

3 offres * 4 jours

du jeudi au dimanche

filet de boeuf entier
emballé sous vide, choix varié
cov whole beef fillet
35,01/kg
reg. 35,99/lb - 79,34/kg



cubes

bifteck de
filet mignon

rôti de
filet mignon

15⁸⁸
/lb
16,99/lb - 37,46/kg reste de la semaine

eau pétillante Buby
caisse, canettes 12/355 ml, Montellier eau
gazéifiée 10/355 ml, choix varié, consigne
Buby sparkling water
reg. de 7,99 à 8,49



4⁹⁹
5,99 reste de la semaine

j'obtiens
5X les points
à l'achat de 50 \$
exclusif aux membres moi

mon épicier

fraîchement d'ici

homard vivant
env. 1 lb à
1 1/4 lb
live lobster
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

prix membre
8⁶⁶
/lb
19,09/kg

prix spécial
9⁹⁹
/lb
22,02/kg

Si la température le permet

5\$ de rabais
à l'achat d'une caisse de 12 bières Stella Artois et de homard vivant ou cuit
un coupon par achat, par visite

+ 300 points

bière Stella Artois
caisse, bout. ou canettes
12/330-355ml, choix varié, consigne
beer
reg. 26,49

gros fruit

4⁹⁹
/lb

grosses cerises
produit de la Californie, Cat. No 1, 10,5 rangs
large cherries
11,00/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

Selection

SALTED · SALÉ
BUTTER · BEURRE

4⁷⁵
limite de 4

beurre Selection
454 g, Natreil, Mieux-Être biologique, 250 g, choix varié
Selection butter
reg. de 6,49 à 8,29

sans gras et sans perte

poitrines de poulet
frais désossées
parées, format économique
fresh boneless chicken breasts,
economic pack
11,99/kg
reg. 9,49/lb - 20,92/kg

5⁴⁴
/lb

mini concombres
produit du Canada,
397 g ou sac
de 6 un.
mini cucumbers
reg. 3,99

BOUNDRA

mini concombres
mini cucumbers

1⁴⁴

produit d'ici

FLAMINGO

ailles de poulet
Flamingo
surgelées, 550 g, portions de poulet
panées 600-630 g, choix varié
Flamingo frozen chicken wings
reg. de 14,99 à 18,99

8⁹⁹

ailles de poulet
BUFFALO

boîte de 30

revient à
67¢
la saucisse
20\$ la caisse

saucisses italiennes
Roma
surgelées, 2-25kg,
choix varié
Roma frozen Italian sausages
reg. 39,99

CHEEZ-IT
craquelins croustis au four

ORIGINAL

Dare

VEGGIE CRISPS
LÉGUMES
sea salt
sel de mer

Breton

original

1⁹⁹

craquelins Breton
132-200 g, Dare Crisps 100 g, Bon grains 207 g, Vinta 200-225 g, Grissol Melba 150-200 g, Grissol Baguette 120-130 g, Cheez-It 191-200 g, choix varié
Breton crackers
reg. de 4,29 à 4,49

POM

Signature

HOT-DOG

3\$
de rabais
à l'achat
de 2 pains

POM

DEPUIS 1890

SUPERCLUB SANDWICH

voir réduction sur reçu de caisse

bière
Labatt
Budweiser,
Molson
Coors Light,
Sleeman
Clear 2.0

Coors LIGHT

nous payons
l'équivalent des
taxes et de la
consigne à
l'achat de
30 canettes

Kraft

EXTRA HEDDAR

PHILADELPHIA ORIGINAL

PRODUIT DE FROMAGE À LA CRÈME

3⁹⁷

fromage à la crème
Philadelphia
227-250 g, Extra Cheddar
fromage en tranches,
14 tranches, 390 g, choix
varié
Philadelphia cream cheese
reg. de 5,99 à 6,29

Inrésistible

CRÈME GLACÉE
PISTACHE

4⁷⁷

crème glacée
Inrésistible
1,5 L, sorbet 946 ml,
choix varié
Inrésistible ice cream
reg. de 5,99 à 6,79

