

la vente **xtra rabais** cette semaine seulement

m mon épicier

fraîchement d'ici
frais

température contrôlée
produit d'ici

LA SAISON COMMENCE
surveillez l'arrivée du crabe des neiges.

5\$ de rabais sur le crabe à l'achat de vin BU

sections de crabe des neiges frais
à l'achat de vin BU

50% de rabais
244 /lb

gros fruits
gros raisin verts importés du Chili et/ou de l'Amérique du Sud
large green grapes
5.38/kg
reg. 4.99/lb - 11.00/kg

43% de rabais
167 /lb

couronne
couronne de brocoli
produit des E.-U. et/ou importé du Mexique
broccoli crown
reg. 2.99

60% de rabais
99¢

avocat Hass importé du Mexique, 9 à 16 cm
petites pommes de terre Russet, rouges ou à chair jaune
produit du Québec
sac 3 lb
Hass avocado or small potatoes
reg. de 2.49 à 2.99

60% de rabais
99¢

avocat Hass importé du Mexique, 9 à 16 cm
petites pommes de terre Russet, rouges ou à chair jaune
produit du Québec
sac 3 lb
Hass avocado or small potatoes
reg. de 2.49 à 2.99

40% de rabais
544 /lb

poitrines de poulet frais désossées
parées, format économique
fresh boneless chicken breasts, economic pack
11.99/kg
reg. 9.49/lb - 26.92/kg

55% de rabais
288 /lb

côtelettes de porc frais
avec os, choix varié, format économique
fresh pork loin bone-in, economic pack
6.35/kg
reg. 4.99/lb - 15.41/kg

55% de rabais
288 /lb

sirop d'érable irrésistible
540 ml, choix varié
irresistible maple syrup
reg. 3.99

boeuf première qualité metro

rabais de 35%
799 /lb

cubes de boeuf bourguignon
à fondue, à brochettes, lanettes,
format économique
bourguignon beef cubes, economic pack
17.61/kg
reg. 12.49/lb - 27.54/kg

rabais de 35%
799 /lb

cubes de boeuf bourguignon
à fondue, à brochettes, lanettes,
format économique
bourguignon beef cubes, economic pack
17.61/kg
reg. 12.49/lb - 27.54/kg

35% de rabais
444

saucisses La Fernandière
375 g, choix varié
La Fernandière sausages
reg. 6.99

297

yaourt balkan Astro Original
650-750 g, laiti yaourt grec
650 g, Liberté yaourt grec
24/100-120 g, Méditerranée
4/100 g, Yoplait Source 0 %
yaourt 630 g, choix varié
Astro Original balkan yaourt
reg. de 4.69 à 5.49

597

fromage Cracker Barrel
240-480 g, fromage râpé
250-320 g, Galbani mozzarella
500 g, P.M. Québec mozzarella
pizza 220 g, Selection
bâtonnets de fromage 336 g,
choix varié
Cracker Barrel cheese
reg. de 6.99 à 9.99

288

croustilles Miss Vickie's
190-200 g, choix varié
Miss Vickie's potato chips
reg. 5.49

233

biscuits Christie
224-303 g, choix varié
Christie cookies
reg. 4.99

577

papier hygiénique Cashmere
12 rouleaux doubles,
8 rouleaux triples,
choix varié
Cashmere bathroom
tissue
reg. de 12.49 à 12.79

3\$ de rabais à l'achat de 2 pains

375 /lb

filets de porc frais
format économique
fresh pork tenderloins,
economic pack
8.27/kg
reg. 7.69/lb - 16.95/kg

299

fraises de serre
produit du Québec,
551 ml ou 340 g
hothouse strawberries
reg. 5.99

577

papier hygiénique Cashmere
12 rouleaux doubles,
8 rouleaux triples,
choix varié
Cashmere bathroom
tissue
reg. de 12.49 à 12.79

3\$ de rabais à l'achat de 2 pains

375 /lb

filets de porc frais
format économique
fresh pork tenderloins,
economic pack
8.27/kg
reg. 7.69/lb - 16.95/kg

299

fraises de serre
produit du Québec,
551 ml ou 340 g
hothouse strawberries
reg. 5.99

577

papier hygiénique Cashmere
12 rouleaux doubles,
8 rouleaux triples,
choix varié
Cashmere bathroom
tissue
reg. de 12.49 à 12.79

3\$ de rabais à l'achat de 2 pains

375 /lb

filets de porc frais
format économique
fresh pork tenderloins,
economic pack
8.27/kg
reg. 7.69/lb - 16.95/kg

299

fraises de serre
produit du Québec,
551 ml ou 340 g
hothouse strawberries
reg. 5.99

VALEUR DE 2,99\$

yaourt Iogo Nano
4-100 g, choix varié
Iogo Nano yogurt
reg. 4.49

vendredi gratuit
exclusif aux membres MOI

contient des bulles à saveur de fruits

WOW!
Aucun achat requis

Coupon disponible sur l'appi Mon Metro, sur metro.ca ou dans la borne interactive en magasin le vendredi seulement!

3\$ de rabais à l'achat de 2 pains

499

crème glacée Coaticook
surgelée, 2 L, choix varié
Coaticook ice cream
reg. 6.49

165

pâtes alimentaires Barilla
340-410 g, choix varié
Barilla pasta
reg. 2.99

BIO 2.99 /lb

tomates rouges en grappe
produit du Québec
Canada No 1
stemmed red tomatoes
4.39/kg
reg. 4.99/lb - 11.00/kg

1.99 /lb

grosse mangue rouge
importée d'Amérique
gr. 10-12
mangue miel (Ataulfo)
importée du Mexique
gr. 14-16
large red mango or honey mango
reg. 2.99

3/5\$ ou 1.67 l'unité

coeurs de laitue romaine
produit des É.-U.
et/ou importés du Mexique, à lait romaine hearts
reg. 6.99

3.99

baguette française
250 g
french baguette
reg. 2.99

1.99

produit d'ici

cuite en magasin

AKI SUSHI

C'EST EXCLUSIF!
chez metro

SOIRÉE SUSHI

thon ou saumon en cubes
Aki Sushi soirée
surgelé, 150 g
saumon 150 g, saumon
coupe sashimi 100 g,
choix varié
Aki Sushi night tuna
or salmon in cubes
reg. de 11.99 à 13.99

