autre variété artisanale des plus excitantes

7,99 Prix régulier 9,99 $
SUPREMA FUNGHI RICOTTA
(525 g)

pour la cuisson

produit D'ICI

saindoux Tenderflake
454 g
Tenderflake pure lard
reg. 5,29

3,99

croûtes à tarte Tenderflake
surgelées, 255-350 g, pâte feuilletée 397 g, vol-au-vent 300 g, choix varié
Tenderflake pie crusts
reg. de 4,29 à 4,99

3,49

lait évaporé Carnation
354 ml, choix varié
Carnation evaporated milk
reg. 3,19

2,59

produit D'ICI

crème Québon, Ultra'crème
Sealtest, Natrel, Lactantia, 5 %, 10 % 1 L, 35 % 473 ml, choix varié
Québon Ultra'cream cream
reg. de 6,19 à 7,19

4,99

BIO

préparation crémeuse Belsoy
soya, avoine, 250 ml, choix varié
Belsoy creamy preparation
reg. 3,69

2,69

gros format

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

9,99

produit D'ICI

huile d'olive extra vierge Irrésistible
1 L
Irrésistible extra virgin olive oil
reg. 17,99

15,99

farine tout usage Robin Hood, Five Roses
Brodie XXX farine préparée, 2,5 kg, choix varié
Robin Hood, Five Roses all purpose flour
reg. 7,49

5,99

produit D'ICI

garniture à tarte E.D.Smith
540 ml, purée de citrouille 796 ml, choix varié
E.D.Smith pie filling
reg. 7,49

6,49

30 points

enduit antiadhésif pour cuisson Pam
141-170 g, choix varié
Pam cooking spray
reg. 7,49

5,99

sacs Sélection
10-100 un., papier parchemin 10 m, pellicule moulante 60 m, choix varié
Sélection bags
reg. de 3,79 à 4,79

3,29 +TX

moutarde Maille
500 ml, choix varié
Maille mustard
reg. 9,99

7,99

30 points

gaufrettes P'tite Abeille Christie
chapelure, 400 g, choix varié
Christie Honey Maid wafers
reg. 6,99

5,99

chapelure Pastene
425 g, chapelure Panko 225 g, choix varié
Pastene breadcrumbs
reg. de 4,99 à 5,29

3,99

à boire et à savourer

produit D'ICI

lait finement filtré Natrel
Lactantia Purfiltre, 4 L, choix varié
Natrel fine-filtered milk
reg. 10,29

9,79

50 points

produit D'ICI

yogourt à boire Activia Danone
Oikos, 190 ml, choix varié
Danone Activia drinkable yogurt
reg. 2,59

1,49 +TX

produit D'ICI

lait au chocolat Québon, Sealtest
1 L, choix varié
Québon, Sealtest chocolate milk
reg. 4,29

2,99

eau pétillante Bubly
canettes 6/222 ml, choix varié, consigne
Bubly sparkling water
reg. 4,99

3,49 +TX

C'EST NOUVEAU! chez metro

boisson instantanée Nesquik
510-700 ml, poudre 540 g, choix varié
Nesquik instant drink
reg. 9,29

7,99

produit D'ICI

vin rouge, blanc ou rosé
700-750 ml, choix varié
red, white or rosé wine
reg. de 14,99 à 16,99

à partir de 13,99

produit D'ICI

jus ou cocktail de canneberge Irrésistible
1,89 L, choix varié, consigne
Irrésistible cranberry juice or cocktail
reg. de 4,99 à 5,49

4,49 +TX

produit D'ICI

boisson Fruité
2 L, choix varié, consigne
Fruité drink
reg. 3,99

2,99 +TX

produit D'ICI

produit laitier sans lactose Lactantia
2 L, choix varié
Lactantia lactose free dairy product
reg. 6,49

5,99

café instantané Tim Hortons
100 g, choix varié
Tim Hortons instant coffee
reg. 11,49

9,49

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

2,99 +TX

boisson Irrésistible
limonade, thé glacé citron, 1,54 L, consigne
Irrésistible drink
reg. 4,79

3,99 +TX

produit D'ICI

capsules de café Starbucks
10 un., choix varié
Starbucks coffee capsules
reg. 10,99

