

m
mon épicier



haché
en magasin
tous les
jours

maigre
5.44
/lb

saucisses de porc
coupe hôtel
sans nitrate
sans sucre ajouté
sans conservateurs
sans colorants artificiels
sans OGM
100% porc
100% viande
100% gras
100% naturel
100% sans OGM
100% sans nitrate
100% sans sucre ajouté
100% sans conservateurs
100% sans colorants artificiels
100% sans OGM

4.99
/lb



boeuf haché maigre
sans nitrate
sans sucre ajouté
sans conservateurs
sans colorants artificiels
sans OGM
100% porc
100% viande
100% gras
100% naturel
100% sans OGM
100% sans nitrate
100% sans sucre ajouté
100% sans conservateurs
100% sans colorants artificiels
100% sans OGM

coupe
hôtel



8.99
/lb



2.99

chopine



champignons blancs
1 lb
100% naturel
100% sans OGM
100% sans nitrate
100% sans sucre ajouté
100% sans conservateurs
100% sans colorants artificiels
100% sans OGM



au choix
1.77



nos plus
**bas prix
de l'année!**

wow
prix
membre
14.99 12.99

MILD MARRLE
CHEDDAR
MARRLE
DOUX

wow
prix
membre
3.99

9.99

St Hubert
B&B

2.99

McCaïn
Superfries

m spécial
appli

les membres moi économisent plus

3.99

2.99

8\$
de rabais

LAROO TRAIL
TORO LOCO

EVOLUTION
GRITE-BLANC

SMOKEY BAY

6.47

4.94

6.44

3.97

siggi's
iögo
Häagen-Dasz
NESCAFÉ
RICHE
Velveeta
Singles

3.99



5\$ de rabais



4.99

10 unités



5.99



2\$ de rabais à l'achat de 2 produits



12 variétés disponibles

14.99



2/7\$ 3.99 par unité



3.99



6.99 40 points



99¢



4.99



obtenez **30%** sur le 2^e produit



2\$ de rabais à l'achat de 2 produits



3.88

c'est le temps du jardinage



5/10\$ 2.49 par unité



15.99 **13.99** pour membre



30% de rabais

18 unités



5⁸⁸

œufs blancs Selection
15 œufs, 400 g, 100% œufs
blancs, sans cholestérol
net. 425 g



5⁹⁹



30 points



250 de rabais
à l'achat de 2 points



35 points



6⁹⁹



2⁴⁹



6⁹⁹



10 points



1⁷⁹



3⁹⁹



2⁹⁹



4⁹⁹



25 points

Choisissez parmi une grande variété de friandises glacées!

achetez une friandise glacée Irresistible sélectionnée et obtenez **40%** de rabais sur la 2^e moins chère



bouteilles canettes



21⁹⁹ 24⁴⁹

bouteilles canettes



45⁹⁹

canettes



36⁴⁹ 39⁹⁹

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

1\$ = 1 point moi

à moi les économies!

Jusqu'au 3 juin 2020

repérez
des offres
partout en
magasin et
en ligne!

15%

10%

jusqu'à

30%

de rabais*



15%
de rabais

pâtes sans gluten
et biologiques
19-24 L/lot ou
quantités équivalentes
kg de L/lot/lot



30%
de rabais

opas de nouilles Annie's
19-24 L/lot ou
quantités équivalentes
kg de L/lot/lot



10%
de rabais

boeuf AAA
Platinum Plus
19-24 L/lot ou
quantités équivalentes
kg de L/lot/lot



15%
de rabais

collection
fumoir
19-24 L/lot ou
quantités équivalentes
kg de L/lot/lot



10%
de rabais

fromage de chèvre
Breveté Artisan
19-24 L/lot ou
quantités équivalentes
kg de L/lot/lot



15%
de rabais

vinaigres et vinaigres
de spécialité
19-24 L/lot ou
quantités équivalentes
kg de L/lot/lot



20%
de rabais

tortillas
Sélection
19-24 L/lot ou
quantités équivalentes
kg de L/lot/lot



20%
de rabais

produits Aldo
19-24 L/lot ou
quantités équivalentes
kg de L/lot/lot

il suffit de présenter sa carte moi à la caisse.