7.99

produit d'ici

TARTARE & POKE

Irresistible

CHICKEN POULET

PIE • PÂTE

pâte au poulet Irresistible
surgelé, 600 g, pâte
au saumon 600 g,
pâte aux trois vian-
dres style maçon 650 g,
Selection 650 g,
choix varié
Irresistible Frozen
chickens 501 g
reg. de 6.99 à 12.99

5.99

7.99 /lb

flocons de goberge à
savour de crabe
crab flavored
pollock flakes
17.61/kg
reg. 10.99/lb - 24.23/kg

1.99 le 100 g

jambon Mère Michel
Maple Leaf
choix varié
Maple Leaf Mère Michel
9.03/lb
reg. 3.79 le 100 g - 17.19/lb

produit d'ici

2/12\$ ou 6.99 l'unité

couronne de crevettes
blanches du Pacifique
Irresistible
surgelées, avec sauce
cocktail, 284 g
Irresistible Pacific white
shrimp ring
reg. 9.99

6.99

C'EST EXCLUSIF!
chez metro

produit d'ici

Cancale

coquille-repas
aux fruits de mer
surgelée, 275 g
meat seafood shell
reg. 8.00

6.99

la seule épicerie au Québec
à m'offrir des points
sur tous mes achats

1\$ = 1 point

d'achat = point moi

WONG WING

Egg Rolls
Pâtés impériaux
CHICKEN - POULET

pâte impériaux Wong Wing
surgelés, 450 g, rouleaux de printemps
surgelés, 450 g, net wt 500 g; dumplings
Wong Wing frozen egg rolls
reg. 8.49

8.99
et obtenez le **2 à 99¢**

Irresistible

rouleaux de printemps
Irresistible
surgelés, 450 g
Selection pâtés impériaux 570 g
Irresistible spring rolls

6.99
et obtenez le **2 à 99¢**

3.99

jus d'orange réfrigéré
Oasis
1.5-1.8 L, choix
varié, consigne
Oasis refrigerated
orange juice
reg. de 5.99 à 7.29

produit d'ici

2\$ de rabais
à l'achat
de 2 produits

BON MATIN

MICHE PROTÉINÉE
LOAF

petits gâteaux Vachon
6-12 un., Bon Matin pain tranché 595-600 g,
choix varié
Vachon snack cakes
voir réduction sur reçu de caisse

6.99

35 points

Kraft

Smooth
Cremeux

nutella

beurre d'arachide Kraft
750 g/1 kg, Nutella tartinaide novotestes 725 g,
choix varié
Kraft peanut butter
reg. de 8.79 à 9.79

6.99

15 points

Goldfish

craquelins
Goldfish
Pepperidge Farm
150-227 g, Date Peppercorn
d'ours biscuits 168-240 g,
choix varié
Pepperidge Farm Goldfish
crackers
reg. de 3.99 à 5.49

2.49

Pattes dours

Pépites de chocolat
Sans colorants ni arômes artificiels

produit d'ici

2.99

collation aux pommes
Gogo Squeeze
4/90 g, choix varié
Gogo Squeeze apple snack
reg. 5.29

barres de céréales Nutri-Grain
Kellogg's
295 g, Special K barres croquantes 125 g, carrés aux
Rice Krispies 176 g, Pop-Tarts 384 g, choix varié
Kellogg's Nutri Grain cereal bars
reg. 4.49

2.99

25 points

VECTOR

céréales Kellogg's
formats et choix variés
Kellogg's cereal
reg. de 6.49 à 7.49

4.49

MINI-WHEATS!

ORIGINAL

produit d'ici

30 points produit d'ici

5.99 condiment trio Heinz
moutarde-relish-ketchup 2/375 ml, Mag mayonnaise 890 ml, choix varié
Heinz condiment trio
reg. de 7,49 à 7,99

3.77 croustilles tortilla Que Pasa
170-350 g, sauce salsa 420 ml, choix varié
Que Pasa tortilla chips
reg. de 5,49 à 6,99

60 points produit d'ici

11.99 capsules de café Van Houtte
10-12 un., moulu 300-340 g, McCafé 299-300 g, Laura Second capsules de café, Tammy's 3 capsule de chai latte, K-Cup 12 un., choix varié
Van Houtte coffee capsules
reg. de 15,49 à 17,49

20 points produit d'ici

3.99 pommes de terre McCain
superfries, 550-600 g, patates douces 454 g, choix varié
McCain potatoes
reg. de 5,49 à 5,99

3.99 pizza crûte mince Gusto Italiano Irresistible
superfries, 340-390 g, Irresistible étirée à la main 360-388 g, pain plat 240-376 g, choix varié
Gusto Italiano pizza
reg. 5,29

2.99 riz Bistro Express Ben's Original
240-250 g, riz brun jasmyn, noix de coco, bio, 240 g, Tasty Bite plat d'accompagnement 285 g, choix varié
Ben's Original Bistro Express rice
reg. de 4,49 à 5,29

200 points produit d'ici

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

11\$ d'économie

23.49 bière Stella Artois, Corona Extra, Heineken, Sapporo
caisse, bott., ou canettes 12/330-355 ml, choix varié, consigne
beer
reg. de 26,49 à 28,99

24.49 bière Labatt, Michelob Ultra, Molson Miller Lite, Sleeman Clear 2.0
caisse canettes 30/255 ml, choix varié, consigne
beer

45.99 chaque jour à bas prix

FORMAT MULTIPLE À PRIX D'ENTREPÔT

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

2/9\$ ou **5.99** l'unité

blancs d'oeufs Mieux-être Naturalia
liquides, 500 g
Life Smart Naturalia egg whites

3/6\$ ou **3.29** l'unité

collation aux pommes Mieux-être, Selection
6/113 g, choix varié
Life Smart, Selection apple snack

2/10\$ ou **5.49** l'unité

sauce pour pâtes Mieux-être biologique
700 ml, choix varié
Life Smart Organic pasta sauce

2/8\$ ou **5.89** l'unité

yogourt Activa Danone
protos, 650 g, choix varié
Danone Activa yogurt

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

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.





fraîches et savoureuses

B10 5.99

fraises
produit des É.-U. et/ou importé du Mexique, Cat. No 1, 454 g
strawberries
reg. de 4,99 à 6,99