9,99

café moulu Lavazza
en grains, 300-340 g, choix varié
Lavazza ground coffee
reg. 19,99

15,99

BAS PRIX DE MON ÉPICIER

PLUS DE 3000 PRODUITS

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

diner Crave
surgelé, 200-340 g, Krank 340 g, choix varié
Crave dinner
reg. 6,99
5,49

fromage Mieux-être biologique
200 g, choix varié
Life Smart organic cheese
reg.de 7,79 à 7,99
6,99

coulis de tomates Irrésistible
Passata, 680 ml
Irrésistible strained tomatoes
reg. 3,49
2,99

pâtes alimentaires Catelli
225-375 g, pâtes à lasagne 500 g, choix varié
Catelli pasta
reg. 4,69
3,99

pâtes alimentaires Barilla
340-410 g, choix varié
Barilla pasta
reg. 2,99
2,49

mélange à sauce Bâton Rouge
env. 30-45 g, Thaïzone 42-45 g, Valentine 42-50 g, Mikes 36-46 g, choix varié
Bâton Rouge sauce mix
reg. de 2,29 à 2,49
1,99

gruau biologique Oatbox
300 g, gruau-frigo 280 g, choix varié
Oatbox organic oatmeal
reg. 6,99
6,49

sacs à ordure Glad
26-52 un., choix varié
Glad garbage bags
reg. 8,99
7,99

linges humides Swiffer
linges secs, 20-32 un., plumeau 6-10 un., choix varié
Swiffer wet cloths
reg. de 13,99
12,99

tartinade originale Lactantia
1,28 kg, Olivina, Attitude santé margarine molle, 850 g
Lactantia original spread
reg. 8,29
6,99

chocolat Ritter Sport
100 g, choix varié
Ritter Sport chocolate
reg. 5,99
4,99

détergent à lessive La Parisienne
1,52 L, assouplisseur 1,44 L, 80 un., choix varié
La Parisienne laundry detergent
reg. de 6,29 à 7,99
4,99

nettoyant à cuvette Lysol
710 ml, 80 g, 4 un, tout-usage, salle de bain, 650 ml -1,2 L, choix varié
Lysol toilet bowl cleaner
reg de 5,49 à 5,79
3,99

VOUS POURRIEZ
GAGNER
UNE DES TROIS
EXPÉRIENCES VIP
POUR DEUX AU SPECTACLE ECHO
AU VIEUX PORT DE MONTRÉAL

CIRQUE DU SOLEIL
ECHO
PRÉSENTÉ PAR Sun Life

METTEZ UN PEU DE **Joie de Vivre** DANS VOTRE PANIER

REG ~~13,99~~ **11,99** +TX
POGO® 10s et 8s
600g-700g

REG ~~6,49~~ **4,99** +TX
P.F. Chang's® Sauces
350mL

REG ~~4,79-5,79~~ **3,99** +TX
VH® Sauces
341mL-380mL

pour participer

1. achetez un (1) produit POGO, P.F. Chang's MENU À LA MAISON ou VH participant
2. présentez votre carte **moi** à la caisse
3. vous êtes automatiquement inscrit!

*Aucun achat requis. Le concours est ouvert aux résidents du Québec qui ont atteint l'âge de la majorité et qui sont déjà membres du programme Moi. Le concours commence le 26 février 2026 à 00h01 (heure de l'Est) et se termine le 25 mars 2026 à la fermeture des magasins participants. Prix à gagner : une (1) des trois (3) expériences VIP pour deux personnes au spectacle Cirque du Soleil Echo situé au Vieux-Port de Montréal d'une valeur approximative de 1 150 $. L'offre est valable dans les magasins Metro et Metro Plus participants du Québec. Les chances de gagner un prix dépendront du nombre de participations valides reçues. Question d'habileté mathématique obligatoire. Pour plus de détails, voir les règlements disponibles au www.metro.ca et dans les magasins participants. Toutes les marques de commerce appartiennent à leurs propriétaires respectifs.
P.F. CHANG'S et P.F. CHANG'S MENU À LA MAISON sont des marques de P.F. Chang's China Bistro, Inc. et utilisées sous licence.

