

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

BIO 2,99 /lb

produit d'ici

grosse mangue rouge importée d'Amérique du Nord mangue miel (Ataulfo) importée du Mexique 14-15 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

produit d'ici

baguette française 296 g french baguette reg. 2,99

1,99

produit d'ici

cuite en magasin

AKI SUSHI

C'EST EXCLUSIF! chez metro

produit d'ici

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

Irresistible

pâte au poulet Irresistible surgelée, 600 g, pâte au saumon 600 g, pâte aux trois viandes style maçon 650 g, Selection 650 g, choix varié Irresistible Protein chicken pot pie reg. de 6,99 à 7,99

5,99

PIE • PÂTE CHICKEN POULET

flocons de gerberge à saveur de crabe crab flavored pollock flakes 17,61/kg reg. 10,99/lb - 24,23/kg

7,99 /lb

jambon Mère Michel Maple Leaf choix varié Maple Leaf Mère Michel reg. 9,03/lb reg. 3,79 le 100 g - 17,19/lb

1,99 le 100 g

produit d'ici

couronne de crevettes blanches du Pacifique Irresistible surgelées, avec sauce cocktail, 284 g Irresistible Pacific white shrimp ring reg. 9,99

2/12\$ ou 6,99 l'unité

3 jours seulement jeudi, vendredi et samedi

coquille-repas aux fruits de mer surgelée, 275 g meal seafood shell reg. 6,00

3/15\$ ou 6,99 l'unité

6,99 reste de la semaine

produit d'ici

C'EST EXCLUSIF! chez metro

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

1\$ = 1 point moi

d'achat = point

WONG WING

Egg Rolls Pâtis impériaux CHOIX - FROZEN

pâte impériaux Wong Wing surgelée, 450 g rouleaux de printemps 500 g, petits choux 400 g, riz frit 500 g, dumpling 424 g Wong Wing frozen egg rolls reg. 8,49

8,99 et obtenez le **2 à 99¢**

Irresistible

CHICKEN WING ROLLS BOULEAUX IMPÉRIAUX AU POULET

rouleaux de printemps Irresistible surgelés, 400 g, pâte aux trois viandes style maçon 650 g, Selection 650 g, choix varié Irresistible spring rolls

6,99 et obtenez le **2 à 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

3,99

produit d'ici

Oh Caram

BON MATIN sans sucre, sans gras ajoutés NO SUGAR, NO FAT ADDED

MICHE PROTÉINÉE PROTEIN LOAF sans sucre ajouté

2\$ de rabais à l'achat de 2 produits

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

Smooth Crémeux

35 points

6,99

beurre d'arachide Kraft 750 g 1 kg, Nutella tartinade nousettes 725 g, choix varié Kraft peanut butter reg. de 8,79 à 9,79

15 points

produit d'ici

craquelins Goldfish Pepperidge Farm 150-227 g, Date Patties d'ours biscuits 168-240 g, choix varié Pepperidge Farm Goldfish crackers reg. de 3,99 à 5,49

2,49

Pattes d'ours Pépites de chocolat Sans colorants ni arômes artificiels

GOGO SQUEEZ sans sucre ajouté

collation aux pommes Gogo Squeeze 4/90 g, choix varié Gogo Squeeze apple snack reg. 5,29

2,99

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

25 points

produit d'ici

VECTOR Kellogg's

MINI-WHEATS! ORIGINAL

céréales Kellogg's formats et choix variés Kellogg's cereal reg. de 6,49 à 7,49

4,49



30 points
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



377
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
11.99

capsules
de café
Van Houtte
10-12 un., moulu
300-340 g, McCafé
290-300 g,
Laura Second
capsules de café,
Tammy's capsule
de chai latte, K-Cup
12 un., choix varié
Van Houtte coffee
capsules
reg. de 15,49 à 17,49



20 points
3.99

potatoes
McCain
Superfries
51
550 g
reg. de 5,49 à 5,99



3.99
pizza crûte mince
Gusto
Italiano Irresistible
surgelée, 340-390 g, Irresistible étirée à la main
360-380 g, pain plat 240-370 g, choix varié
Gusto Italiano pizza
reg. 5,29



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



200 points
à l'achat de 2
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



200 points
à l'achat de 2
23.49

Jusqu'à
11\$
d'économie

bière Stella Artois,
Corona Extra,
Heineken, Sapporo
ARTOIS
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!



