

TOUS LES PRIX SONT EN VIGUEUR DU JEUDI 8 OCTOBRE AU MERCREDI 14 OCTOBRE 2026, SAUF INDICATION CONTRAIRE.
VOIR L'HORAIRE DES JOURS FÉRIÉS DE NOS MAGASINS.

PRIX INCROYABLE



Rôti de bœuf braisé cuit lentement

PRIX INCROYABLE



Poitrines de poulet désossées et sans peau



Assortiment de hors-d'œuvre à l'asiatique



Barres Nanaïmo



Couronne de crevettes

RÉGALEZ TOUT LE MONDE À MOINDRE COÛT

DONNE 6 À 8 PORTIONS



Cigares au chou



Lasagne à la viande de luxe



Pâté chinois style maison

BONNE ACTION DE GRÂCE!



rabais de 5^{\$}
24⁹⁹ 29⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre



875 g

Rôti de poitrine de dindon



rabais de 2^{\$}
14⁹⁹ 16⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Aussi disponible
 Pommes de terre
 au gratin suprêmes
 227 g
 Membre
 Récompenses :
 4,99^{\$} rabais de 1^{\$}
 Non-membre :
 Prix rég. 5,99^{\$}

907 g

Pommes de terre
 au gratin suprêmes



rabais de 1^{\$}
8⁹⁹ 9⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

NOUVEAU!

POUR UN TEMPS LIMITE

400 g

Repas de dinde

INCONTOURNABLES DES SOUPERS DE POULET



rabais de 1^{\$}
3⁹⁹ 4⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Suisse

114 g | CHOIX DE 2 VARIÉTÉS

POULET BISTRO^{MD}



rabais de 1^{\$}
3⁹⁹ 4⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Parmesan

142 g | CHOIX DE 4 VARIÉTÉS

Poulet farci et pané

ÉCONOMISEZ POUR LA SAISON DES SOUPES



rabais de 1^{\$}
5⁹⁹ 6⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Soupes

255 g - 400 mL

Wonton

A l'oignon gratinée

Brocoli et
 cheddar

Pommes
 de terre
 campagnarde

Tomates et
 fromage grillé

PARFAITS POUR RECEVOIR

rabais de 2^s

9⁹⁹ 11⁹⁹

Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Aussi disponible
Champignons
frits en pâte 300 g
Membre Récompenses :
12,99⁹⁹ rabais de 2^s
Non-membre :
Prix rég. 14,99⁹⁹



10-12 UNITÉS | 390 g

Cornichons frits en pâte

rabais de 2^s

9⁹⁹ 11⁹⁹

Membre Récompenses Prix rég. Non-membre



26-28 UNITÉS | 500 g

Friands

rabais de 2^s

9⁹⁹ 11⁹⁹

Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Aussi disponible
Mini-quiches
classiques
à la française
16 UNITÉS 340 g
Membre Récompenses :
9,99⁹⁹ rabais de 2^s
Non-membre :
Prix rég. 11,99⁹⁹



16 UNITÉS | 340 g

Mini-quiches florentines

rabais de 1^s

10⁹⁹ 11⁹⁹

Membre Récompenses Prix rég. Non-membre



6 UNITÉS | 318 g

Pelures de pommes
de terre farcies

rabais de 1^s

11⁹⁹ 12⁹⁹

Membre Récompenses Prix rég. Non-membre



680 g

Poulet popcorn

rabais de 1^s

11⁹⁹ 12⁹⁹

Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Aussi disponible
Jalapeños farcis
de fromage à la
crème et de cheddar
10-13 UNITÉS 360 g
Membre Récompenses :
11,99⁹⁹ rabais de 1^s
Non-membre :
Prix rég. 12,99⁹⁹



10-13 UNITÉS | 360 g

Jalapeños farcis de
fromage à la crème

rabais de 2^s

12⁹⁹ 14⁹⁹

Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Aussi disponible
Bâtonnets
de fromages
aux jalapeños
13-16 UNITÉS 454 g
Membre Récompenses :
12,99⁹⁹ rabais de 2^s
Non-membre :
Prix rég. 14,99⁹⁹



15-21 UNITÉS | 454 g

Bâtonnets de mozzarella

rabais de 2^s

12⁹⁹ 14⁹⁹

Membre Récompenses Prix rég. Non-membre



280 g

Fromage en grains pané

rabais de 1^s

5⁹⁹ 6⁹⁹

Membre Récompenses Prix rég. Non-membre



250 g

Trempepette aux épinards,
aux artichauts et au fromage

REPAS SOLO SIGNATURE

rabais de 1^{er}
8⁹⁹ chacun
 Membre Récompenses
9⁹⁹ chacun
 Prix rég. Non-membre



400 g

Poulet carbonara



400 g

Dumplings au poulet et nouilles



400 g

Nouilles au bœuf à la coréenne



400 g

Poulet et riz à la méditerranéenne



400 g

Bol de burrito au poulet



400 g

Saucisse à l'italienne et penne



NOUVEAU!