HELLMANN'S

1913

REAL-VRAIE
MAYONNAISE

5⁷⁷

mayonnaise
Hellmann's
710-890 ml, choix varié
Hellmann's mayonnaise
reg. 7,49

Yoplait

Yoplait

STRAWBERRY BANAN
FLAVOUR / SAUCEUR DE
FRAISE BANANE

STRAWBERRY
FLAVOUR / SAUCEUR DE
FRAISE

97¢

yogourt à boire
Yoplait
200 ml, choix varié
Yoplait Yop drinkable yogurt
reg. 1,39



3 lb

4.99

clémentines
importées du Maroc, sac 3 lb
clementines
reg. 7,99



2.99

bleuets biologiques
produit des É.-U. et/ou
importés du Mexique, 170 g
organic blueberries
reg. 5,99



3 unités

poireaux
importés de la France et/ou
de la Belgique, 3 un.
leeks
reg. 6,99

2.99



rabais de
2\$/lb
tout l'été

brochettes de boeuf, de
poulet, de porc ou de dinde
avec légumes
choix varié
beef, chicken, pork or turkey brochettes with
vegetables



1 brochette
gratuite
à l'achat de
3 brochettes*

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

brochettes
choix varié
skewers



saucisses
fumées
Selection
450 g, saucisses
fumées au poulet
450 g, choix varié
Selection wieners
reg. de 3,99 à 4,99

2/5\$ ou 2.99
l'unité



poulet haché extra maigre
Prime Maple Leaf
454 g
Maple Leaf Prime extra lean ground chicken
reg. 9,99

7.99



saumon coho
fumé tranché
Grizzly
surgelé, 275 g
Grizzly sliced smoked
coho salmon
reg. 19,99

12.99



flocons de
goberge à
saveur de
crabe
Selection
700 g
Selection
crab flavoured
pollock flakes
reg. 12,99

8.99



baguette française
280 g
french baguette
reg. 2,99

1.99



miche
tranchée
Première
Moisson
700 g,
choix varié
Première Moisson
sliced loaf
reg. 5,99

3.99



jambon cuit extra
maigre Laffleur
bologne, Olymel bologne,
distinction jambon fumé,
Tour Eiffel jambon parisien,
Flamingo poitrine de dinde,
choix varié
Laffleur extra lean cooked ham

30%
de rabais



5.99

pâtes farcies O' Sole Mio
225-700 g, sauces 300-500 ml, choix varié
O' Sole Mio stuffed pasta
reg. de 6,99 à 12,49



muffins
anglais
POM
6 un., bagels 6 un.,
choix varié
Première Moisson
muffins
reg. de 4,79 à 5,29

2/7\$ ou à partir de 4.79
l'unité



petits gâteaux
Vachon
6-12 un., Sara Lee gallettes
300 g, choix varié
Vachon snack cakes
reg. 5,49

