

Super C #1 meilleur rapport qualité-prix

3 jours

jeudi | vendredi | samedi

café instantané
Maxwell House



wow!
3.97

reste de la semaine 5,47

le **bon coût**
de vos vacances

prix membre moi

1.49

prix réduit

1.99



prix membre moi

7.99

prix réduit

8.99



prix membre moi

2.49

prix réduit

2.99



prix membre moi

4.77

prix réduit

5.49



prix membre moi

3.33

prix réduit

3.75



mardi seulement
14.99

chopine



61% d'économies

1.95



61% d'économies

1.95



56% d'économies

78¢



51% d'économies

49¢



52% d'économies

1.67



39% d'économies

2.44

prix minimum permis par la loi



30.66



54% d'économies

9.88



45% d'économies

2.95



32% d'économies

6.77



4.77



39% d'économies

3.97



2.77

le bon coût de vos vacances



le meilleur rapport qualité-prix pour les fruits et légumes*

manque miel
(ataulfo)
produit du Mexique, 10 lb
poids net
\$ 1,79

78¢

fraises
produit du Québec,
Canada No. 1, 1.75 lb en
alternatives

3.99

laitue en
feuilles rouges
ou vertes,
laitue romaine
ou laitue
iceberg
produit du Québec, 10 lb
poids net, laitue romaine et
iceberg en 10 lb
\$ 1,79

1.99

radis en feuilles ou
oignons verts ou
fines herbes
produit du Québec,
chou blanc
Bonne à croquer ou grande variété
de fines herbes
\$ 1,49 à 1,99
\$ 1,49 à 1,99

1.49

poivrons rouges, orange
ou jaunes de serre
produit du Canada et des États-Unis
\$ 1,49 à 1,99
\$ 1,49 à 1,99

2.99
/lb

prix membre plus

3.99

prix réduit

4.49

potatoes de terre
The Little Potato Company
produit du Canada, 4 lb 10 oz, 10 lb
The Little Potato Company, 10 lb
\$ 4,99

99¢
/lb

2.49
/lb

99¢
/lb

1.99
sac 2 lb

2.99
/lb

3.99
/lb

2.49
/lb

2.44
/lb

2.98
/lb

4.99
sac 2 lb

2.99
/lb

2.49
/lb

4.99
/lb

2.99
/lb

2.99
/lb

6.99
/lb

laitues à super prix

poisson GoodLeaf
salade à la tomate, 30 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



prix membre moi

3⁹⁹

prix réduit

4⁴⁹

salade Folia
poisson de l'océan et tomates, 200 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



prix membre moi

3⁹⁹

prix réduit

4⁴⁹

salade Attitude
poisson de l'océan et tomates, 150 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



4⁹⁹

mélange à salade Dole
poisson de l'océan et tomates, 200 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



3⁹⁹

mélange de laitues GoodLeaf
poisson de l'océan et tomates, 150 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



4⁹⁹

salade Attitude biologique
poisson de l'océan et tomates, 150 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



5⁹⁹

mélange de laitue avec garnitures Attitude
poisson de l'océan et tomates, 150 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



6⁷⁹

salade biologique Attitude
poisson de l'océan et tomates, 150 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



7⁹⁹

mélange à salade Dole
poisson de l'océan et tomates, 200 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



40 points

6⁴⁹

salade Attitude
poisson de l'océan et tomates, 150 g
100% légumes
sans sel ajouté
sans conservateur
sans OGM



40 points

6⁹⁹

tofu et végé à super prix



2⁹⁹

sans viande hachée original blé + soja
préparé au Canada, 200 g
à la sauce marinée original
mg. 1,29



4⁹⁹

succédané de bœuf blé + soja
préparé au Canada, 300 g
à la sauce marinée
mg. 1,39

tofu mou Sunrise
100 g, extra ferme
préparé au Canada, 100 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

1⁹⁹



tofu Sunrise,
extra ferme
100 g, extra ferme
préparé au Canada, 100 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

2⁹⁹



tofu
Fontaine Santé
100 g, extra ferme
préparé au Canada,
100 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

3⁹⁹



tofu biologique
Soygonic
100 g, extra ferme
préparé au Canada,
100 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

3⁹⁹



tofu Unisoja
100 g, extra ferme
préparé au Canada,
100 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

3⁴⁹



tofu Unisoja
100 g, extra ferme
préparé au Canada,
100 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