GUINNESS

JOYEUSE SAINT-PATRICK

L'HEURE EST À LA FÊTE

LE 17 MARS

EMBALLAGES DE 4 CANETTES

2/25,98$*
+ TAXES ET CONSIGNE
PRIX RÉGULIER ~~16,49$~~

*19 ans et plus. Taxes et consignes en sus. Offre valable du 12 au 18 mars 2026, jusqu'à épuisement des stocks. La fixation du prix de vente au détail est du ressort exclusif du détaillant, qui doit respecter le prix minimum établi par la loi. Consommez de façon responsable.

mieux choisir mieux vivre

Adaptez votre épicerie à votre alimentation !

Notre guide Mieux choisir mieux vivre facilite le repérage des produits en magasin et en ligne.

BIO

kombucha Remedy
canettes 4/355 ml, choix varié, consigne
Remedy kombucha
reg. 9,99

7,99 +TX

café moulu biologique Kicking Horse
284 g, choix varié
Kicking Horse organic ground coffee
reg. 18,49

12,99

SANS OGM

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

8,99

produit D'ICI

biscuits Vital Leclerc
280 g, Praventia 210 g, choix varié
Leclerc Vital cookies
reg. 4,99

3,49

barres Go Pure Leclerc
140-175 g, choix varié
Leclerc Go Pure bars
reg. 4,29

3,49 +TX

SANS GLUTEN

biscuits sablés Walker's
140 g, choix varié
Walker's shortbread cookies
reg. 6,99

4,49

SANS GLUTEN

produit D'ICI

mélange à brownies Dainty
460 g, à gâteau 370-375 g, choix varié
Dainty brownie mix
reg. 6,99

4,99

À BASE DE PLANTES

pouding instantané Simply Delish
20-49 g, choix variés
Simply Delish instant pudding
reg. 4,49

3,59

SANS GLUTEN

craquelins biologiques Mary's
142 g, choix varié
Mary's organic crackers
reg. 9,99

6,49

SANS GLUTEN

2,99

craquelins Breton
sans gluten 135 g, choix variés
Breton crackers
reg. 4,29

SANS LACTOSE

produit D'ICI

3,79

mini-fromages Babybel
100-120 g, La Vache qui rit fromage 128-140 g, Kiri fromage à la crème 144 g, choix varié
Babybel mini cheeses
reg. de 4,99 à 5,99

bâtonnet de poulet Mighty Protein Maple Leaf
32 g, choix varié
Maple Leaf Mighty Protein chicken stick
reg. 2,49

1,99

À BASE DE PLANTES

repas Kraft Dinner
170 g, choix varié
Kraft Dinner meal
reg. 4,79

3,99

SANS GLUTEN

4,29

pâtes alimentaires Tinkyada
280-454 g, choix varié
Tinkyada pasta
reg. de 5,29 à 5,79

À BASE DE PLANTES

fromage râpé Daiya
200 g, fromage à la crème 227 g, choix varié
Daiya shredded cheese
reg. 6,99

5,99

SANS GLUTEN

pain tranché Schär
400 g, choix varié
Schär sliced bread
reg. 9,99

8,99

SANS GLUTEN

pain tranché Little Northern Bakehouse
surgelé, 567 g, choix varié
Little Northern Bakehouse sliced bread
reg. 8,79

6,99

SANS OGM

produit D'ICI

margarine molle Nuvel
680-800 g, choix varié
Nuvel soft margarine
reg. 6,99

5,99

eau gazéifiée Jouvence
canettes 4/355 ml, choix varié, consigne
Jouvence carbonated water
reg. 14,99

12,99 +TX

produit D'ICI

vitamines Jamieson
100-120 co., choix varié
Jamieson vitamins
reg. de 8,49 à 9,99

6,99 +TX

BIO

lait de coco biologique Cha's
400 ml, choix varié
Cha's organic coconut milk
reg. 5,49

3,79

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.