2/7\$ ou 4.99
l'unité

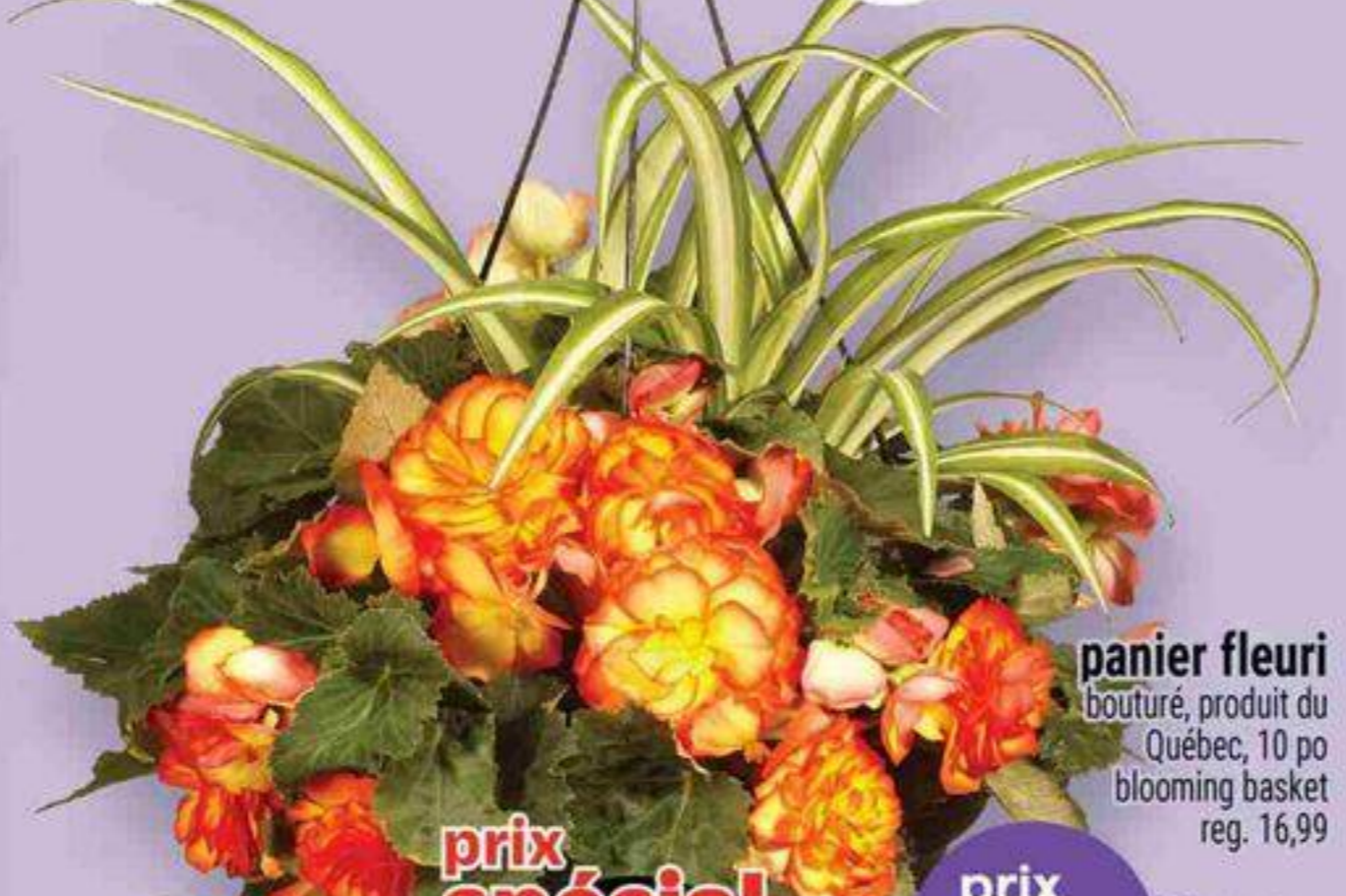
c'est le temps du jardinage



3X
les points

terre Selection
à jardin, noire, 22-27 L
Selection soil
reg. 2,99

5/10\$ ou 2.49
l'unité



3X
les points

15.99 ou 13.99
prix spécial
prix membre

à moi les économies!



BOEUF
AAA
PLATINUM
PLUS

10%
de rabais

boeuf AAA Platinum Plus
choix varié
AAA Platinum Plus beef

encore plus de produits en
magasin et en ligne moi

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

Choisissez parmi une grande variété de friandises glacées!

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

friandises glacées Irrésistible
3-12/60-100 ml, Mieux-Être 4/68-80 ml, mocchi 6/30 ml, choix varié
Irrésistible frozen treats
reg. de 5,99 à 8,79



*Offre valide du 23 avril au 12 août 2026 dans les Metro et Metro Plus participants. À l'achat d'une friandise glacée Irrésistible ou Mieux-Être sélectionnée, obtenez 40% de rabais sur la 2^e moins chère. Selon la variété disponible en magasin. Jusqu'à épuisement des produits participants. Ne s'applique qu'aux prix affichés et exclut spécifiquement tout autre coupon, offre spéciale ou rabais. Aucun coupon différé ne sera remis. Nous nous réservons le droit de suspendre, de modifier ou de mettre fin à ce programme en tout temps sans préavis.