4.99



gros fruit

gros raisins rouges ou noirs
importés du Chili et/ou de l'Afrique du Sud
large red or black grapes
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

3.99 /lb



B10 4.99

framboises
importées du Mexique, Cat. No 1, 170 g
raspberries
reg. 4,99

3.99 25 points



B10 4.99

très gros bleuets
importés du Mexique et/ou du Maroc et/ou du Pérou, 113 g
jumbo blueberries

3.99



gros fruit

B10 au même prix gr 58

oranges Navel sans pépins
produit des É.-U., gr 36-40
seedless Navel oranges
reg. 1,99

3/5 \$ 1.67 l'unité



2 lb

nectarines, pêches ou prunes noires
importées du Chili, panier
2 lb
nectarines, peaches or black plums
reg. 7,99

6.99



gros fruit

grosse papaye
importée du Mexique et/ou du Guatemala
jumbo papaya
4,39/kg
reg. 2,49/lb - 5,49/kg

10 points 1.99 /lb



croquez dans la fraîcheur

B10 au même prix

chou-fleur
produit des É.-U. et/ou importé du Mexique, Cat. No 1, gr 12
cauliflower
reg. 5,99

4.99 ch. 25 points



haricots verts
produit des É.-U. et/ou importés du Mexique
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 15,41/kg

3.99 /lb



oignons verts
produit des É.-U. et/ou importés du Mexique
green onions

1.99



B10

champignons café ou tranchés
Mieux-être ou biologique
produit du Canada, 227 g
organic Life Smart cremini or sliced mushrooms
reg. 3,49

2.99



choux de Bruxelles
importés du Maroc, Cat. No 1
Brussels sprouts
6,59/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

3.99 /lb



B10 5.99 45-52 lb

patates douces
produit des É.-U., Cat. No 1
sweet potatoes
3,73/kg
reg. 1,99/lb - 4,34/kg ou 7,99/lb

1.69 /lb



gros format

mélange de salade avec garnitures
Attitude
produit des É.-U., 342-454 g
chico variety
Attitude salad mix with toppings
reg. 9,99

45 points 8.99

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

le bon goût d'ici

produit D'ICI

tomates mélangées, cerises ou raisins de serre
produit du Québec, 680 g
small hothouse tomatoes
reg. 9,99

7⁹⁹ gros format

laitue Aquaverti
produit du Québec, 125-140 g, choix varié ou mélange de salade Good Leaf
produit du Québec, 113 g, choix varié
Aquaverti lettuce, Good Leaf mix
reg. 4,99

3⁹⁹ 20 points

AquaVerti
Mélange de Laitues Lettuce Mix
LOCAL

concombres anglais sans pépins
produit du Québec
seedless english cucumbers
reg. 2,99

moyen

2/5\$ ou **2⁵⁰** l'unité

croquante et très sucrée

pommes Ambrosia
produit du Québec, Canada et l'Ontario, gr 100
Ambrosia apples
5,99/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg

2⁶⁹ lb

mélange de légumes
produit du Québec, 343-624 g, choix varié
vegetable mix
reg. de 4,99 à 5,99

4⁹⁹

échalotes françaises
produit du Québec, 350 g
french shallots
reg. 3,99

3⁴⁹ 20 points

FOLIA
CREAMY APPLE POMME CHEMUEUSE
175 g

FOLIA
BALEISEN STRAWBERRY CÉLÉSTINE/FRASÉ
175 g

C'EST NOUVEAU! chez metro

mélange de salade avec garnitures Folia
préparé au Québec, 175 g, choix varié
Folia salad mix with toppings
reg. 6,99

5⁹⁹

produit D'ICI

shots de bien-être
Dose
préparé au Québec, 4,60 ml, choix varié
Dose wellness shots
reg. 13,99

5⁹⁹

12⁹⁹

Dose au même prix
GINGEMBRE et CURCUMA
EXTRA FORT
GINGEMBRE et MIEL

tofu Soykei
préparé au Québec, 350-500 g, choix varié
Soykei tofu
à partir de **2⁹⁹** ch.

TOFU au même prix
Soykei

jus Héritage 77
préparé au Québec, 1,75 L, choix varié, consigne
Héritage 77 juice
reg. 5,49

4⁷⁷

vinaigrette à Barrette
préparée au Québec, 240 ml, choix varié
Vinaigrette à Barrette salad dressing
reg. 6,99

3⁹⁹

5⁹⁹

trempe à Barrette
préparée au Québec, 200-225 g, choix varié
Trempe à Barrette dip
reg. 5,49

metrogo! préparés en magasin

plateau
675-700 g, choix varié
platter
reg. de 9,99 à 12,99

9⁹⁹ +TX

yaourt avec fruits et granola
325 g, choix varié
yogurt with fruits and granola
reg. 4,99

3⁹⁹ +TX

à partir de 9⁹⁹

poires Bosc ou Anjou
produit des E.-U., caisse 2 kg ou
poires Bartlett
importées de l'Afrique du Sud, caisse 2 kg ou
poires Rocha
importées du Portugal, caisse 2 kg ou
poires asiatiques
importées de la Chine, caisse 2 kg
pears
reg. de 9,99 à 12,99

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

découvrez MA BOUQUETERIE

potées fleuries

Voici comment bien les entretenir

- enlevez les fleurs fanées et les feuilles jaunies
- éliminez les tiges dégarnies avec un sécateur
- gardez la terre humide mais sans excès



jardin de plantes
Ma Bouqueterie
pot de céramique
Ma Bouqueterie plant garden

22⁹⁹
ch.



jardin de plantes
Ma Bouqueterie
pot de céramique
Ma Bouqueterie plant garden

44⁹⁹
ch.



jardin de plantes
Ma Bouqueterie
pot de métal
Ma Bouqueterie plant garden

28⁹⁹
ch.



marquerite
Ma Bouqueterie
pot de métal 6 po, choix varié
Ma Bouqueterie mums

18⁹⁹
ch.



calandiva
Ma Bouqueterie
pot de plastique 6 po,
choix varié
Ma Bouqueterie calandiva

19⁹⁹
ch.



begonia Reiger
Ma Bouqueterie
pot de plastique 6 po,
choix varié
Ma Bouqueterie Reiger
begonia

16⁹⁹
ch.