moi

*jusqu'à 30% de rabais sur les produits participants. Certains produits d'appui. Plus de détails sur programmation.

la saison des cerises est commencée

gros fruits

6⁹⁹

gros fruits

au choix

2⁹⁹

810

gros fruits

20 points

4⁶⁹

gros cantaloup

3⁹⁹

2 lb

7⁹⁹

framboises

20 points

3⁹⁹

Cultures chez nous

Engrais dans une application durable. La ferme Cultures de chez nous récolte des délicieuses asperges au Québec avec passion et savoir-faire depuis 1976.

4⁹⁹

asperges

produit 100%

3 unités

5⁹⁹

poivrons couleurs assorties

30 points

3⁶⁹

carottes

produit 100%

gros fruit

1⁹⁹

tomates rouges de serre

20 points

3⁹⁹

5 lb

3⁹⁹

1 lb

4⁹⁹

fraicheur garantie

ou argent remis .10%

la saison **BBQ**

maigre

porc haché maigre
sans os, sans peau
100% porc
5,79/kg
100% porc, 100% gras

—FORMAT
ÉCONOMIQUE

4.44
/lb

recette
burger de
porc à la
caribéenne

cliquez ici



produit
trici

—FORMAT
ÉCONOMIQUE

3.99
/lb

culottes de bœuf
à brochettes
100% bœuf
100% gras
100% viande
100% porc
100% porc
100% porc
100% porc



—FORMAT
ÉCONOMIQUE

11.99
/lb



—FORMAT
ÉCONOMIQUE

12.99
/lb

3-packs français
de hamburgers
100% porc, 100% gras
100% viande
100% porc
100% porc
100% porc



produit
trici

polaires déossées
de poulet de grain
Mince Côte Naturalis
100% poulet
100% poulet
100% poulet
100% poulet
100% poulet

9.99
/lb



assortiment de bœuf
de poulet, de porc
ou de dinde

rabais de
2\$/lb
tout l'été



bœuf
premier qualité
metro

20%
de rabais

préparées en magasin par nos bouchers

miel et
bacon

metrogo!



produit
trici

6.49
/lb

saucisses
de porc frais
au cheddar
style hawaï
100% porc
100% porc
100% porc
100% porc

BangBang



produit
trici

—FORMAT
ÉCONOMIQUE

8.99
/lb

hauts de cuissous de poulet frais
déossés
100% poulet
100% poulet
100% poulet
100% poulet
100% poulet



metrogo!

11.99
/lb

saucisses de bœuf
frais
100% bœuf
100% bœuf
100% bœuf
100% bœuf

—FORMAT
ÉCONOMIQUE



VEAU
DE LAIT
PREMIER

29.99
/lb

escalope de cuissous
de veau de lait
100% veau
100% veau
100% veau
100% veau



4.99
/lb

saucisses de porc
déossées
100% porc
100% porc
100% porc
100% porc

—FORMAT
ÉCONOMIQUE



produit
trici

4.49
/lb

poulet entier frais
100% poulet
100% poulet
100% poulet
100% poulet



produit
trici

4.99
/lb

steak de palette
d'épaule de porc
déossée
100% porc
100% porc
100% porc
100% porc

fraîcheur garantie

ou argent remis .10%

C'EST EXCLUSIF!
chez metro

metro! vous simplifie la vie

 <p>bifteck de flanc de boeuf steakhouse</p> <p>11⁹⁹</p>	 <p>bifteck de flanc de boeuf steakhouse</p> <p>12⁹⁹</p>	 <p>bifteck de hanse de boeuf mexican</p> <p>10⁹⁹</p>
 <p>bifteck d'onglet de boeuf thai</p> <p>8⁹⁹</p>	 <p>macreuse de boeuf style london city</p> <p>8⁹⁹</p>	 <p>boulettes de viande</p> <p>12⁹⁹</p>