Lay's
KETCHUP
croustilles Lay's
200-235 g, Lay's Baked croustilles 177 g, choix varié Lay's chips
reg. 4,99

Lay's
CLASSIC CLASSIQUE
+TX
ou
3/9\$ ou 3\$ l'unité



plat d'accompagnement Sidekicks Knorr
120-167 g, Lipton, Knorr mélange à soupe 1-2 env., CupASoup 4 env., choix varié
Knorr Sidekicks side dish
reg. de 2,49 à 2,79

1 65



yoplait
Source PROTÉINES
0% de sucre ajouté
produit d'ICI

LIBERTÉ méditerranée
MOCHA
500 g

10 yogourt Méditerranée Liberté
500-650 g, Source, Classique, 650 g, choix varié Liberté Méditerranée yogourt
reg. de 5,69 à 6,99

3 49

Irrésistible
Orange, pêche et mangue
jus ou boisson réfrigéré Irrésistible
1,36-1,65 L, choix varié Irrésistible refrigerated juice or drink
reg. de 4,79 à 5,49

3 99

PLANTERS
De luxe
SALÉES
NOIX DE CAJOU ENTIÈRES
+TX

noix de cajou Planters
amandes, noix mélangées, 200 g, choix varié Planters cashews
reg. de 6,49 à 7,99

4 44

Dare
Bear Paws Pattes d'ours
Chocolate Chip • Pépites de chocolat
No Artificial Colours or Flavours • Sans colorants ni arômes artificiels

OREO
The Original
L'original

biscuits Christie
Chips Ahoy!, Oreo, Peek Freans, Dad's, 285-525 g, craquelins Ritz drizzled, 226 g, Pattes d'ours 336-490 g, choix varié Christie cookies
reg. de 6,99 à 7,79

4 99

ACTIVIA
ACTIVE PROBIOTICS FOR YOUR GUT HEALTH | SANTÉ DIGESTIVE

Silk
Protéines
18 g
COMPLEX PROTEIN PROTEINES COMPLEXES

yogourt Activia Danone
12/95-100 g, Silk Protéines boisson de soya 1,42 L, choix varié Danone Activia yogurt
reg. de 8,49 à 9,29

6 79

Post
Honeycombs
CLASSIC TASTE GOÛT CLASSIQUE

QUAKER
CROQUE NATURE
RECETTE ORIGINALE

céréales Quaker
céréales Post Weetabix, formats et choix variés Quaker, Post, Weetabix cereal
reg. de 5,79 à 7,49

3 99

eska
EAU DE SOURCE NATURELLE
NATURAL SPRING WATER

eau de source naturelle Eska
24/500 ml, consigne Eska natural spring water
reg. 7,29

5 49

Miller Lite
90 CALORIES • 3 g DE GRAS
EXCELLENT GOÛT
PAR PORTION DE 125 ml

BUD LIGHT
BIÈRE DE BIÈRES AMÉRIQUE COMMERCIALE

bière Labatt Bud Light, Molson Miller Lite
caisse, bout. ou canettes 24/341-355 ml, choix varié, consigne beer
reg. de 39,99 à 41,99

34 99 ou à partir de **39 99**
l'unité à l'achat de 2 la caisse

vin rouge, blanc ou rosé
boisson au vin, 1 L, choix varié red, white or rosé wine
reg. de 9,79 à 17,39

voir réduction sur reçu de caisse

6\$ de rabais à l'achat de 2 bouteilles

Coca-Cola
GOÛT ORIGINAL

PEPSI

Pepsi, Coke
caisse, canettes 12/355 ml, choix varié, consigne soft drink
reg. 9,49

2/15\$ ou **8 49**
la caisse

Molson
BIÈRE DE BIÈRES AMÉRIQUE COMMERCIALE

Budweiser
INDÉTRONQUE

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

36 49 ou à partir de **39 99**
l'unité à l'achat de 2 la caisse

SAPPORO
BIÈRE PREMIUM

Heineke
BIÈRE PREMIUM

Corona Extra
LA CERTIFICATA PAS PAS

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

23 49 ou à partir de **26 49**
l'unité à l'achat de 2 la caisse

L'AMER IPA
INDIA PALE ALE

Chipie
PALE ALE ROUSSE

bière Archibald, Brasseur de Montréal
caisse, canettes 12/355 ml, choix varié, consigne beer
reg. 22,99

21 99

metro.ca

livraison

gratuite



**pour un
temps
limité**

en profiter maintenant

*Certaines conditions s'appliquent. Offre valide pour les services de livraison standard et Express. Les services de livraison Éclair et MPriorité sont exclus de la promotion.