417 g

Nouilles ramen au poulet et au gingembre



NOUVEAU!

417 g

Nouilles ramen au porc chashu

METS CUISINÉS SIGNATURE

rabais de 2^{es}
17⁹⁹ chacun
 Membre Récompenses
19⁹⁹ chacun
 Prix rég. Non-membre



1,02 kg

Coquilles de pâtes farcies

Aussi disponible
 Poivrons farcis supérieurs
 4 POIVRONS 907 g
 Membre Récompenses :
 17,99⁹⁹ rabais de 2^{es}
 Non-membre :
 Prix rég. 19,99⁹⁹



850 g

Pappardelles au bœuf braisé



907 g

Casserole de pérogies garnis



DE RETOUR!

850 g

Ragoût de bœuf classique



907 g

Gratin de ravioli à la courge musquée



300 g

Pâté chinois style maison

REPAS SOLO

rabais de 1\$

5.99

chacun

Membre
Récompenses

6.99

chacun

Prix rég.
Non-membre



300 g

Cigares au chou



340 g

Lasagne



300 g

Macaroni au fromage



280 g

Ragoût de bœuf
classique



340 g

Lasagne au poulet
crémeuse



300 g

Tortellini aux
six fromages



300 g

Casserole de pâtes
aux trois fromages



300 g

Casserole au thon
style maison



300 g

Spaghetti à la
bolognaise



300 g

Fettuccine Alfredo

Aussi disponibles :

- Poulet teriyaki 300 g • Poulet au beurre 300 g • Pâtes aux crevettes et aux pétoncles 300 g
- Pad thaï au poulet 300 g • Nouilles au bœuf style Shanghai 275 g • Linguine au poulet et au parmesan 275 g
- Nouilles au poulet et au sésame 300 g • Cannelloni au fromage et aux épinards 300 g • Chili au bœuf 300 g
- **NOUVEAU** ! Chana masala et riz 300 g • Nouilles japchae au sésame 300 g

Membre Récompenses : 5,99\$ chacun rabais de 1\$ Non-membre : Prix rég. 6,99\$ chacun

BOULETTES DE VIANDE À VOTRE FAÇON



rabais de 5^{\$}
12⁹⁹ 17⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

78-83 UNITÉS | 750 g

Boulettes de dinde



rabais de 5^{\$}
12⁹⁹ 17⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

89-95 UNITÉS | 907 g

Boulettes de bœuf
à l'italienne

Aussi disponible
Boulettes de bœuf
à l'italienne
130-140 UNITÉS
1,36 kg
Membre
Récompenses :
19,99^{\$} rabais de 5^{\$}
Non-membre :
Prix rég. 24,99^{\$}



rabais de 5^{\$}
14⁹⁹ 19⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

60-70 UNITÉS | 907 g

Boulettes de surlonge
de bœuf



TOUJOURS UNE BELLE PRISE !



rabais de 1^{\$}
11⁹⁹ 12⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

14 UNITÉS | 252 g

Bouchées de macaroni au fromage
et de homard



rabais de 2^{\$}
12⁹⁹ 14⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

16-19 CREVETTES | 340 g

Crevettes géantes à la noix de coco



rabais de 2^{\$}
17⁹⁹ 19⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

12 UNITÉS | 276 g

Bouchées de crevettes
farciées de homard



rabais de 1^{\$}
11⁹⁹ 12⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

13-15 CREVETTES | 340 g

Crevettes tempura

Sauce
incluse

SOUPER PRÊT EN 20 MINUTES

TROUSSES DE REPAS



rabais de 2^s
19⁹⁹ 21⁹⁹
 Membre Récompenses
 Prix rég. Non-membre

907 g

Poulet et pâtes avec
sauce rosée crémeuse



rabais de 2^s
19⁹⁹ 21⁹⁹
 Membre Récompenses
 Prix rég. Non-membre

840 g

Sauté de poulet



rabais de 2^s
19⁹⁹ 21⁹⁹
 Membre Récompenses
 Prix rég. Non-membre

907 g

Poulet aux fines herbes citronnées
et pâtes



rabais de 2^s
19⁹⁹ 21⁹⁹
 Membre Récompenses
 Prix rég. Non-membre

907 g

Bœuf lo mein

Aussi disponible
Bœuf teriyaki
907 g
Membre Récompenses :
19,99\$ rabais de 2^s
Non-membre :
Prix rég. 21,99\$



rabais de 2^s
19⁹⁹ 21⁹⁹
 Membre Récompenses
 Prix rég. Non-membre

NOUVEAU!