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

2/9\$ ou **5.99**
l'unité



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

3/6\$ ou **3.29**
l'unité



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

2/10\$ ou **5.49**
l'unité



yogourt Activia
Danone
protée, 650 g, choix varié
Danone Activia yogurt

2/8\$ ou **5.89**
l'unité

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

BIO 5.99

fraises
produit des É.-U. et/ou importées
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



BIO 4.99

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

3.99
25 points



BIO 4.99

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

3.99



gros fruit

BIO 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

BIO 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



BIO

champignons
câfé 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



BIO 5.99
sans O-3,5

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
chicois variés
Attitude salad
mix with toppings
reg. 9,99

45 points 8.99

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

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

7⁹⁹ **gros format**

produit d'ICI

le bon goût d'ici



au même prix

moyen

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

2/5\$ ou **2⁵⁰** l'unité

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



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
préparé au Québec,
343-624 g, choix varié
vegetable mix
reg. de 4,99 à 5,99

4⁹⁹

Attitude
ÉCHALOTES FRANÇAISES
DRY SHALLOTS



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

flours d'ail
Le Petit Mas
préparées au Québec, 190 ml
Le Petit Mas garlic flowers
reg. 6,99

5⁹⁹

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

12⁹⁹

TOFU **au même prix**

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



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



TOFU **au même prix**

TOFU **au même prix**



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

4⁷⁷

Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



Le Petit Mas
FLOURS D'AIL
GARLIC FLOWERS



metrogo! préparés en magasin

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

9⁹⁹ +TX

yoourt 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



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

26⁹⁹
ch.



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

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 colorfull 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



BOEUF
AAA
PLATINUM
PLUS

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

variété de boeuf AAA Platinum Plus
choix de
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



collection
du boucher
metro

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
Olymel
reg. 12,99/lb - 28,84/kg

9,99

OLYMEL
bavette de porc désossée Olymel
Olymel boneless pork belly
15,41 kg
reg. 17,99/lb - 39,44/kg

6,99 /lb

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

17,99

Fontaine
bavette de veau assaisonnée
Fontaine Family
seasoned veal flap
reg. 21,99/lb - 48,48/kg

17,99

ROSE
bavette de porc érable et chipotle Rose
Rose maple chipotle pork flank
reg. 22,02/kg

9,99 /lb

économisez plus avec

produit d'ici
filet de porc Irrésistible
550 g, choix varié
Irrésistible pork tenderloin
reg. 8,99

7,99

produit d'ici
poulet haché extra maigre Mieux-être
dinde habillée extra maigre, 450 g
Life Smart extra lean ground chicken
reg. 8,99

7,99

produit d'ici
côtes de porc cuites Irrésistible
680 g, choix varié
Irrésistible cooked pork back ribs
reg. 15,99

13,99

produit d'ici
poulet de grain entier Mieux-être Naturalia
Cat. v. max. 2 kg (4,4 lb)
Life Smart Naturalia grain-fed chicken
reg. 5,49/lb - 12,10/kg

4,99 /lb

produit d'ici
pâtes farcies Irrésistible
540 800 g, choix varié
Irrésistible stuffed pasta
reg. 9,99

7,99

produit d'ici
smoked meat style Montréal Irrésistible Artisan
400 g
Irrésistible 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

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

8,99

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

11,99 /lb

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

produit d'ici
bologna Lafleur
BOLOGNE BOLOGNA
675 g
reg. 7,99 à 8,49

6,99

produit d'ici
Natural Bacon naturel
Original
300 g
reg. 7,99 à 8,49

7,99

produit d'ici
porc effiloché Plaisirs Gastronomiques
poulet au beurre, vol au vent au poulet, chili au boeuf, 400-480 g, choix varié
Plaisirs Gastronomiques pulled pork
reg. 9,99

7,99

produit d'ici
jambon fumé Gaspésien
grain tendre, sans gluten, 750 g
Gaspésien smoked ham
reg. 13,99

12,99

produit d'ici
saucisses fumées sur bâton Valentine
surgelées, 680 g
Valentine frozen corn dogs
reg. 9,99

7,99

produit d'ici
panées de poulet panées style pub Janes
surgelées, 700-710 g, choix varié
Janes pub style frozen breaded chicken portions
reg. 17,99

13,99

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

Valeur de 13,99\$

produit d'ici
à l'achat d'ailes de poulet Mère Michel
surgelées, 505 g, choix varié
Mère Michel frozen chicken wings
reg. 13,99

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.