à moi les économies!

jusqu'au 3 juin 2026

repérez
des offres
partout en
magasin et
en ligne!

10%

15%

jusqu'à

30%

de rabais*



99
variétés

30%
de rabais

toutes les épices
Selection, Irrésistible
choix varié



33
variétés

15%
de rabais

pizza Irrésistible
formats et choix variés
Irrésistible pizza
reg. de 5,29 à 13,29



28
variétés

15%
de rabais

céréales Nature's Path
formats et choix variés
Nature's Path cereals
reg. de 6,49 à 12,99



30
variétés

10%
de rabais

boeuf AAA
Platinum Plus
choix varié
AAA Platinum
Plus beef



10
variétés

10%
de rabais

fromage de chèvre
Irrésistible Artisan
250 g, choix varié
Irrésistible Artisan goat cheese
reg. de 6,49 à 9,49



42
variétés

15%
de rabais

collection fumoir
choix varié
Smokehouse collection



5
variétés

20%
de rabais

tortillas Selection
366-408 g, choix varié
Selection tortillas
reg. 4,99



36
variétés

20%
de rabais

piles alcalines
Energizer Max
Energizer Max batteries
reg. de 6,49 à 31,99

il suffit de présenter sa carte moi à la caisse.



*Jusqu'à 30 % de rabais pour les membres Moi sur les produits participants. Certaines conditions s'appliquent. Plus de détails au programmemoi.ca.

croquez dans la fraîcheur



mûres
importées du Mexique,
170 g
blackberries
reg. 4,99

2⁹⁹

mangue miel (Ataulfo)
importée du Mexique, gr 14-20
honey mango (Ataulfo)
reg. 2,99

2/5\$ ou 2⁵⁰
l'unité

metrogo!

melon d'eau sans pépins
produit des E.-U.
et/ou importé du Mexique
seedless watermelon
3,73/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg

1⁶⁹
/lb

coupé en magasin

gros fruit



raisins rouges sans pépins
importés du Chili, Cat. No 1
seedless red grapes
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