907 g

Fettuccine Alfredo aux crevettes



rabais de 2^s
19⁹⁹ 21⁹⁹
 Membre Récompenses
 Prix rég. Non-membre

907 g

Pâtes crémeuses au poulet à la toscane

Aussi disponible
Poulet au parmesan
et spaghetti 907 g
Membre Récompenses :
19,99\$ rabais de 2^s
Non-membre :
Prix rég. 21,99\$



rabais de 2^s
22⁹⁹ 24⁹⁹
 Membre Récompenses
 Prix rég. Non-membre

1,05 kg

Fajitas au poulet



rabais de 2^s
22⁹⁹ 24⁹⁹
 Membre Récompenses
 Prix rég. Non-membre

907 g

Bœuf Stroganov

PLUS DE 35 PRODUITS SANS GLUTEN



rabais de 2^s
17⁹⁹ 19⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

4-5 UNITÉS | 400 g

Morue panée et assaisonnée



rabais de 2^s
17⁹⁹ 19⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

454 g

Crevettes au panko



rabais de 2^s
24⁹⁹ 26⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

15 BROCHETTES | 360 g

Brochettes de bœuf et de bacon



rabais de 2^s
17⁹⁹ 19⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

675 g

Assortiment de barres de dessert



rabais de 2^s
17⁹⁹ 19⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

850 g

Assortiment pour amoureux de chocolat

TOUT EST MEILLEUR AVEC DU BACON



rabais de 3^s
29⁹⁹ 32⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

4 BIFTECKS x 142 g/5 oz

Biftecks de haut de surlonge bardés de bacon



rabais de 2^s
12⁹⁹ 14⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

12 UNITÉS | 255 g

Jalapeños farcis bardés de bacon



rabais de 2^s
17⁹⁹ 19⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

9-13 UNITÉS | 300 g

Médallions de pétoncles bardés de bacon



rabais de 2^s
24⁹⁹ 26⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

14 UNITÉS | 238 g

Bouchées de filet de poulet bardées de bacon

INCONTOURNABLES FAMILIAUX RÉCONFORTANTS

rabais de 3^{\$}

14⁹⁹ 17⁹⁹
Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Côtes de dos très tendres
1 CARRÉ COMPLET DE CÔTES LEVÉES
510 g - 680 g
Choix de 4 variétés

Barbecue relevé

rabais de 2^{\$}

19⁹⁹ 21⁹⁹
Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Rôti de porc braisé
907 g

ACCOMPAGNEMENTS FACILES POUR TOUT REPAS

rabais de 1^{\$}

4⁹⁹ 5⁹⁹
Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Haricots verts style bistro
300 g

COELIAQUE CANADA
ALLIANCE COELIAQUE
ALLIANCE COELIAQUE

rabais de 1^{\$}

11⁹⁹ 12⁹⁹
Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Purée de patates douces
500 g

COELIAQUE CANADA
ALLIANCE COELIAQUE
ALLIANCE COELIAQUE

rabais de 1^{\$}

8⁹⁹ 9⁹⁹
Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Purée de pommes de terre style maison
650 g

COELIAQUE CANADA
ALLIANCE COELIAQUE
ALLIANCE COELIAQUE

rabais de 1^{\$}

11⁹⁹ 12⁹⁹
Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Gratins
500 g

Brocoli
Chou-fleur

rabais de 1^{\$}

4⁹⁹ 5⁹⁹
Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Pois sucrés assaisonnés
300 g

Aussi disponible
Maïs doux
couleurs 500 g
Membre Récompenses : 4,99^{\$} rabais de 1^{\$}
Non-membre : Prix rég. 5,99^{\$}

COELIAQUE CANADA
ALLIANCE COELIAQUE
ALLIANCE COELIAQUE

rabais de 1^{\$}

4⁹⁹ 5⁹⁹
Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Mélange de légumes style californien
500 g

Aussi disponible
Mélange de farines
gourmet 300 g
Membre Récompenses : 4,99^{\$} rabais de 1^{\$}
Non-membre : Prix rég. 5,99^{\$}

DESSERTS À PARTAGER



rabais de 2^{\$}
12⁹⁹ 14⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

DE RETOUR !