3⁹⁹



4⁹⁹

barre de safran
pizzaroni au safran
affiné au Canada
Gusta
préparé au Canada, 200 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

tranches Gusta
préparé au Canada,
100 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

5⁴⁹



saucisse safran
de soja Epik
préparé au Canada, 200 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

6⁹⁹



tofu Unisoja
100 g, extra ferme
préparé au Canada,
100 g
à la sauce marinée
mg. 1,29

7⁴⁹





**nos viandes fraîches sont coupées
en magasin par nos super bouchers**



**toujours
à bas prix**

6⁹⁹
/lb

côte de dos de porc frais
viande déossée
très bon goût, très tendre
15,41 kg



**toujours
à bas prix**

7⁴⁹
/lb

boeuf haché maigre
viande déossée
très bon goût, très tendre
15,41 kg



biftecks sandwich
viande déossée
très bon goût, très tendre
25,43 kg

11⁹⁹
/lb

risi de longe
de porc frais
déossé
viande déossée
très bon goût, très tendre
8,85 kg

3⁹⁹
/lb



poulets entiers frais
100% viande de poulet
très bon goût, très tendre
7,66 kg

3⁴⁹
/lb

halal 3⁹⁹
/lb



11⁹⁹
/lb

filets d'aiglefin
frais
très bon goût, très tendre
25,43 kg



8⁹⁹
/lb



7⁹⁹
/lb



5⁹⁹
/lb



11⁹⁹
/lb



11⁹⁹
/lb



9⁹⁹
/lb



5⁹⁹
/lb



5⁹⁹
/lb



5⁹⁹
/lb



7⁹⁹
/lb



6⁹⁹
/lb



7⁹⁹
/lb



19⁹⁹
/lb



8⁹⁹
/lb



9⁹⁹
/lb



9⁹⁹
/lb

super prêts- à-cuire

préparés en magasin

côtelettes de porc style
hôtel miel et bacon

normal découpe
hôtel style honey and bacon
pork chops, honey pack
11,41/kg

toujours
à bas prix

6⁹⁹
/lb

miel et
bacon

tranches de surlonge de
porc frais désossées
érable chipotle

normal découpe
maple chipotle boneless fresh pork
cubed steaks, maple pack
9,95/kg
rép. 4,97/kg - 11,04/kg

50%
d'économie
4⁴⁹
/lb

érable
chipotle

brochettes
de crevettes
miel et ail

8 crevettes par stick
honey garlic shrimp
skewers

toujours
à bas prix

12^{\$}

miel et ail

filet de saumon frais
érable chipotle

tranché saumon saumon fillet
33,06/kg

toujours
à bas prix

14⁹⁹
/lb

érable-chipotle

bištecks français
BBQ asiatique

steak 80/20 french steaks
28,64/kg
rép. 14,31/lb - 21,21/kg

117%
d'économie
12⁹⁹
/lb

BBQ
asiatique

hauts de cuisse de poulet
frais shish taouk

chicken, sans peau, sans os
chicken thighs, boneless, skinless
19,82/kg

toujours
à bas prix

8⁹⁹
/lb

shish taouk

brochettes de bœuf au
de poulet marinées

normal découpe
beef or chicken marinated skewers,
marinade pack
22,02/kg

toujours
à bas prix

9⁹⁹
/lb

poitrine de poulet
à la dijonnaise

spiced, sans peau
dijon chicken breast
18,72/kg

toujours
à bas prix

8⁴⁹
/lb

dijonnaise

plus de 1000 prix réduits en magasin



165

plat d'accompagnement
Sidekicks Knorr
100-110 g, chapeau
herbe déshydratée avec ail
reg. 5,29



lait au chocolat
Québon
Chocolat, 1 L, 40% cacao
Québon déshydraté avec
reg. 99,250 à 2,16

prix membre non

199

produit 100%

225



369

yogourt grec Oikos Danone
410-500 g, sans sucre
Danone Oikos grec yogurt
reg. 4,39

tartinade Double
Fruit Smucker's
375-500 mL, La Vie d'Émile
avec 2,2% de sucre avec
Smucker's Double Fruit spread
reg. 59,99 à 2,49

549



299

lait au chocolat
Baskin-Robbins
200-250 mL, sans sucre
Baskin-Robbins lait au chocolat
reg. 1,99



249



1099

smoothie à base
de fruit
Yop
200-250 mL, sans sucre
Yop smoothie à base de fruit
reg. 11,49