2^e gratuit
à l'achat de

MUSAFIR
Burgers de paneeur

MUSAFIR
Butter Chicken Poulet au beurre

C'EST NOUVEAU!
produit d'ici

Valueur de 12,99\$

gratuit
à l'achat de

CHICKEN POULET

Ready Crisp

à l'achat de Bacon Maple Leaf

à partir de 7,99\$

gratuit
à l'achat de

SUNBELLS
Jumbos

SUNBELLS
Jumbos

produit d'ici

Valueur de 9,99\$

3^e à 1\$
à l'achat de

WON TON

produit d'ici

revient à 3/10\$

FAMILLE FONTAINE
FAMILY

une viande locale savoureuse et de confiance. Famille Fontaine est fière d'offrir une viande de qualité qui reflète son savoir-faire et son engagement.

produit d'ici

 <p>bifteck de flanc de boeuf</p> <p>18⁹⁹</p>	 <p>bifteck de boeuf de surtongne</p> <p>12⁹⁹</p>
 <p>steak de boeuf</p> <p>21⁹⁹</p>	 <p>boulette de boeuf</p> <p>17⁹⁹</p>

produit d'ici

LA FERNANDIERE

à partir de 5⁴⁹

5⁹⁹

RICKELS
C'est Exclusif!

viande fumée Rickels

12⁹⁹

15⁹⁹

C'EST EXCLUSIF!

SHAKER

9⁹⁹

PRIME

14⁹⁹

PINTY
16⁹⁹

Pogo
19⁹⁹

fraicheur garantie ou argent remis .10%

c'est la saison
du homard

garantie
**fraîcheur
traçable**
de la pêche à l'aquaculture



13.99

5\$ de rabais
à l'achat d'une caisse
de 12 boîtes Stella
Artois et de homard
élevé en eau douce



300 points

produit d'ici



14.99

recette
de pizza aux
crevettes
nordiques
cliquez ici

produit d'ici

metrogo!



salade de goberge
à la vinaigrette
à l'ail et au citron
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

7.99



filets de doré
européen
marinés à l'ail et au citron
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

12.99

metrogo!



caisse-croûte de la mer
200g, 12 boîtes
19.99 - 14.99

7.99

metrogo!



non pizza aux
fruits de mer ou
au saumon fumé
emballée sous vide
12 boîtes de 40g

5.99



pièces de homard
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

4.49



sections de carapace
des crevettes
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

26.99



portions de poisson
peu gras High Fiber
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

9.99



coquilles de fruits de mer
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

3.99

FORMAT ÉCONOMIQUE

metrogo!

salade de goberge
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

9.99

filets de doré européen
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

9.99

crevettes papillon
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

12.99

portions de poisson
peu gras High Fiber
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

11.99

sections de carapace
des crevettes
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

10.99

Impossible Impossible d'y résister

crevettes blanches du Pacifique
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

11.99

coquilles de fruits de mer
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

8.99

salades croquantes
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

8.99

filets d'épagre et
crevettes impossibles
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

8.99

de la pêche à votre assiette

grande variété

repérez-le

BE LA PÊCHE À VOTRE ASSIETTE

à partir de

14.99

filet de fruits de mer en-ciel
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

15.99

filets de sabalet
La Gasconaise
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

9.99

filets de l'Atlantique Pêcheur
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

14.99

saumon fumé
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

10.99

filet de homard
cuite émincée
12 boîtes de 40g
19.99 - 14.99

5.99

fraîcheur garantie ou argent remis .10%

essayez nos bols poké



12⁹⁹ ^{*TAX}
bols poké
choix varié
reg. de 13,99 à 17,99

- **Grande variété**
- **Équilibrés et gourmands,**
avec garniture généreuse
- **Frais du jour,** préparés
en magasin

9 variétés disponibles :

végé
duo saumons
poulet
crabe-crevettes
crabe
crevettes
thon
légumes tempura
Ebi Yaki

*Offre valide du 19 au 25 février 2020 dans les magasins Metro et Metro Plus participants.

metro.ca

livraison
gratuite



**pour un
temps
limité**

en profiter maintenant

*Certains combis & Appiquant. Offre valide pour les services de livraison standard et Express. Les services de livraison Éclair et M'habille sont vendus à la prestation.

produit
D'ICI

centre jardin c'est la saison du jardinage



SERRES
Mirabel

Les serres Mirabel sont fières de vous fournir une grande variété de produits de haute qualité. Cultivés en serre, leurs produits floraux et végétaux répondent à tous vos besoins.