Irrésistible

IMPORTED FROM ITALY* IMPORTÉ D'ITALIE*

des coupons à saveurs d'Italie

125 points* moi — valeur de 1$ +

Sauce à pizza d'Irrésistible

125 points* moi — valeur de 1$ +

Pesto aux tomates sèchées ou au basilic Irrésistible

250 points* moi — valeur de 2$ +

Salami épicé calabrese Irrésistible

250 points* moi — valeur de 2$ +

Prosciutto Irrésistible

375 points* moi — valeur de 3$ +

Fromage parmigiano reggiano ou grana padano Irrésistible

1. télécharger l'appli Mon Metro
2. ajouter les 5 coupons
3. présenter la carte **moi** en magasin ou sur metro.ca

aussi disponibles sur les bornes en magasin et sur **metro.ca**

*Certaines conditions s'appliquent. Détails au programmemoi.ca. Moi et Irrésistible sont des marques de commerce de Metro inc.

saveurs d'Italie

Variez vos repas avec une soirée thématique italienne

aubergines à la tomate et au prosciutto gratinées

macaroni au fromage avec parmesan et pancetta

tiramisu au pain brioché et aux petits fruits

concours

saveurs d'Italie

jusqu'au 8 avril

5 voyages en Italie

valeur totale* de plus de 50 000$

+ 50 ensembles cadeaux

Irrésistible

Pour une chance de gagner

il suffit de présenter sa carte **Moi** chez Metro, en ligne ou en magasin.

*Aucun achat requis. Pour participer, vous devez être membre du programme Moi. Du 12 mars au 8 avril 2026. Prix : cinquante-cinq (55) prix à gagner (valeur totale de tous les prix de 56 650$ CAD). Conditions rattachées aux prix et règlements sur metro.ca. moi est une marque de commerce de Metro inc.

saveurs d'Italie

19,99 /lb escalope de cuisseau de veau de lait
milk fed veal leg scallopini
44,07/kg
reg. 32,99/lb - 72,73/kg

5,49 raviolis farcis Giovanni Rana
300 g, choix varié
Giovanni Rana stuffed raviolis
reg. 6,99

gratuit! à l'achat de
sauce à spaghetti
1,2 L, format économique
spaghetti sauce, economic pack

pâtes fraîches Irrésistible
350 g, choix varié
Irresistible fresh pasta
Valeur de 3,49$

ANNONCÉE À 15,49$
magasins participants seulement
voir réduction sur reçu de caisse

5,29 le 100 g prosciutto San Daniele
San Daniele prosciutto
24,00/lb
reg. 5,99 le 100 g - 27,17/lb

4,69 le 100 g salami de gênes Mastro
choix varié
Mastro genoa salami
21,27/lb
reg. 4,99 le 100 g - 22,63/lb

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

coulis de tomates Irrésistible
Passata, 690 g
Irrésistible strained tomatoes
reg. 3,49

2,99

3,99 pâtes alimentaires Catelli
225-375 g, pâtes à lasagne 500 g, choix varié
Catelli pasta
reg. 4,69

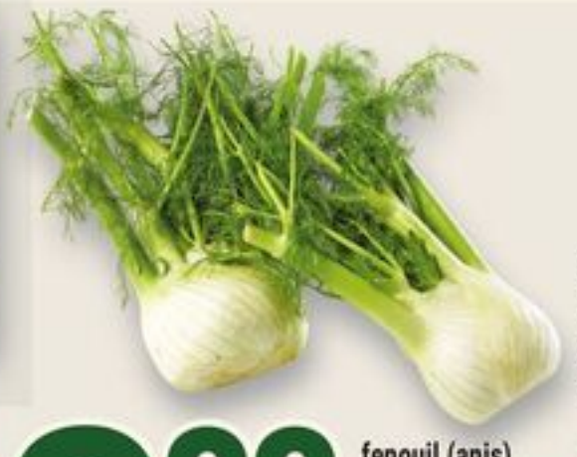
huile d'olive extra vierge Irrésistible
1 L
Irrésistible
extra virgin olive oil
reg. 17,99
15,99

3,99 chapelure Pastene
425 g, chapelure Panko 225 g, choix varié
Pastene breadcrumbs
reg. de 4,99 à 5,29

2,49 pâtes alimentaires Barilla
340-410 g, choix varié
Barilla pasta
reg. 2,99

5,99 oranges sanguines
produit des É.-U., sac 2 lb
blood oranges
reg. 6,99

mélange de salade Attitude
jeunes épinards roquette, produit du Canada, 142 g, choix varié
Attitude salad mix
reg. de 4,99 à 5,99
3,99