plantes tropicales



Voici comment bien les entretenir

- arrosez abondamment tout en laissant le terreau sécher entre les arrosages
- retirez l'excès d'eau des pots décoratifs après l'arrosage
- utilisez un doigt pour vérifier le premier pouce du sol, s'il est sec il est temps d'arroser

sansevière
premium
Ma Bouqueterie
pot de céramique 5 po
Ma Bouqueterie premium
sansevieria

26⁹⁹
ch.



pothos
Ma Bouqueterie
pot de céramique 5 po,
choix varié
Ma Bouqueterie pothos

18⁹⁹
ch.



dracena
Ma Bouqueterie
pot de céramique 5 po,
choix varié
Ma Bouqueterie dracena

19⁹⁹
ch.



crassula Jade
Ma Bouqueterie
pot de céramique 5 po
Ma Bouqueterie Jade
crassula

22⁹⁹
ch.



zamioculcas zamiifolia
Ma Bouqueterie
pot de céramique 5 po
Ma Bouqueterie zamioculcas zamiifolia

27⁹⁹
ch.



ficus
Ma Bouqueterie
pot de céramique 5,5 po
Ma Bouqueterie ficus

32⁹⁹
ch.



découvrez MA BOUQUETERIE



**fraîcheur
garantie
7 jours**

bouquets

Voici comment **bien les entretenir**

- recoupez le bas des tiges en biseau sur environ 2 centimètres.
- taillez les feuilles du bas pour ne pas qu'elles trempent dans l'eau du vase.
- l'eau du vase doit être propre (changez tous les deux jours) et à température ambiante.



bunch Ma Bouqueterie
choix varié
Ma Bouqueterie bunch

14⁹⁹
ch.



bouquet de printemps
Ma Bouqueterie
Ma Bouqueterie
spring bouquet

19⁹⁹
ch.



bouquet
Ma Bouqueterie
Ma Bouqueterie bouquet

39⁹⁹
ch.

les orchidées



Voici comment **bien les entretenir**

- pour arroser laissez tremper le pot de culture dans l'eau environ 10 minutes
- laissez égoutter avant de remettre dans son pot décoratif
- rempotez aux 2 ans avec un substrat pour les orchidées

orchidée
Ma Bouqueterie
1 tige, pot de près 5 po
Ma Bouqueterie orchid

24⁹⁹
ch.



orchidée cascade
Ma Bouqueterie
1 tige, pot de céramique
3,5 po
Ma Bouqueterie orchid

19⁹⁹
ch.



orchidée cascade colorée
Ma Bouqueterie
1 tige, pot de céramique
5 po
Ma Bouqueterie colorif
cascading orchid

34⁹⁹
ch.

rafraîchissez vos plantes

terreau d'empotage
organique
3 L
organic potting soil
reg. 2,49

1⁹⁹
+TX



terreau d'empotage
Selection
5 L
Selection potting soil
reg. 3,99

2⁹⁹
+TX



terreau d'empotage Alltreat
5 L, choix varié
Alltreat potting soil
reg. 3,99

2⁹⁹
+TX

5 L



haché par nos bouchers tous les jours

boeuf haché maigre
format économique
lean ground beef, economic pack
19,82/kg
reg. 9,79/lb - 21,58/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

8⁹⁹
/lb

rôti français
non bardé, cuit, provenant de l'intérieur
de ronde
no barded french style roast
28,64/kg
reg. 12,69/lb - 30,18/kg

12⁹⁹
/lb



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

variété de boeuf AAA Platinum Plus
choix varié
AAA Platinum Plus beef variety



produit
D'ICI

rôti d'épaule de porc
picnic frais
avec os
fresh pork picnic shoulder roast
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

3⁹⁹
/lb



jarrets de boeuf
osso buco
osso buco beef shanks
24,23/kg
reg. 12,99/lb - 28,04/kg

10⁹⁹
/lb



produit
D'ICI

hauts de cuisses de
poulet frais désossés
format économique
fresh boneless chicken thighs,
economic pack
19,82/kg
reg. 9,49/lb - 20,92/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

8⁹⁹
/lb



bavette
Cat. «A»
beef flap meat
55,09/kg
reg. 32,99/lb - 72,73/kg

24⁹⁹
/lb

viandes préparées sur place pas en usine

côtelettes de porc
assaisonnées
avec os, format économique
seasoned pork chops bone-in,
economic pack
8,80/kg
reg. 7,49/lb - 16,51/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

3⁹⁹
/lb



saucisses fraîches
choix varié, format économique
fresh sausages, economic pack
13,21/kg
reg. 6,99/lb - 18,31/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

5⁹⁹
/lb

veau de grain
haché maigre
format économique
grain-fed lean ground veal,
economic pack
15,41/kg
reg. 7,99/lb - 17,61/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

6⁹⁹
/lb



biftecks sandwich-escalopes
biftecks attendris, format économique
sandwich-cuitlet steaks, economic pack
28,64/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

12⁹⁹
/lb



produit
D'ICI

pilons de poulet frais
hauts de cuisse de poulet frais avec os,
format économique
fresh chicken drumsticks,
economic pack
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

3⁹⁹
/lb



produit
D'ICI

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

4⁴⁹
/lb



brochettes de boeuf, de poulet
ou de porc avec légumes
choix varié
beef, chicken or pork brochettes
with vegetables
reg. de 12,99/lb - 28,64/kg à 13,99/lb - 30,84/kg

rabais de
2\$/lb
tout l'été

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

produits d'ici sur le grill

Lafleur ORIGINAL
saucisses fumées
Lafleur
450 g
reg. 5,49

4,99

brochettes de poitrines de poulet Olymel
environ 400 g
reg. 12,99/lb - 28,84/kg

9,99

OLYMEL
D'ICI

tier de flanc de porc désossé Olymel
Olymel boneless pork belly
15,41 kg
reg. 17,99/lb - 39,44/kg

6,99 /lb

ROSE

bavette de porc érable et chipotle Rose
env. 200 kg
Rose maple chipotle pork flank
22,02/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

9,99 /lb

FAMILLE FONTAINE
bifteck de contre-filet
Fontaine Family
strap loin steak
reg. 19,99

17,99

FAMILLE FONTAINE
bavette de veau assaisonnée
Fontaine Family
seasoned veal flap
env. 400 g
reg. 21,99/lb - 48,48/kg