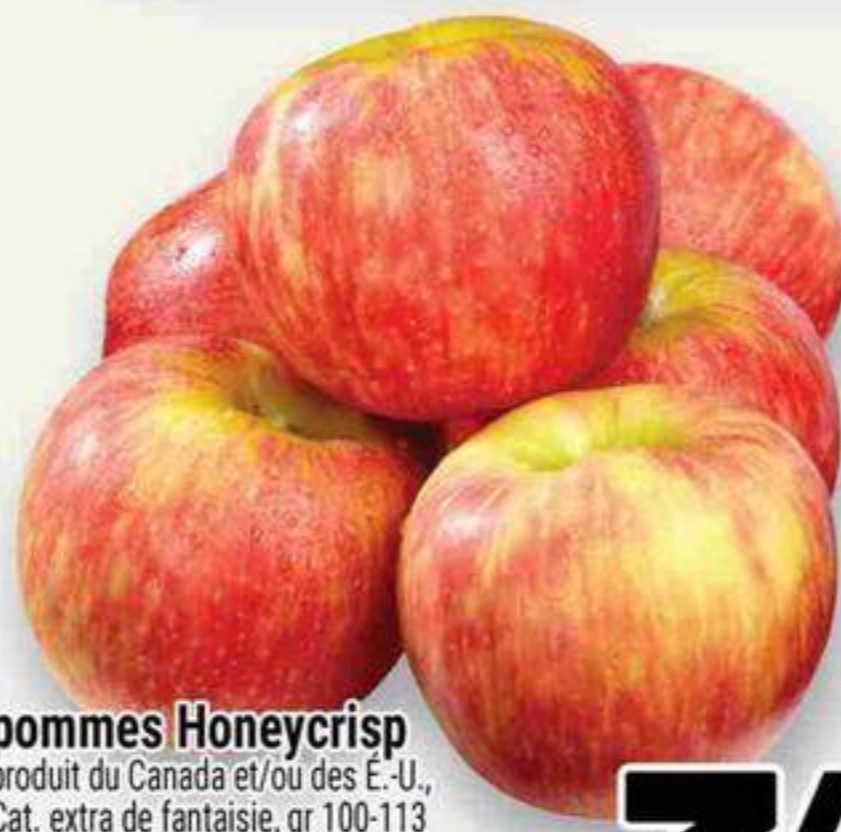
20 points

3⁹⁹
/lb



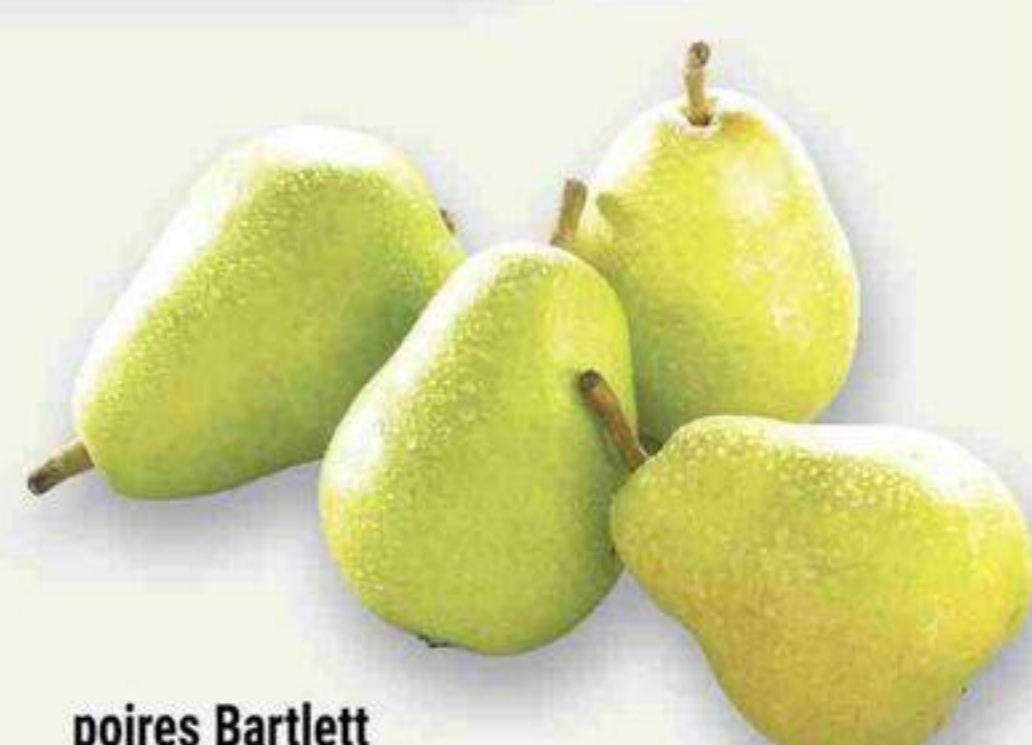
fraises de serre
produit du Canada,
Canada No. 1, 541 ml
ou 284-340 g
hothouse strawberries
reg. 5,99

4⁹⁹



pommes Honeycrisp
produit du Canada et/ou des E.-U.,
Cat. extra de fantaisie, gr 100-113
Honeycrisp apples
7,69/kg
reg. 3,99/lb - 8,80/kg

3⁴⁹
/lb



poires Bartlett
importées de l'Argentine,
Cat. extra de fantaisie, gr 80-100
Bartlett pears
5,93/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg

2⁶⁹
/lb



gros fruit

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

1⁶⁹
ch.



grenade
importée du Pérou
et/ou de l'Inde et/ou de la Turquie,
gr 10-12
pomegranate

3⁹⁹
ch.

faites le plein de couleur et de vitamines



produit D'ICI

poivrons rouges, orange ou jaunes de serre
produit du Canada
hothouse red, orange or yellow peppers
11,00/kg
reg. 5,99/lb - 13,21/kg

4⁹⁹
/lb **25 points**



oignons verts
produit des E.-U.
et/ou importés du Mexique
green onions
reg. 1,99

10 points

1⁶⁹



maïs en épis deux couleurs
produit des E.-U., Cat. No 1
peaches and cream corn on the cob
reg. 1,29

4/3⁹⁹ ou 1\$
l'unité



rutabaças
produit du Canada, No 1
rutabaças
3,73/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg