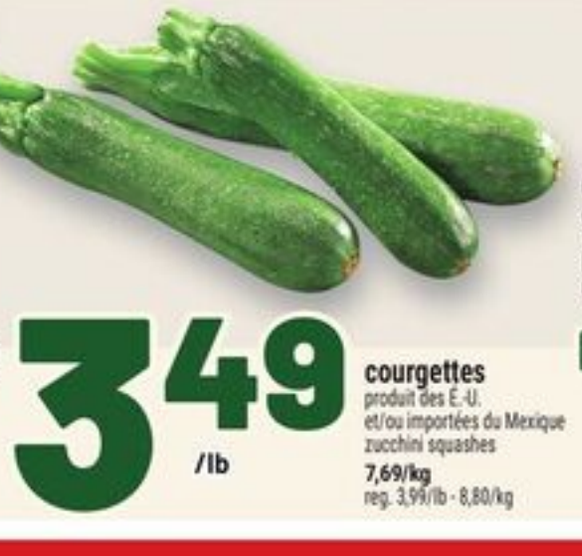
2,99 fenouil (anis) Andy Boy
produit des É.-U. et/ou importé du Mexique, gr 24
Andy Boy fennel (anise)
reg. 3,99

fraîchement garnis sur demande

cannoli à la crème de ricotta
80 g
ricotta cream-filled cannoli
2,49 +TX

2,99 artichauts
produit des É.-U. et/ou importés du Mexique, gr 18
artichokes
reg. 3,99

3,49 /lb tomates italiennes
produit du Canada et/ou des É.-U. et/ou importées du Mexique, Cat. No 1
italian tomatoes
7,69/kg
reg. 3,99/lb - 8,80/kg



3,49 /lb courgettes
produit des É.-U. et/ou importées du Mexique
zucchini squashes
7,69/kg
reg. 3,99/lb - 8,80/kg

demi-baguette ciabatta
180 g, choix varié
half baguette
reg. 2,49
1,99

IMPORTED FROM ITALY
ITALIE IMPORTÉ D'

Irrésistible

La gamme italienne signée Irrésistible

Inspirés du savoir-faire italien, nos produits sont soigneusement préparés pour offrir des saveurs authentiques et apporter une touche d'Italie à votre table.

le temps des sucres

sucre d'érable Irrésistible
170-220 g, choix varié
Irrésistible maple sugar
reg. 8,99
6,99

sirop d'érable Mieux-être biologique
250 ml, choix varié
Life Smart Organic maple syrup
reg. 7,99
6,49

sirop d'érable Irrésistible
540 ml, choix varié
Irrésistible maple syrup
reg. 9,99
8,99

sauce B.B.Q au Pied de Cochon
345 ml, choix varié
au Pied de Cochon B.B.Q sauce
reg. 10,99
9,99

dulce de leche à l'érable au Pied de Cochon
300 ml
au Pied de Cochon maple dulce de leche
reg. 8,99
7,99

tarte St-Hubert
surgelée, 800 g
St-Hubert frozen pie
reg. 10,49
9,99

gaufres belges Irrésistible
surgelées, 268 g choix varié
Irrésistible frozen belgian waffles
reg. 4,79
4,49

Grandma fèves au lard
398 ml
reg. 2,99
2,69

cornet à l'érable au fil du temps
132-138 g, tir d'érable 200 g, choix varié
L'érable du temps Maple Cone
reg. 9,99
8,99 *TX

beurre d'érable L'érable au fil du temps
200 g, choix varié
L'érable au fil du temps
maple butter
reg. 10,99
8,99

beurre d'érable Irrésistible
260 g
Irrésistible
maple butter
reg. 9,49
8,49

yogourt grec Krema Olympic
650 g, choix varié
Olympic Krema greek
yogurt
reg. 7,29
5,49

biscuits Selection
270-325 g, choix varié
Selection cookies
reg. 3,49
2,99

crème glacée Coaticook
1,5 L, choix varié
Coaticook ice cream
reg. 8,49
6,99

toujours au prix minimum garanti!

lait régulier, format 4 L

ÊTES-VOUS SATISFAIT DU SERVICE ?

PARTICIPEZ À NOTRE SONDAGE

Savoir, c'est pouvoir mieux vous servir

Répondez à notre sondage et courez la chance de gagner

1000 $

d'épicerie !

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 12 mars au mercredi 18 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 12th to Wednesday, March 18th, 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.