17,99

économisez plus avec

Irresistible

filet de porc Irresistible
550 g, choix varié
Irresistible pork tenderloin
reg. 8,99

7,99

Life Smart Mieux-être

POULET
EXTRA LEAN
CHICKEN
POULET
reg. 8,99

7,99

Irresistible

côtes de porc de porc cuites
Irresistible
680 g, choix varié
Irresistible cooked pork back ribs
reg. 15,99

13,99

NATURALIA
GRAIN-FED CHICKEN
POULET DE GRAIN
reg. 5,49/lb - 12,10/kg

4,99 /lb

Irresistible

pâtes farcies Irresistible
540-600 g, choix varié
Irresistible stuffed pasta
reg. 9,99

7,99

Irresistible ARTISAN

smoked meat style Montréal
Irresistible Artisan Montréal
smoked meat
reg. 15,49

13,99

metrogo!

bifteck de macreuse Kansas Metrogo!
170 g
Metrogo! Kansas flat iron steak
reg. 9,49

8,99

metrogo!

bifteck picanha chimichurri Metrogo!
200 g
Metrogo! chimichurri picanha steak
reg. 9,49

8,99

metrogo!

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

11,99 /lb

metrogo!

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

11,99 /lb

Lafleur
BOLOGNE BOLOGNA
ORIGINAL
675 g
reg. 7,99 à 8,49

6,99

Natural Bacon naturel
Original
300 g
reg. 7,99 à 8,49

7,99

bacon Maple Leaf
Original
300 g
reg. 7,99 à 8,49

7,99

GASPESIE
jambon fumé Gaspésien
sans gluten, sans nitrite
Gaspésien smoked ham
reg. 13,99

12,99

Valentine
saucisses fumées sur bâton
Valentine
saucisses, 680 g
reg. 9,99

7,99

JANES
STYLE PUB
Longuettes de poulet
à partir de
panées style pub Janes
surpièces, 700-710 g, choix varié
Janes pub style frozen breaded chicken portions
reg. 17,99

13,99

gratuit

trempelette Schneiders
300 g surgelée, choix varié
Schneiders frozen dip
reg. 14,99

Valeur de 13,99\$

MERE MICHEL
ailes de poulet Mère Michel
surpièces, 505 g, choix varié
Mère Michel frozen chicken wings
reg. 13,99

à l'achat d' 12,99\$

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

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.



feuilletés gourmands pour petits et grands

produit d'ICI

cuits en magasin

metro

feuilles de palmier
4/77 g, chaussons: 4/80-88 g,
bâtonnets 4/54 g, choix varié
palm leaves
reg. de 4,99 à 5,49
voir réduction sur
reçu de caisse

4\$ de rabais à l'achat de 2 paquets

KATRINE

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

produit d'ICI

SANS GLUTEN

CITRON LEMON

› moelleux
› nappé de glaçage lisse
› ingrédients naturels de qualité

citron

cannelle

érable

649

mini gâteaux
180 g, choix vanille
cake
reg. 6,99

P PREMIÈRE MOISSON

L'ART DU VRAI

produit d'ICI

citron et chocolat blanc

torsades
Première Moisson
4/75-80 g, chocolaines,
croissants, 4/60 g, brioches
4/90 g, choix varié
Première Moisson twists
reg. 6,99

C'EST NOUVEAU! chez metro

à partir de 649

2/10\$ ou 5.99 l'unité

pain tranché
Pain germés, belge à l'ancienne
Pain multigrains 1500 g ruche
Campagnarde blé entier 1000 g
2020 bread

fraîchement garnis sur demande

15 points

249

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

5.99

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

4.99

petits pains kaiser
6/70 g, pains à sous-marin
4/100 g, choix varié
kaiser rolls
reg. 4,49

3.49

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

Inrésistible

prix spécial 10.99

9.99

gâteau tiramisu
gâteau bûche, 500 g, choix varié
tiramisu cake
reg. 11,99

Bomboloni
PASTACHE PISTACHIO

11.99

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

6.99

tortillas minces Mejicano
306 g
Mejicano thin tortillas
reg. 7,99

35 points

5.99

muffins
330/400 g, choix varié
muffins
reg. 6,99 à 7,44

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

fraîchement tranchée sur demande

pepperoni 88 Roma
min
Roma pepperoni 88
9,03/lb
reg. 2,99 le 100 g - 10,84/lb

1 99
le 100 g

jambon cuit Selection
Selection cooked ham
10,39/lb
reg. 2,99 le 100 g - 11,75/lb

2 29
le 100 g

mortadelle San Daniele
choix varié
San Daniele mortadella
15,83/lb
reg. 3,99 le 100 g - 18,10/lb

3 49
le 100 g

25 points

produit d'ici

hummus Fontaine Santé
Campagne à l'ancienne 23,260 g, Lantia hummus
283 g, choix varié
Fontaine Santé hummus
reg. 5,49

4 49

produit d'ici

pâte de campagne ou de foie
Plaisirs Gastronomiques
terme, moussé, ferme,
125-150 g, choix varié
Plaisirs Gastronomiques
countrystyle or liver pâté
reg. 4,99 à 6,49

à partir de 4 49

Produit d'ici

SNACK FACTORY
Pretzel Crisps
ORIGINAL/ORIGINALS

craquelins Pretzel Crisps
200 g, choix varié
Pretzel Crisps crackers
reg. 6,99

5 99

Produit d'ici

Selection
OLD FASHIONED SMOKED HAM
JAMBON FUMÉ À L'ANCIENNE
14 % DE PROTÉINES DE VIANDÉ

émincé de jambon Selection
jambon cuit, haché, 400 g
choix varié
selection shaved ham
reg. 11,49

10 49

Produit d'ici

St Hubert
PÂTE au POULET CHICKEN POT PIE

pâte St Hubert
choix varié
pot pie
reg. 11,99

10 49

Produit d'ici

CHATEAU
FONDUE

fromage à fondue Emmi
400 g le gruyère
Emmi cheese
fondue
reg. de 14,99 à 23,99

à partir de 12 99

Produit d'ici

Selection
SLICED-TRANCHE PEPPERONI

pepperoni tranché Selection
375 g
Selection sliced pepperoni
reg. 7,49

6 99

prix spécial

5 99

prix membre

fromages d'ici

produit d'ici

fromage Le Noble
Le Cœur des Prés
Le Noble cheese
22,63/lb
reg. de 5,79 le 100 g - 26,26/lb
à 5,99 le 100 g - 27,17/lb