299



799

la glace Fuze
200-250 mL, sans sucre
Fuze la glace
reg. 1,99



599

bonbons
Pâtisseries d'ours
Bear Paws
200-250 g, sans sucre
Bear Paws bonbons
reg. 5,99



1299

café
Starbucks
200-250 mL, sans sucre
Starbucks café
reg. 12,99



399

cereal
Clover Leaf
200-250 g, sans sucre
Clover Leaf cereal
reg. 3,99

biologique et naturel



399



399



279



1299



599



399



199



399

plus de 1000 prix réduits en magasin

barres tendres protéines Val Nature
40 g, collation aux fruits
avec céréales et protéines
22 g, barres protéines 100% vég.
C'est 112 g, 100% vég.
sans sucre ajouté (sans sel)
mg. de 1.49 à 1.79

2.99

Fruitsations
VAL NATURE
PROTÉINES
ARACHIDES
BANANES
CHOCOLAT NOIR

cocktail Clamato Mott's
1.2 L, 100% vég., tomates
et oignons de mer
mg. 4.49

3.49

CLAMATO
The Original
Tomato-Oyster Sauce

céréales Kellogg's
formes et saveurs
Kellogg's cereal
mg. de 1.15 à 1.49

MINI-WHEATS
ORIGINE
3.99

4.49

SPECIAL K
Savies rouges
Faites de grains entiers - Source de fibres
mg. de 1.15 à 1.49

à l'achat de 100\$
de cartes prépayées
Vanilla[®] Visa[®] et Mastercard[®]

obtenez
une carte-cadeau
Super C de **15\$**

TOWN HOUSE
RECETO-VERSO
2.49

2.49

Clapnettes
TOWN HOUSE
KELLOGG
mg. de 1.15 à 1.49

M&M'S
4.99

4.99

Random
M&M'S
mg. de 1.15 à 1.49

Minute Rice
Long Grain White
Rice - 5 min. cook
4.49

4.49

Minute Rice
Long Grain White
Rice - 5 min. cook
mg. de 1.15 à 1.49

Quick Healthy Choice
mg. de 1.15 à 1.49

3.99

Quick Healthy Choice
mg. de 1.15 à 1.49

Fakes
2.79

2.79

classe en Fakes
mg. de 1.15 à 1.49

SOUR PATCH
2.69

2.69

Random
mg. de 1.15 à 1.49

Inevitable
6.49

6.49

Inevitable
mg. de 1.15 à 1.49

9.99

9.99

9.99

boulangerie

Tia Rosa
3.99

3.99

Tia Rosa
mg. de 1.15 à 1.49

Bagels
2.29

2.29

Bagels
mg. de 1.15 à 1.49

SUN-MUI
3.99

3.99

SUN-MUI
mg. de 1.15 à 1.49

ADONIS
6.99

6.99

ADONIS
mg. de 1.15 à 1.49

Inevitable
10.99

10.99

Inevitable
mg. de 1.15 à 1.49

cuits en magasin
3.99

3.99

cuits en magasin
mg. de 1.15 à 1.49

le bon coût pour vos vacances

mayonnaise
Hellmann's
750-900 ml (30.4 oz)
réfrigérée - expiration
sept. 5, 2016

5⁹⁵



3⁷⁵

eau de source
naturelle Selection
18.75 L (5 gal)
Distribution actualisée 2016



9⁹⁹

bière désalcoolisée
Selection
300 ml (10.1 fl. oz.)
sans alcool
Distribution actualisée 2016



21⁹⁹

bière Archibald,
Brasseur de Montréal, Unibroue
330 ml (11.2 fl. oz.)
Distribution actualisée 2016



40
points
6⁹⁷



7⁹⁵

Barbara Selection
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016



3⁹⁹



4⁹⁹

serviettes de table
Selection Eco
2000 (500 x 500 mm)
Distribution actualisée 2016