15⁹⁹
prix membre
13⁹⁹



23⁹⁹ panier victoires coloré



19⁹⁹ fougère suspendue



17⁹⁹



29⁹⁹

patio et balcon

produit
D'ICI



39⁹⁹



19⁹⁹



23⁹⁹

faites-le vous-même

- entretien facile
- exposition mi-soleil / soleil
- arrosage tous les 2-3 jours
- fertilisation toutes les 2 semaines



3⁴⁹



5⁹⁹



9⁹⁹

finest herbes et plants de légumes

produit
D'ICI



2⁹⁹ pot de 4 po

2⁹⁹



17⁹⁹

panier suspendu de tomates ou de fraises

centre jardin c'est la saison du jardinage

plantes tropicales

Yucca cane
H 17 cm
D 10 cm
Poids net 1,5 kg

29⁹⁹

hibiscus
buisson
H 25 cm
D 20 cm
Poids net 1,5 kg

26⁹⁹

hibiscus
sur tige
H 120 cm
D 10 cm
Poids net 1,5 kg

32⁹⁹

plante de
bambou
H 30 cm
D 20 cm
Poids net 1,5 kg

16⁹⁹

hydrangea
en rosette
H 30 cm
D 20 cm
Poids net 1,5 kg

24⁹⁹



XXL

29⁹⁹

pour membre
24⁹⁹

palmeier
majesty XXL
H 120 cm
D 10 cm
Poids net 1,5 kg

- entretien facile
- exposition mi-soleil / soleil
- arrosage tous les jours
- fertilisation toutes les 2 semaines

créez votre jardin de rêve



à partir de
2⁹⁹

c'est le temps du jardinage



Verre Selection
H 25 cm
D 15 cm
Poids net 1,5 kg

5/10\$ 2⁴⁹

3X
les points

3X
les points
sur les produits floraux*

les fraises c'est la vie!

préparée
en
magasin



12⁹⁹

tarte sablée aux fruits
180 g
magasin
12,99 \$

5 variétés



Inévitable

gâteau au
fromage
180 g
magasin
14,99 \$

à partir de
14⁹⁹



7 variétés

sortis du four en magasin!



brûches à
la cannelle
120 g
magasin
2,49 \$

2⁴⁹



chaussons
120 g
magasin
4,49 \$

à partir de
4⁴⁹



croustilles
120 g
magasin
4,79 \$

4⁷⁹

C'EST EXCLUSIF!



muffins
120 g
magasin
4,99 \$

4⁹⁹

C'EST EXCLUSIF!