4 99
le 100 g

fromage Riviera
150-200 g, choix varié
Riviera cheese
reg. de 8,99 à 11,49

à partir de 7 99

Produit d'ici

Irresistible
DOUBLE CREME

brie double crème Irresistible Artisan
170-180 g, choix varié
Irresistible Artisan
double cream
brie cheese

8 \$

Produit d'ici

tête à Papineau Montebello
2 kg
Montebello tête à Papineau cheese
31,71/lb
reg. 7,29 le 100 g - 33,07/lb

6 99
le 100 g

Produit d'ici

grand cheddar Agropur
2-6 ans, 200 g, choix varié
Agropur grand cheddar cheese
reg. de 10,99 à 12,49

à partir de 9 99

60 points

Produit d'ici

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

à partir de 8 49

FORMAT ÉCONOMIQUE

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

Produit d'ici

Oka
min. 400 g, choix varié
Oka cheese
19,01/lb

4 19
/lb

Produit d'ici

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

4 49
le 100 g

Produit d'ici

jambon fumé Selection
400 g, choix varié
Selection smoked ham
11,75/lb

2 59
le 100 g

Produit d'ici

poitrine de dinde fumée Selection
cuit, min. 400 g
Selection smoked
Turkey breast
14,47/lb

3 19
le 100 g

Produit d'ici

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

1 59
le 100 g

Produit d'ici

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

metrogo! préparés en magasin

FORMAT ÉCONOMIQUE

Économisez plus de **10%** de rabais

en tout temps sur les formats économiques

*Rabais déjà appliqué sur le prix affiché



1,2 L

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

16⁴⁹



macaroni aux 3 fromages



boulettes général tao



repas
choix varié, format économique
meal, economic pack

à partir de **189**

le 100 g



chou frisé, feta et quinoa



salade
choix varié, format économique
salad, economic pack
à partir de 8,57/lb



sandwichs assortis
550 g, format économique
assorted sandwiches,
economic pack



12⁴⁹



sous-marins pizza
930 g, format économique
pizza submarines, economic pack

15⁴⁹

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

notre rôtisserie moins chère qu'au resto

poutine
375-460 g
poutine

à partir de **5⁹⁹**



demi-portion de côtes levées
half portion ribs

9⁹⁹

repas de 4 filets de poulet
avec frites, sauce et salade
4 chicken filets meal

10⁹⁹



repas de 8 ailes de poulet
avec frites, sauce et salade
8 chicken wings meal

11⁹⁹



toute garnie

poulet harissa

pizza 9"
395-415 g, choix varié
9" pizza

7⁹⁹

Laissez-vous tenter par notre délicieux chili!



cuits en magasin

C'EST NOUVEAU!

6⁹⁹

chili con carne
340 ml
chili con carne

nachos
100 g
nachos
reg. 1,99

À l'achat d'un chili de 340 ml, obtiens un sac de nachos pour seulement 0,99 \$

organisez vos journées

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

979



417



oeufs blancs Selection
Nutri, Bumbac, calibre gros, doux.
Selection white eggs

boisson de soya
biologique Natur-a
amandine, riz, noix de coco
ou avoine, 946 ml, choix varié
Natur-a organic soya drink
reg. de 3,79 à 3,99

15 points
299



yaourt végétal
Riviera
douce, 500-650 g,
4/110-120 g, choix varié
Riviera vegan yogurt
reg. 7,19

30 points
599



crème Québon
Southeast, Lactantia, Nutril,
5%, 10% à 1 L, 35% à 473 ml,
choix varié
Québon cream
reg. de 6,19 à 7,19

499



colorant à café
Coffee Mate
259-346 ml, choix varié
Coffee Mate
coffee whitener
reg. 6,99

30 points
549



30 points
599
thé en sachets Red Rose,
Salada
orange pekoe, 70 un.
Red Rose, Salada tea bags
reg. 6,79



café moulu
Folgers
546-618 g, choix varié
Folgers
ground coffee
reg. 27,99

115 points
2299



20 points
399
fruits en coupe Dole
4/107 ml, en gelée-4/123 g,
choix varié
Dole fruit cup
reg. 4,99



céréales Post,
Alpen
formats et choix variés
Post, Alpen cereal
reg. de 6,49 à 7,29

30 points
549



mais soufflé
Smartfood
150-228 g, Minion
amuse-bouche
250 g, croquette 140 g,
Cheddar 102 g,
Santitas 102 g,
choix varié
Smartfood popcorn
reg. de 4,29 à 5,99

40 points
à l'achat de 2
2/750 ou **375**
l'unité



amuse-bouche
Humpy Dumpty
259-295 g, original cheddar
300 g, choix varié
Humpy Dumpty snack
reg. de 4,99 à 6,99

20 points
399



cocktail de légumes V8
6/156 ml, choix varié, congénié
V8 vegetable cocktail
reg. 4,49

20 points
349



cocktail Mott's
Clamato Mott's
2,54 L, 6/213 ml, choix varié
Mott's Clamato cocktail
reg. 4,99

30 points
599



arachides
Selection
750-850 g, choix varié
Selection peanuts
reg. 5,99

499



croquillons
Town House
Kellogg's
242-301 g,
Cheddar 200 g,
Cheddar 200 g,
choix varié
Kellogg's
Town House
crackers
reg. de 4,99 à 5,49

299



soupe Chunky
Campbell's
515 ml, choix varié
Campbell's
Chunky soup
reg. 4,99

20 points
379



dîner Chef
Boyardee
418-453 g, choix varié
Chef Boyardee dinner
reg. 3,79

299



mélange à soupe
Knorr, Lipton
4 min, choix varié
Knorr, Lipton soup mix
reg. 3,99

20 points
349



nouilles style
asiatiques Haiku
vermicelles de riz, 300 g,
ramen 200 g, choix varié
Asian style noodles
reg. 4,49

399



riz Ben's Original
365-907 g, choix varié
Ben's Original rice
reg. de 6,29 à 6,79

30 points
549



beurre Président
Lactantia sans lactose, 250 g,
choix varié
Président butter
reg. de 6,99 à 7,99