garantie fraîcheur traçable
de la pêche à l'assiette

les délices de la mer

filets de truite frais
choix varié, format économique
22,64/kg
reg. 17,99/lb - 39,51/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE

12⁹⁹ /lb

produit d'ici

crevettes nordiques
cuites
décoratives
northern shrimp
33,85/kg
reg. 14,10/lb - 39,95/kg

14⁹⁹ /lb

produit d'ici

brochettes de médaillons de pétoncle
choix varié
scallop medallion skewers

1 brochette gratuite à l'achat de 3 brochettes*

* S'applique sur une seule variété sélectionnée à la fois

metrogo!

tournedos de saumon
pavés de saumon, rôti de saumon,
filets de saumon assaisonnés,
choix varié, format économique
saumon tournedos, economic pack
39,66/kg
reg. 15,99/lb - 44,07/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE

17⁹⁹ /lb

produit d'ici

fumoir metro

filet de saumon fumé à chaud artisanal
artisanal smoked salmon
29,44/lb
reg. 10,99/lb - 24,22/kg

6⁴⁹ le 100 g

metrogo!

burgers de saumon Atlantique True North
surgelés, assaisonnés, 568 g
True North Atlantic frozen salmon burgers
reg. 11,99

8⁹⁹

produit d'ici

pain de goberge
format économique
pollock bread, economic pack
reg. 12,99

9⁹⁹

FORMAT ÉCONOMIQUE

filets de poisson High Liner
surgelés, 425-548 g, choix varié
High Liner frozen pan-sear select fish fillets
reg. 20,99

16⁹⁹

produit d'ici

crevettes sauvages d'Argentine
Wild Caught Argentinian Shrimp
Marina Del Rey
surgelées, crues,
16-20 un./lb, 345 g
Marina Del Rey Argentinian frozen wild shrimp
reg. 13,99

11⁹⁹

Inrésistible

SHRIMP CREVETTES
prix spécial
8⁹⁹

7⁹⁹

prix membre

nids d'oignons et crevettes Irrésistible
surgelés, 10 un.
Irrésistible frozen shrimp & onion nests
reg. 9,99

7⁹⁹

Inrésistible

SPRING ROLLS ROLLETS
prix spécial
7⁹⁹

6⁹⁹

prix membre

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

6⁹⁹

metrogo!

salade de simili crabe épice Sriracha
spicy Sriracha
simili crab salad
26,43/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

11⁹⁹ /lb

mélange de goberge et de chair de crabe des neiges
pollock and snow crab meat mix
30,84/kg
reg. 14,99/lb - 33,05/kg

13⁹⁹ /lb

Inrésistible

CRAB CAKES
MARIYLAND STYLE BEIGNETS
IN CRABE

beignets de crabe style maryland Irrésistible
surgelés, 227 g
Irrésistible maryland style crab cakes
reg. 16,99

15⁹⁹

fruits de mer et crevettes 8\$ 9\$ 10\$ 11\$ 12\$

Inrésistible

SHRIMP SKEWERS BROCHETTES

Inrésistible

SHRIMP SKEWERS BROCHETTES

à partir de **8\$**

crevettes ou fruits de mer Irrésistible
surgelés, 300-907 g,
choix varié
Irrésistible shrimp or seafood

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.

sushis et tartare

AKI SUSHI

12 futomakis
8 hosomakis

sushie
20 morceaux
sushis
reg. 24,99

18⁹⁹ +TX

onigiri AkiSushi
2 un., choix varié
Aki Sushi bar Onigiri
reg. 9,99

7⁹⁹ +TX

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

LA CAGE

TARTARE
SAUMON
SALMON

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

11⁹⁹

produit d'ici

SHAKER

TARTARE
BOEUF ROYAL

tartare Shaker
surgelé, boeuf 147 g,
saumon 130 g, tataki de
saumon 15 g, choix varié
Shaker frozen tartare
reg. 13,99