L'ART DU VRAI produit d'ici

au choix **3⁴⁹** 5 variétés

pain tranché
175 g
magasin
3,49 \$

2^{\$} de rabais à l'achat de 2 pains

5 variétés

pain tranché
175 g
magasin
2,99 \$

St Donat produit d'ici

à partir de **8⁴⁹**

fraîchement garnis sur demande

à partir de **2⁴⁹**

cuit en magasin

468 g

à partir de **3⁴⁹**

Inévitable

à partir de **10⁹⁹**

9⁹⁹

ADONIS produit d'ici

à partir de **1⁹⁹**

produit d'ici

à partir de **3⁹⁹**

produit d'ici

à partir de **5⁴⁹**

fraîcheur garantie ou argent remis .10%

fraîchement tranchée demandez d'y goûter

199 le 500g

249 le 500g

299 le 500g

produit d'ici

produit d'ici

produit d'ici

produit d'ici

GASPÉSIE produit d'ici

599

649

paysan produit d'ici

699

1099

25 points

479 le 100g

799 prix spécial

749 prix membre

produit d'ici

produit d'ici

produit d'ici

produit d'ici

L'ART DU VRAI produit d'ici

299 le 100g

429 le 100g

549

549

1249

799

PREMIERE MOISON

produit d'ici

produit d'ici

produit d'ici

produit d'ici

découvrez nos fromages sans lactose produit d'ici

499

40 points

749

25 points

479 le 100g

1049

1049

8\$

Produit d'ici

Produit d'ici

Produit d'ici

Produit d'ici

Produit d'ici

fraîcheur garantie ou argent remis .10%

metrogo! préparés en magasin

c'est la saison du homard

centrais au fromage et au homard
15,75%

259 le 100 g

399 le 100 g

379 le 100 g

belgots croustillants de homard et sauce crémeuse
18,10%

coquilles farcies au homard
17,90%

CEST NOUVEAU!

la rôtisserie moins chère qu'au resto

au comptoir réchaud

SAUCE BBQ
Bonne & Co
100 g
18,99

499

CEST NOUVEAU!

au comptoir réchaud

saucisses végétales
17%

799

POULET BBQ cuit et chaud
13,99

Bien rôti, vite part!

POULET BBQ

garantie toujours disponible

entre 16h et 20h sur nos produits BBQ sinon obtenez en bon d'achat différé

5\$

repas saucisses italiennes
16%

749

ROMA

FORMAT ÉCONOMIQUE

économisez plus de **10%** en tout temps sur les formats économiques

1 kg

20 po

sandwich glacé
17%

à partir de... 1249

chou frisé, feta et quinoa

salade
17%

239 le 100 g

salade de pâtes à la grecque

repas format économique
16%

3x4 portions per repas

à partir de 229 le 100 g

linguine général tao

BOULETTES DE VEAU À L'ITALIENNE

organisez vos journées

boisson de soya biologique naturel à base de pois chiches
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.99

15 points

Original

jus Oasis
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

2.49

OASIS

produit d'ici

pain sandwich
Énergie
100% farine
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

Mez prix en magasin

jus d'orange réfrigéré
Selection
100% jus d'orange
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

5.49

produit d'ici

yaourt Silk
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

5.99

Silk

produit d'ici

yaourt Actis Original
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.99

Original

crème à tartiner
Crème à tartiner
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.79

produit d'ici

barres aux figues
Nature's Bakery
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

6.99

Nature's Bakery

produit d'ici

lait fermenté
Lait Go
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

1.99

Lait Go

produit d'ici

yaourt à tartiner
Crème à tartiner
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

2.99

TUBES

produit d'ici

yaourt à tartiner
Crème à tartiner
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

13.99 DN

WILLIAM

produit d'ici

barres aux figues
Nature's Bakery
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

7.49

Nature's Bakery

produit d'ici

collation aux pommes
GoGo Squares
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

3.49

GoGo Squares

20 points

lait de coco
Blue Dragon
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

3.49

Blue Dragon

produit d'ici

yaourt à tartiner
Crème à tartiner
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

2/5.50

2.75

Lays

gâteaux au fromage
Pâtis Québec
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.99

Pâtis Québec

produit d'ici

yaourt à tartiner
Crème à tartiner
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

2/5.50

2.75

Lays

crisilles tortilla
biologiques Que Pasa
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.49

Que Pasa

produit d'ici

yaourt à tartiner
Crème à tartiner
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

3.99

SURE

produit d'ici

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

5.99

Mikes

30 points

gâteaux au fromage
Pâtis Québec
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.99

Pâtis Québec

produit d'ici

yaourt à tartiner
Crème à tartiner
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

3.99

SURE

produit d'ici

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

5.99

Mikes

30 points

yaourt à tartiner
Crème à tartiner
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.49

Natrel

produit d'ici

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

7.49

RIO more

produit d'ici

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.49

Natrel

produit d'ici

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.79

Mikes

produit d'ici

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

8.99

Ben's Original

45 points

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

4.29

25 points

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

3.49

20 points

cocktail de légumes V8
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

3.49

V8

produit d'ici

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

1.79

10 points

saucisse pour
pâtisseries
Mikes
à la vanille
sans sucre
sans OGM
sans conservateurs
sans colorants
sans arômes
sans lactose
sans gluten
sans alcool
sans caféine
sans sel