30 points
599



pain Campagnolo
St-Méthode
570-650 g, choix varié
St-Méthode
Campagnolo loaf bread
voir réduction sur reçu
de caisse

250
de rabais
à l'achat
de 2 pains



légumes
Irresistible
surgelés, 349-500 g,
Mieux-être
chou frisé haché
300 g, choix varié
Irresistible
vegetables
reg. de 4,79 à 5,19

399



2^e gratuit
à l'achat de
sauce Cordon Bleu
284-398 ml, Extra 398 ml, choix
varié Cordon Bleu, Esta sauce
reg. de 2,69 à 2,99

Valeur de
2,99\$
voir réduction sur reçu de caisse



bagels protéines
Pom
450 g
Pom protein bagels
reg. 7,29

599

pain à sandwich
Selection
720 g, choix varié
Selection sandwich bread

18 g
protéines
Voir prix en
magasin



colorant à café
Coffee Mate
259-346 ml, choix varié
Coffee Mate
coffee whitener
reg. 6,99

30 points
549



confiture pure
Smucker's
genre, Roberts
marmelade, 250 ml,
choix varié
Smucker's pure jam
reg. de 5,79 à 5,99

499



céréales Post,
Alpen
formats et choix variés
Post, Alpen cereal
reg. de 6,49 à 7,29

30 points
549



cocktail Mott's
Clamato Mott's
2,54 L, 6/213 ml, choix varié
Mott's Clamato cocktail
reg. 4,99

30 points
599



dîner Chef
Boyardee
418-453 g, choix varié
Chef Boyardee dinner
reg. 3,79

299



beurre Président
Lactantia sans lactose, 250 g,
choix varié
Président butter
reg. de 6,99 à 7,99

30 points
599



2^e gratuit
à l'achat de
sauce Cordon Bleu
284-398 ml, Extra 398 ml, choix
varié Cordon Bleu, Esta sauce
reg. de 2,69 à 2,99

Valeur de
2,99\$
voir réduction sur reçu de caisse

30 points
599

pour vos salades

huile d'olive
Irrésistible
500 ml
Irrésistible olive oil
reg. 9,99

8⁹⁹



pâtes alimentaires
Catelli
375 g, choix varié
Catelli pasta
reg. 3,99

2⁴⁹

15 points



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

3⁹⁹



glacage au
vinaigre
balsamique
Irrésistible
250 ml
Irrésistible glaze with
balsamic vinegar of
modena
reg. 5,99

4⁹⁹



vinaigrette
Irrésistible
350 ml, choix varié
Irrésistible
salad dressing
reg. 3,99

3²⁹



moutarde Maille
200 ml, choix varié
Maille mustard
reg. 5,99

4⁹⁹



quinoa
Mieux-être
350-450 g, Sélection
riz 900 g, précuit 700 g,
choix varié
Life Smart quinoa
reg. de 4,49 à 5,79

3⁹⁹



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

1⁴⁹



vrai bacon
en miettes
Hormel
100 g
Hormel real
bacon bites
reg. 7,49

6⁴⁹



olives
Irrésistible
375 ml, choix varié
Irrésistible olives
reg. de 3,79 à 4,79

3⁴⁹



légumineuses
Mieux-être,
Sélection
340 ml, choix varié
Life Smart, Sélection
legumes

2¹⁹



oeufs marinés
Nutri
300 ml, choix varié
Nutri pickled eggs
reg. 6,99

5⁹⁹



coeurs d'artichauts
ou de palmiers
Irrésistible
378 ml, choix varié
Irrésistible artichoke
or palm hearts
reg. 6,49

3⁹⁹



croûtons
Grisol
172-155 g,
choix varié
Grisol croûtons
reg. de 2,69 à 2,99

2⁴⁹



pour votre BBQ

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

2/6⁵⁰ ou **3⁷⁹**



croustilles
Selection
200 g, maïs soufflé
142 g, choix varié
Selection potato chips
reg. 2,49

1⁹⁹



sangria
Pepito Sangria
1 L, choix varié, consigne
Pepito Sangria sangria
reg. 10,29

8⁹⁹



sangria
Olé! Sangria Plus
Nicolas Laloué boisson au
vin sangria 1 L, Olé! Sangria
boisson non alcoolisée
sangria, canettes 24/355 ml,
choix varié
Olé! Sangria sangria
reg. de 9,79 à 10,49

à partir de 7⁹⁹



8⁹⁹

fromage en tranches
Selection
44 tranches, 825 g
Selection sliced cheese
reg. 9,99

3⁹⁹



sauce B.B.Q
Kraft
453 ml, choix varié
Kraft B.B.Q sauce
reg. 4,79



3²⁹

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



22⁹⁹

bière canette
Flying Fish
citron pressé, casse,
canettes 12/355 ml, consigne
beer
reg. 26,49



15% de rabais

vin rouge, blanc ou rosé
750 ml, 1 L, choix varié
red, white or rosé wine
reg. de 10,49 à 17,39

ketchup aux
tomates French's
1 L
French's tomato ketchup
reg. 5,99

4⁹⁹



pommes de
terre frites
Bâton Rouge
saisonnières
style barbacue
450-750 g,
choix varié
Bâton Rouge
french fried potatoes
reg. 6,79

Valeur de 7,28\$

voir réduction sur reçu de caisse

mélange à sauce
Bâton Rouge
env. 36-45 g, choix varié
Bâton Rouge sauce mix
reg. 2,29



gratuit

à l'achat de
bière Molson Canadian
casse canettes
30/355 ml, consigne
beer

ANNONCÉE À 45,99\$ +TX

charbon bois
Signature Xylo
carbone
7 kg
Xylo carbone Signature charcoal
reg. 22,99

19⁹⁹



enduit antiadhésif
pour cuisson Pam
141-170 g, choix varié
Pam cooking spray
reg. de 7,19 à 7,49

5⁹⁹



2\$ de rabais sur les magazines suivants :
Coup de pouce Barbecue, K pour Katrine, C'est qui le Chef?, Je cuisine Barbecue et Camping.