2⁹⁹



3²⁹

Barbara Selection
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016



19⁹⁹

Orville's Popcorn
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016



12⁹⁹

Orville's Popcorn
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016



25
points
3⁹⁹



5⁹⁹

Barbara Selection
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016



6⁹⁹

Orville's Popcorn
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016



9⁹⁹

Orville's Popcorn
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016



7⁹⁹



8⁹⁹

Barbara Selection
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016



9⁴⁹

Orville's Popcorn
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016



9⁹⁹

Orville's Popcorn
300 g (10.6 oz)
Distribution actualisée 2016

moi

j'économise
sur mes
produits et
j'accumule
des points

des tonnes de points sur plus de
400 produits partout en magasin



100
points

boisson sportive Gatorade
24 x 500 ml, 4 saveurs
caramélisé sport 0% de sucre

23⁹⁹



45
points

sangria DMI Sangria
Bouteille 1,5 L, 4 saveurs
DMI Sangria sans sucre

7⁹⁹



35
points

fermeture traditionnelle Lactantia
400 g
Lactantia traditionnelle sans sucre

5⁴⁹



15
points

mélange à gâteau Betty Crocker
SuperMoist
2147 g, 3 saveurs
Betty Crocker sans sucre

1⁹⁹



40
points

pizza 100% farine Giusep
250 g, 10 saveurs
Giusep sans sucre

6⁴⁹



20
points

Twizzlers twists Hershey's
100 g, 10 saveurs
Twizzlers sans sucre

2⁹⁹



100
points

céréales Cheerios
General Mills
100 g, 10 saveurs
Cheerios sans sucre

9⁹⁹



25
points

pain français
Bon Matin
400 g, 10 saveurs
Bon Matin sans sucre

1⁴⁰



20
points

recette Hamburger Helper
Betty Crocker
250 g, 10 saveurs
Betty Crocker sans sucre

2⁹⁹



15
points

pâte réfrigérée Pillsbury
100 g, 10 saveurs
Pillsbury sans sucre

1⁹⁹



25
points

yaourt à boire ioco Nano
100 g, 10 saveurs
ioco sans sucre

3²⁹



100
points

serviettes hygiéniques Always
200 g, 10 saveurs
Always sans sucre

10⁹⁹



20
points

glace à gâteau
Betty Crocker
250 g, 10 saveurs
Betty Crocker sans sucre

2⁴⁹



25
points

bonbons Cadbury
100 g, 10 saveurs
Cadbury sans sucre

3⁹⁹



100
points

boisson au vin
Keep Calm
100 g, 10 saveurs
Keep Calm sans sucre

9⁹⁹



25
points

dentifrice Colgate
MaxFresh
100 g, 10 saveurs
Colgate sans sucre

3⁹⁹



25
points

saumon style pizza
Unico
100 g, 10 saveurs
Unico sans sucre

3⁹⁹



100
points

saucisses italiennes
Marscapone
100 g, 10 saveurs
Marscapone sans sucre

14⁹⁹



50
points

fromage Boursin
100 g, 10 saveurs
Boursin sans sucre

8⁹⁹



100
points

filet de poisson
Morue
100 g, 10 saveurs
Morue sans sucre

13⁹⁹

je repère les étiquettes
des offres exclusives
en magasin



format écono

toujours à bas prix

tout
pour vos
sandwichs



300 g
8\$

duo de charcuteries
Le Petit Charcutier
jambon blanc à l'ancienne, 100 g de porc de
choix cuit, 100 g
The Deli Shop and cold cuts deli



600 g
8\$

bologna
Le Petit Charcutier
600 g, chose sans
The Deli Shop bologna



2 x 175 g
8\$

jambon fumé
Le Petit Charcutier
2 x 175 g, chose sans
The Deli Shop jambon fumé



600 g
8\$

jambon cuit haché
Le Petit Charcutier
600 g
The Deli Shop
chopped cooked ham



400 g
8\$

salami
Le Petit Charcutier
400 g
The Deli Shop salami



600 g
8\$

pain de viande
simili-poulet
Le Petit Charcutier
600 g
The Deli Shop
chicken breast meat loaf



2 x 375 g
12\$

pepperoni tranché
Selection
2 x 750 g
chopped pepperoni
diced pepperoni



3 x 175 g
13\$

Revient à 4,33\$
le paquet de 175 g

jambon fumé forêt noire
Selection
3 x 175 g
Selection black forest smoked ham



2 x 150 g
8\$

mortadelle
classique
irrésistible
2 x 750 g
irresistible classic mortadella



2 x 100 g
10\$

prosciutto classique
irrésistible
2 x 100 g
irresistible classic prosciutto



2 x 125 g
8\$

capicola
irrésistible Artisan
2 x 125 g
irresistible artisan capicola



2 x 100 g
8\$

salami avec prosciutto
classique irrésistible
à l'ancienne, 2 x 100 g
irresistible classic prosciutto salami