5.49

Pho

produit d'ici

pizza maison

mélange de
vinaigre à pizza
Maison D'opéra
Mélange à vinaigre
à pizza maison
à base de vinaigre
de raisin rouge
et d'herbes fraîches
pour pizza maison
100 g
\$ 1,99



6⁹⁹

produit
d'ici

35
points

huile d'olive
extra vierge
Maison
D'opéra
Huile d'olive
extra vierge
Maison D'opéra
100 g
\$ 1,99

11⁹⁹

60
points



sausage râpé
Sapori
1 kg, 200 g
\$ 17,99

17⁹⁹



pesto
tricolore
100 g
\$ 4,49



4⁴⁹

sauce
à pizza
Gattuso
100 g
\$ 3,29



20
points



grain tout usage
Five Roses
1 kg
\$ 5,99

5⁹⁹



15
points



2⁴⁹



2⁹⁹



tertules
protéines
POM
300 g
\$ 5,99

5⁹⁹



saumon
Dole
100 g
\$ 2,49



2⁴⁹



3⁹⁹



vin rouge, blanc
100 g
\$ 15,99

15⁹⁹



les essentiels

shampooing
Axe
100 g
\$ 5,99



5⁹⁹



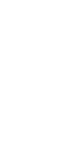
5⁹⁹



chien et chat

nourriture pour chats
Perfect Purinos Whiskas
100 g
\$ 3,33

3/3⁹⁹



lingettes
humides
Huggies
100 g
\$ 3,99



3⁹⁹



14⁹⁹



gâterie pour
chats
Whiskas
Temptations
100 g
\$ 6,99

6⁹⁹



saïon
Listerine
100 g
\$ 9,99



9⁹⁹



5⁹⁹



nourriture pour chats
Whiskas
100 g
\$ 9,49

9⁴⁹



saïon
Incognito
100 g
\$ 4,49



4⁴⁹



12⁹⁹



saïon
Freshlight
100 g
\$ 13,99

13⁹⁹



11⁹⁹



suivez la tendance !

boisson énergisante
Mating
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 2,99



boisson sportive
Bio
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,49



boisson au café
Second Cup
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 2,99



boisson sportive
Maple 3
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,29



boisson
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 1,199



boisson santé
Roar
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 2,99



café infusé à froid
Brust
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 1,199



65 points
boisson énergisante
Juvviva
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 12,99



boisson au café
Trema
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 11,99



boisson énergisante
Starbucks
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 2,99



boisson énergisante
Joyburst
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 10,99



boisson sans sucre
mate libre
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,49



boisson énergisante
Starbucks
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 2,99



boisson protéinée
Core Power
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 4,79



barres glacées
Olaola
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 7,99



boisson énergisante
Enjoy!
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 4,99



boisson énergisante
Fous de l'été
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,29



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,99



boisson énergisante
Enjoy!
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 4,99



boisson énergisante
Fous de l'été
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 8,99



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,29



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,99



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 6,99



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 8,99



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,49



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 1,49



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 6,49



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,99



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,99



boisson énergisante
Comptoir Pommes
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 3,99



mieux choisir
mieux vivre

caisse
pour pâtes
Mieux-être
biologique
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 5,49

2/10\$ 5,49
l'unité

caisse
pour pâtes
Mieux-être
biologique
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 5,49

caisse
pour pâtes
Mieux-être
biologique
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 5,49

caisse
pour pâtes
Mieux-être
biologique
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 5,49

caisse
pour pâtes
Mieux-être
biologique
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 5,49

caisse
pour pâtes
Mieux-être
biologique
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 5,49

caisse
pour pâtes
Mieux-être
biologique
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 5,49