* Rabais applicable pour la période du 9 au 15 avril 2026 sur le prix courant de 9,95 \$ à 12,99 \$ +tx.

ménage du printemps

lingettes désinfectantes
Lysol
7584 un., choix varié
Lysol disinfecting wipes
reg. 6,99

5,99 **30** points

chandelle
Glade
1 un., choix varié
Glade candle
reg. 7,49

5,49

purificateur d'air
Air Wick
2/20 un., ensemble
décap 2 un., diffuseur
d'huiles essentielles
1 un., choix varié
Air Wick air refreshment
reg. de 12,99 à 14,99

9,99 **50** points

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

7,99

nettoyant à vitres
Bon Ami
560 g, Wisdée 785-950 ml, Scrubbing Bubbles
946 ml, 385-567 g, pour cuvette 6 un., Fantastik
tout usage 550 ml, choix varié
Bon Ami glass cleaner
reg. de 6,59 à 7,99

4,99

25 points

lingettes humides
nettoyantes
Swiffer
10-16 un., nettoyant
pour planchers
750 ml-1,25 L, trousse
de plumeaux 1 un.,
Febreze purificateur
d'air à l'huile 26 ml,
désodorisant pour
traverse 700 ml,
choix varié
Swiffer
cleaning clothes
reg. de 7,79 à 9,29

7,49

détergent pour la
vaisselle
Dawn
533 ml-1,12 L, choix
varié
Dawn dish
detergent
reg. de 5,99 à 6,79

4,99 **25** points

nettoyant à
évier
Vim
500 ml, pour cuvette
de bain 700 ml,
choix varié
Vim sink cleaner
reg. 3,99

3,49

détachant
à lessive
Oxy Clean
183 à 636 ml, 680 g,
Lysol désinfectant
539 g, 1,2 L,
choix varié
Oxy Clean stain
remover
reg. de 8,49 à 10,49

7,99

40 points

essuie-tout de papier
Sponge Towels Ultra
6 rouleaux doubles
Sponge Towels Ultra paper towels
reg. 20,99

15,99

55 points

10,99

eau de javel
Selection
1,83 litre, choix varié
Selection liquid bleach
reg. 5,29

3,79

détergent pour la
lessive
Purex
4,43 L, Sauge rehausseur
de parfum 995 g,
assouplisseur de tissus
2,77 L, choix varié
Purex laundry detergent
reg. de 17,99 à 23,99

13,99

70 points

détergent pour la
lessive
nature+
technologie
Attitude
2 L, choix varié
Attitude nature+
technology laundry
detergent
reg. 17,49

15,99

douceurs chocolatées

pastilles de chocolat
Freddo
500-800 g,
choix varié
Freddo
chocolate chips
reg. 21,49

18,99

pâte réfrigérée Pillsbury
454-468 g, choix varié
Pillsbury refrigerated dough
reg. de 5,99 à 6,59

3,99

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

3,99

20 points

chocolat noir
AlterEco
80 g, choix varié
AlterEco dark
chocolate
reg. 5,99

4,99

écroces de
chocolat
Prana
100 g, choix varié
Prana
chocolate bars
reg. 6,79

6,29

35 points

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

2,99

15 points

mélange à
gâteau
Betty
Crocker
375-404 g,
choix varié
Betty Crocker
cake mix
reg. 2,99

1,99

pouding Jell-O
489-106 g, choix varié
Jell-O pudding
reg. 5,79

4,69

amandes
ou fruits
enrobés de
chocolat
Irresistible
300-340 g, choix
varié
Irresistible almonds
or fruits coated
chocolate
reg. 7,49

6,49

10 points

noir
mêlées
Prana
130-150 g, Chic
Choc bouchées
croquantes 125 g,
choix varié
Prana mixed nuts
reg. 6,79

5,49

lait frappé
Beatrice BFIT
460 ml, choix varié,
consigne
Beatrice BFIT milkshake
reg. 4,49

3,79

boisson
protéinée
Core Power
414 ml, choix varié,
consigne
Core Power protein drink
reg. de 4,99 à 5,49

4,49

gelato
Stefano
500 ml, choix
varié
Stefano gelato
reg. 8,99

7,99

10 points

friandises
glacées
Magnum
34-55-100 ml,
choix varié
Magnum frozen
treats
reg. 8,99

6,99

LES GRANDES BIÈRES
DU MONDE

EMBALLAGE DE 4 OU 6

2/27⁹⁸\$
+ TAXES ET CONSIGNE

PRODUITS SANS ALCOOL INCLUS

*18 ans et plus. Taxes et consignes en sus. Offre valable du 9 au 15 avril 2026. Jusqu'à épuisement des stocks. Chez les détaillants participants du Québec. La hauteur du prix de vente au détail est du ressort exclusif du détaillant, qui doit respecter le prix minimum établi par la loi. Consommation de façon responsable.

NOUVEAU

CAISSE DE 12

24⁹⁹\$
+ TAXES ET CONSIGNE

ÉCONOMIE DE 4\$

7% alc./vol.

*18 ans et plus. Taxes et consignes en sus. Offre valable du 9 au 15 avril 2026. Jusqu'à épuisement des stocks. Chez les détaillants participants du Québec. La hauteur du prix de vente au détail est du ressort exclusif du détaillant, qui doit respecter le prix minimum établi par la loi. Consommation de façon responsable.

DANS CHAQUE BURGER

Y'A RIEN COMME DU HEINZ

EST. 1849

C'EST NOUVEAU!
chez metro

SAUCES STYLE MAYONNAISE DE HEINZ
MAYONNAISE-STYLE SAUCES 340 mL
RÉG. 4,99 \$

3⁹⁹\$

SAUCE BBQ BULLS-EYE
BBQ SAUCE 425 mL
SAUCE DIANA
SAUCE 500 mL
RÉG. 5,99 \$

4⁹⁹\$

ALIMENTÉ PRÉPARÉ AU QUÉBEC

THE GLACE MIO
ICED TEA 540 g
RÉG. 9,99 \$

8⁹⁹\$

EXCLUSIVITÉ

Metro et moi

VAN HOUTTE®

Van Houtte®
30 capsules K-Cup®
Rég. 30,49 \$

28⁹⁹\$

Van Houtte®
café moulu
640 - 908 g
Rég. 34,99 \$

32⁹⁹\$

Ce printemps, Van Houtte®
est fière de soutenir Centraide
grâce à un don de

25 000 \$

Centraide
du Grand Montréal

*Ce don fixe n'est pas lié aux ventes de produits.

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 9 avril au mercredi 15 avril 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, April 9th to Wednesday, April 15th, 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. Valide 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.