10 points

1⁶⁹
/lb



chou vert
produit du Canada,
Canada No 1
green cabbage
2,18/kg
reg. 1,49/lb - 3,28/kg

99¢
/lb



tomates rouges de serre
produit du Canada,
Canada No 1, gr 39-44
hothouse red tomatoes
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

3⁹⁹
/lb



courgettes
produit des E.-U.
et/ou importées du Mexique
zucchini squashes
7,69/kg
reg. 3,99/lb - 8,80/kg

20 points

3⁴⁹
/lb

produit D'ICI

radis en feuilles
produit du Québec
top radishes
reg. 2,99

2⁶⁹

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

la saison **BBQ**

rôti ou bifteck de
filet mignon
beef tenderloin steak or roast



bœuf
première qualité
metro
depuis 1947

50%
de rabais

metrogo!

poitrines de
poulet frais
assaisonnées
désossées
parées, format
économique
seasoned boneless
chicken breasts,
economic pack

15,41/kg
reg. 11,49/lb - 25,33/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

6.99
/lb

BangBang

dijonnaise

souvlaki

metrogo!

- › Généreusement garnies de fromage suisse
- › Recette iconique du Québec réinventée
- › Entièrement cuite

rabais de
1\$/lb
tout l'été

saucisses cuites
Metro suisse
Metro suisse
cooked sausages



**C'EST
EXCLUSIF
ET NOUVEAU!**
chez metro



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

8.99
/lb



produit
D'ICI

côtes de dos de porc frais
format économique
fresh pork back ribs, economic pack
15,41/kg
reg. 8,99/lb - 19,82/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

6.99
/lb



filets de porc frais
format économique
fresh pork tenderloins,
economic pack
13,21/kg
reg. 7,69/lb - 16,95/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

5.99
/lb



produit
D'ICI

côtelettes de porc frais
désossées
choix varié, format économique
fresh boneless pork chops,
economic pack
13,21/kg
reg. 7,49/lb - 16,51/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

5.99
/lb

préparées en magasin par nos bouchers

extra-maigre

haché
en magasin
tous les
jours



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

9.99
/lb

boeuf haché extra maigre
format économique
extra lean ground beef, economic pack
22,02/kg
reg. 10,69/lb - 23,56/kg



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

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

12.99
/lb



biftecks français ou tournedos
choix varié, format économique
french style steaks or tournedos, economic pack
28,64/kg
reg. 13,69/lb - 30,18/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

12.99
/lb

saucisses fraîches
choix varié
fresh sausages

rabais de
1\$/lb
tout l'été

collection
du boucher
produit au point metro



rosettes de boeuf
nature ou assaisonnées,
format économique
beef pinwheels, economic pack
24,23/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

10.99
/lb



metrogo!



produit
D'ICI

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

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

3.99
/lb



rôti de bas de
palette désossé
coupe européenne
boneless bottom blade roast
28,64/kg
reg. 14,49/lb - 31,94/kg

12.99
/lb

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

produits d'ici



brochettes de poulet grec halloumi avec légumes
choix varié
greek chicken and halloumi skewers with vegetables