12⁹⁹

FEUILLES D'ALGUES
SEAWEED SHEETS

feuilles d'algues Aki Sushi
27 g
Aki Sushi seaweed sheets

7⁹⁹

AKI SUSHI

RIZ À SUSHI
CALROSE

riz à sushi calrose Aki Sushi
900 g
Aki Sushi calrose sushi rice

8⁹⁹

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

**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



C'EST
EXCLUSIF
ET NOUVEAU!
chez metro

produit
D'ICI



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

citron



cannelle



érable



649

+TX
mini gâteaux
180 g, choix varié
cake
reg. 5,99

P PREMIÈRE MOISSON
L'ART DU VRAI
produit D'ICI

citron et
chocolat blanc



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

à partir de
649

C'EST
NOUVEAU!
chez metro

fraîchement garnis
sur demande



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

15
points

249



danoises
4/80-85 g, choix varié
danishes
reg. 5,99

599



produit
D'ICI

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

499



produit
D'ICI

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

349



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

1099
prix spécial
prix membre
999



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

1199



C'EST
NOUVEAU!
chez metro

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

699



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

35
points

à partir de
599

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

fraîchement tranchée sur demande

pepperoni 88 Roma
min. 88 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 22,260 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
country style or liver pâté
reg. de 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

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
170g
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
cuite, 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
 +TX



printanière

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 assorti
 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
 +TX

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
 +TX

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



produit d'ici

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

599



C'EST NOUVEAU!
avec micro

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

Voir prix en magasin



417



produit d'ici

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

crème Québon
Southeast, Lactantia, Nutrel,
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
239-346 ml, choix varié
Coffee Mate
coffee whitener
reg. 6,99

30 points
549



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, 500-450 g,
4/110-120 g, choix varié
Riviera vegan yogurt
reg. 7,19

30 points
599



colorant à café
Silk
473 ml, crémier à café
450 ml, choix varié
Silk coffee whitener
reg. de 4,29 à 4,39

20 points
329



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

499



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

30 points
599
prix membre
499

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

115 points
2299



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

20 points
399



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

30 points
549



maïs soufflé
Smartfood
150-228 g, Minion
amuse-bouche
125 g, doré 145 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-quesie
Humpty Dumpty
239-295 g, original cheddar
300 g, choix varié
Humpty Dumpty snack
reg. de 4,99 à 4,99

20 points
399



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

20 points
349



cocktail 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,
3/3 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
irrésistible
surgelés, 349-500 g,
Mieux-être
chou frisé haché
300 g, choix varié
irrésistible
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 2,89 à 2,99

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



produit d'ici

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

2⁴⁹



pour votre BBQ

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

2/6⁵⁰ ou **3⁷⁹**



croustilles
Sélection
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
Sélection
44 tranches, 825 g
Selection sliced cheese
reg. 9,99

3⁹⁹



3²⁹

sacs Sélection
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

4⁹⁹



Valeur de **7,28\$**
voir réduction sur reçu de caisse

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

5⁹⁹ **30** points

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

5⁴⁹

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

9⁹⁹ **50** points

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

7⁹⁹

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

4⁹⁹

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

7⁴⁹

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

4⁹⁹ **25** points

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

3⁴⁹

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

7⁹⁹ **40** points

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

15⁹⁹

pastilles pour lave-vaisselle
Powerball Finish
26-28 un., 340 Dry agent de rinçage
479-621 ml, nettoyant pour la
machine 3 un., choix varié
Finish Powerball dishwasher tabs
reg. de 12,49 à 15,99

10⁹⁹ **55** points

eau de javel
Selection
1,8 litre, choix varié
Selection liquid bleach
reg. 5,29

3⁷⁹

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

13⁹⁹ **70** points

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

15⁹⁹

douceurs chocolatées

pastilles de chocolat
Freddo
500-600 g,
choix varié
Freddo
chocolate chips
reg. 21,49

18⁹⁹

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

3⁹⁹

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

3⁹⁹ **20** points

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

4⁹⁹

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

6²⁹ **35** points

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

2⁹⁹ **15** points

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

1⁹⁹

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

4⁶⁹

amandes ou fruits
enrobés de
chocolat
Irresistible
Irresistible amandes
ou fruits enrobés
de chocolat
reg. 7,49

6⁴⁹

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

5⁴⁹

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

3⁷⁹

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

4⁴⁹

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

7⁹⁹

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

6⁹⁹

LES GRANDES BIÈRES
DU MONDE

EMBALLAGE DE 4 OU 6

2/27⁹⁸\$
+ TAXES ET CONSIGNE

PRODUITS SANS ALCOOL INCLUS

Carlsberg BLANC, Carlsberg 1004, Harp, Carlsberg 0, Sapporo BLANC, Sapporo 00.

NOUVEAU

CAISSE DE 12

24⁹⁹\$
+ TAXES ET CONSIGNE

ÉCONOMIE DE 4\$

7% alc./vol.

Crown Royal, Smirnoff Crush Encore.

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.