1 kg

Tarte croustade aux pommes style maison



rabais de 5^{\$}
4⁹⁹ 9⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

NOUVEAU !
 POUR UN TEMPS LIMITÉ

4 UNITÉS | 340 g

Crookies aux brisures de chocolat



rabais de 1^{\$}
8⁹⁹ 9⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

100% CANADIENS

6 UNITÉS | 450 g

Tartelettes à la crème pâtissière de style portugais



rabais de 1^{\$}
8⁹⁹ 9⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

NOUVEAU !
 POUR UN TEMPS LIMITÉ

100% CANADIENS

6 UNITÉS | 450 g

Tartelettes à la crème pâtissière et au caramel salé style portugais



rabais de 3^{\$}
26⁹⁹ 29⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

12 UNITÉS | 1 kg

Assortiment de gâteaux au fromage



rabais de 1^{\$}
5⁹⁹ 6⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

12 UNITÉS | 200 g

Mini-éclairs



rabais de 1^{\$}
5⁹⁹ 6⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

250 g

Mini-choux à la crème



rabais de 1^{\$}
5⁹⁹ 6⁹⁹
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

240 g

Choux à la crème au caramel

Tous les prix réduits de produits dans cette circulaire sont réservés en exclusivité aux membres du programme Récompenses Les Aliments M&M. Vous n'avez qu'à présenter votre carte de membre à la caisse ou vous inscrire gratuitement au programme Récompenses pour devenir membre, en ligne ou en magasin, et profiter de ces offres exclusives. Des limites ou des restrictions peuvent s'appliquer. Certains produits peuvent ne pas être exactement comme ceux présentés en circulaire. Les promotions et les rabais ne s'appliquent pas aux produits vendus aux points de vente Les Aliments M&M Express et autres magasins non traditionnels, car ces derniers offrent une sélection limitée de produits. Certains des produits présentés dans cette circulaire peuvent ne pas correspondre exactement aux produits en vente; ils sont présentés à titre de conception graphique seulement. Nous réservons le droit de corriger toute erreur. La vente de nos produits est strictement défendue. Les marques de commerce, les marques de service et les logos présentés dans cette circulaire sont des marques de commerce de M&M Meat Shops Ltd. et d'autres. Toute reproduction, incluant les publications en ligne, sans le consentement explicite du siège social de M&M Meat Shops Ltd. est strictement défendue. ©2016 M&M Meat Shops Ltd.



LES SOCIÉTÉS
 LES MIEUX
 GÉRÉES
 Member plus

OFFRES EN PRIME

Nos offres EN PRIME de circulaires numériques sont valables en magasin et en ligne.*

JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS



rabais de 2\$
9⁹⁹ **11⁹⁹**
 chacun
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

TREMPETTE AU POULET BUFFALO
 450 g



NOUVEAU!

TREMPETTE AUX OIGNONS CARAMELISÉS
 450 g



rabais de 1\$
11⁹⁹ **12⁹⁹**
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

Aussi disponible
 Mini-gâteaux au chocolat et
 au beurre d'arachide
 6 UNITÉS 300 g
 Membre Récompenses :
 11,99\$ rabais de 1\$
 Non-membre :
 Prix rég. 12,99\$



NOUVEAU!
 Velours rouge

MINI-GÂTEAUX AU FROMAGE
 6 UNITÉS 300 g - 360 g
 3 variétés



rabais de 2\$
6⁹⁹ **8⁹⁹**
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

PIZZETTAS MARGHERITA À L'ITALIENNE
 2 UNITÉS 360 g



rabais de 2\$
12⁹⁹ **14⁹⁹**
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre



CREVETTES À L'AIL
 12-13 UNITÉS 340 g



rabais de 1\$
11⁹⁹ **12⁹⁹**
 chacun
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

SAUMON WELLINGTON
 150 g



rabais de 2\$
12⁹⁹ **14⁹⁹**
 chacun
 Membre Récompenses Prix rég. Non-membre

NOUVEAU!

OSSO BUCO DE PORC
 600 g



Aussi disponible
 Demi-bagette
 1 UNITÉ 200 g
 Membre Récompenses :
 2,49\$ rabais de 0,50
 Non-membre :
 Prix rég. 2,99\$

FILET DE PORC AU BEURRE DE POMME
 400 g