caisse
pour pâtes
Mieux-être
biologique
100% bio
200 ml
12 x 200 ml
\$ 5,49

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

8⁹⁹

soyez prêt pour la course

bubly mini

3⁴⁹

soyez prêt pour la course

produit d'ici

4⁹⁹

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

6⁹⁹

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

23⁹⁹

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

45

2/8⁵⁰

4²⁵

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

1¹¹

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

5⁹⁹

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

3⁴⁹

4⁹⁹

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

145 points

28⁴⁹

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

15 points

2²⁹

soyez prêt pour la course

soyez prêt pour la course

2/6⁵⁰

3⁷⁹

3⁹⁹

soyez prêt pour la course

Barilla

Partenaire Officiel des pâtes de la Formula 1®

1⁹⁹

2⁹⁹

3⁹⁹

soyez prêt pour la course

22⁹⁹\$

6\$

économisé

Heineke

soyez prêt pour la course

21⁹⁹\$

6\$

économisé

BON SECOURS

GRASSEUR DE MONTRÉAL

LAMER IPA

soyez prêt pour la course

34⁹⁹\$

14\$

économisé

Coors Lite

Aspen Ultra

soyez prêt pour la course

À GAGNER[®]
1 DES 10 PRIX DE
125 000
points moi



DANS CHAQUE
BURGER
Y'A RIEN COMME DU
HEINZ
ESTD 1849

pour participer

1

achetez 2
produits Kraft/Heinz
participants

2

présentez
votre carte
moi à la caisse

moi



3

vous êtes
automatiquement
inscrit!

* Pour consulter le règlement complet du concours, rendez-vous sur metro.ca/concours

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

* Tous points sont à échanger dans les magasins participants à partir d'un total de 500 points. Salvo erreur ou omission de Metro Inc.



la saison des points **moi**



BASKIN ROBBINS
Friandises
glacées
4/125 ml



NESTLÉ
Friandises
glacées
9 un.



IÖGO
Yogourt glacé,
barres glacées,
4/80 ml



j'en profite avec mes coupons

plus de points ce printemps !

- ajouter ses coupons sur l'appli Mon Metro, sur la borne en magasin ou sur metro.ca
- acheter un produit participant
- utiliser sa carte **moi** à la caisse ou en ligne

Jusqu'au 3 juin, je récolte plus de points avec mes essentiels du printemps chez

metro



Jean Coutu



Super C



Brunet

KRAFT EXTRA CHEDDAR
Fromage en tranches
14 tranches. 390 g



saison des grillades

Se rassembler autour d'un BBQ, c'est aussi transformer un repas en fête tout en savourant des produits de qualité dans une ambiance décontractée.

DIANA
Sauce 500 ml



HEINZ
Trio de condiments
3/375 ml



OLYMEL
Côtes de dos de porc, env. 880 g



OLYMEL
1/3 flanc de porc sans peau
en dés, env. 2,09 kg



OLYMEL
Tiers de longe de porc désossée,
env. 1,6 kg





LACTALIS
LACTALIS

Mondelēz
International

prêts pour le pique-nique ?

Ajoutez une touche simple et partageable à vos pique-niques: fromages savoureux et craquelins, parfaits pour les petites mains, les grandes faims et tout le monde entre les deux.

PTIT QUÉBEC
Fromage râpé 320 g,
CRACKER BARREL
250-320 g



BLACK DIAMOND
Fromage 400 g
PTIT QUÉBEC
400 g



RITZ CHRISTIE
Mini craquelins
180-226 g



CADBURY
Biscuits 114 g



FICELLO
Bâtonnets
de fromage
336 g



plus de points ce printemps

- ajouter ses coupons sur l'appli Mon Metro, sur la borne en magasin ou sur metro.ca
- acheter un produit participant
- utiliser sa carte **moi** à la caisse ou en ligne

BUBLY, MONTELLIER
Canettes 12/355 ml,
consigne



PEPSI
Bouteilles 6/710 ml,
consigne



GATORADE
Bouteilles 24/710 ml,
consigne



HEINEKEN
Baril 5 L,
consigne



ARIZONA
Canettes 6/355 ml,
consigne



MOLSON
Canettes 24/355 ml,
consigne



l'art de recevoir en plein air

Que ce soit pour un souper entre amis ou une soirée festive, trouvez les essentiels pour recevoir avec style. Des produits parfaits pour accompagner vos célébrations.