Mille et une façons de créer vos

sandwichs

avec nos variétés de pain



Super C

#1
bas prix
détaillants
alimentaires
d'escompte

WOW
2026

WOW
Imaginée par Léger

Super C se classe premier pour la compétitivité des prix parmi les détaillants alimentaires d'escompte au Québec d'après l'étude WOW expérience client en magasin Québec 2026 réalisée par Léger auprès de 16 000 répondants du 25 septembre au 10 novembre 2025.



plein de noix à super prix

mélange de noix
insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g



prix membre moi
8⁹⁹

prix réduit
9⁴⁹

mélange chocolat fruits et noix
ou mélange de noix insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g



prix membre moi
14⁹⁹

prix réduit
16⁹⁹

pacanes
naturelles
sèches
insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g



+TX
10⁹⁹

graines de
courgette rôties
sèches insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g



+TX
3⁹⁹

noix de
Grenoble
moulées et
morcées
insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g



+TX
7⁹⁹

amandes
naturelles
sèches
insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g



+TX
7⁹⁹

amandes
insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g



+TX
9⁹⁹

noix de
cayenne
sèches
insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g



+TX
9⁹⁹



+TX
6⁹⁹

arachides insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g



+TX
6⁹⁹

pistaches insécable
100 g, 200 g, 500 g, 1 kg
insécable Super Value
100 g, 200 g

concours*
jusqu'au 29 juillet

mes marques à moi

total de
20
millions
de points
à gagner

participer en achetant
3 produits de ces marques

Selection

Irresistible

Personnelle



détails sur programmemoi.ca

metro

Jean Coutu

Super C

Brunet

*Pour acheter jusqu'à 3 produits de ces marques, vous devez être membre du programme Moi. Du 2 au 29 juillet 2026.
Prix, heures d'ouverture et lieux de vente peuvent varier en fonction du magasin. Voir détails sur programmemoi.ca. Métro est une marque de commerce de Metro Inc.

Prix en vigueur du jeudi 16 juillet au mercredi 22 juillet 2026. *Nos clients nous ont élu no.1 pour le rapport qualité/prix pour les fruits et légumes et pour la viande, parmi les grands supermarchés d'alimentation au Québec. Sondage Web réalisé par Sonar auprès des responsables des achats alimentaires au Québec du 30 mai 2024 au 28 mai 2025. Voir détails sur super.ca. Les prix réguliers peuvent varier dans le temps et selon le magasin. Pas de vente aux marchands. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. 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, designs et typographies employées par les différents annonceurs et fournisseurs de produits. Le texte prévaut en tout temps. Voir heures d'ouverture en magasin. La circulaire affichée sur super.ca prévaut sur les circulaires affichées sur des sites externes. Certaines conditions s'appliquent. Points de base non disponibles chez Super C. Points bonus et autres avantages disponibles dans les magasins Super C participants. Points échangeables dans les magasins participants à partir d'un solde de 500 points (valeur de 4\$). Voir programmemoi.ca pour connaître les conditions. moi est une marque de commerce de Metro Inc. **18 ans et plus en vigueur dans les établissements Super C du Québec du jeudi 16 juillet au mercredi 22 juillet 2026, ou jusqu'à épuisement des checks selon la première des éventualités. Offre applicable à l'achat d'une (1) caisse de 48 canettes de bière Labatt Budweiser, Bud Light, Michelob Ultra. Le montant équivalent des taxes et de la consignation sera crédité sur le total de la facture. La fixation du prix de vente au détail est du ressort exclusif du détaillant qui doit respecter le prix minimum établi par la loi. Certains produits peuvent faire l'objet d'une réaffectation imposée par les municipalités. Détails en magasin et en ligne. 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.

Prices valid from Thursday, July 16th to Wednesday, July 22nd 2026. Regular prices may vary in time and by store. No sale to retailers. We reserve the right to limit quantities. 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 and typography used by the various advertisers and product suppliers. The text prevails at all times. See opening hours in store. The displayed flyer on super.ca prevails on the flyers displayed on external websites. Certain conditions apply. Base points not available at Super C. Bonus points and other benefits are available at participating Super C stores. Points are redeemable at participating stores with a balance of 500 points (a \$4 value). Visit programmemoi.ca for terms and conditions. moi is a trademark of Metro Inc. Some products may be subject to a reassignment imposed by the municipalities. Details in store and online. 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.