C'EST NOUVEAU!
chez metro

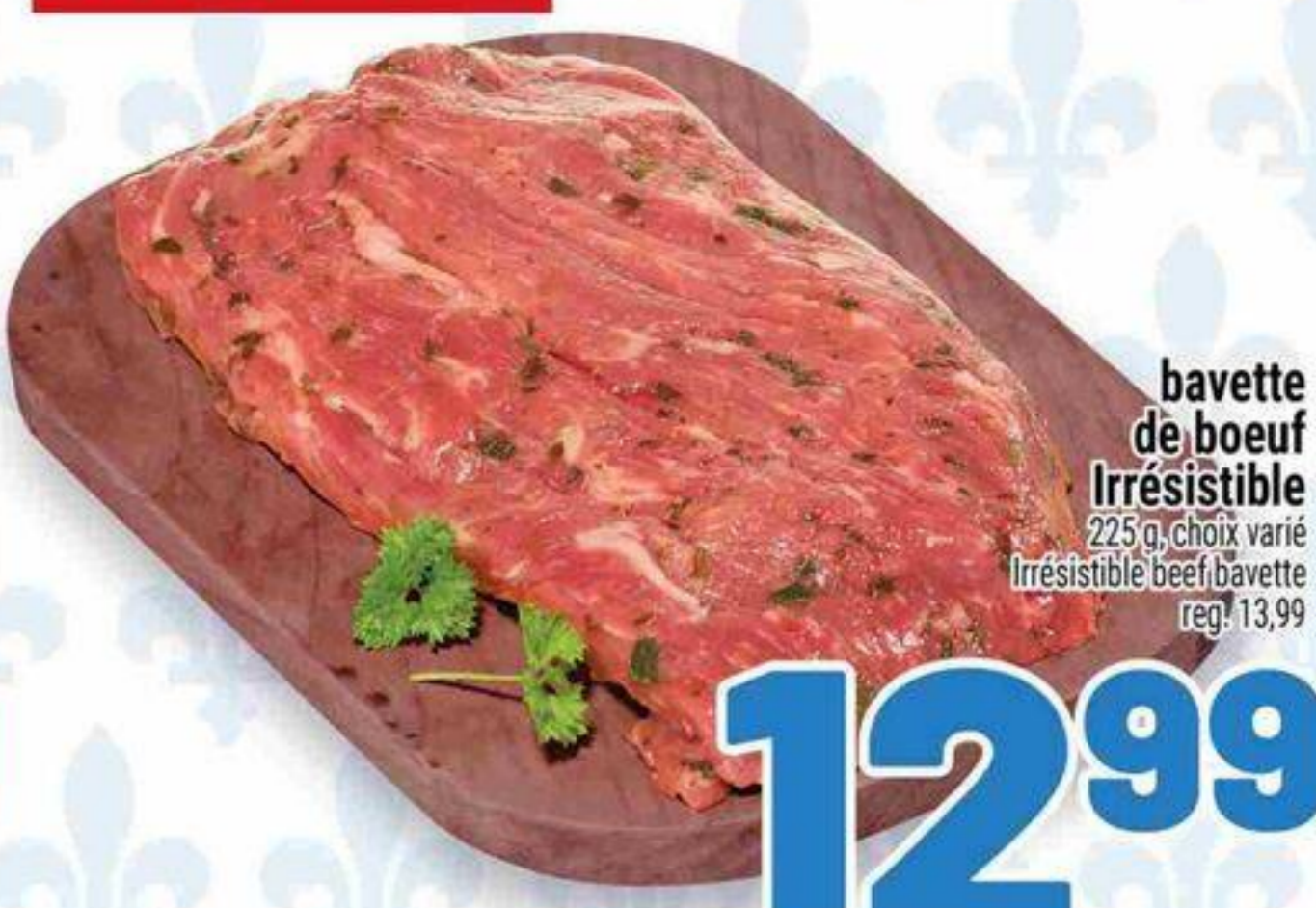
rabais de 2\$/lb
tout l'été



tournedos de poulet assaisonnés
format économique
seasoned chicken tournedos, economic pack
26,43/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE
11.99
/lb

Irrésistible



bavette de bœuf irrésistible
225 g choix varié
Irresistible beef bavette
reg. 13,99

12.99



8 brochettes

brochettes d'été assaisonnées
640 g, choix varié
summer skewers
reg. 15,00

12.99



4 brochettes par paquet

brochettes de mini saucisses cocktail Roma
470 g
Roma cocktail mini sausage skewers
reg. 9,99

8.99



côtelette de porc avec os Nagano
coupe hôte!, env. 300 g
Nagano bone-in pork chop
26,43/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg

11.99
/lb



côtelette de longe de veau vieille Famille Fontaine
env. 270 g
Fontaine Family aged veal t-bone loin chop
44,07/kg
reg. 21,99/lb - 48,48/kg

100 points

19.99
/lb



poulet de grain Naturalia
Cat. «A», env. 2 kg (4,4 lb)
Life Smart Naturalia grain-fed chicken
11,00/kg
reg. 5,49/lb - 12,10/kg

4.99
/lb



poulet crapaudine Scores
env. 1,3 kg, choix varié
Scores butterflied chicken
14,31/kg
reg. 7,29/lb - 16,07/kg

6.49
/lb



flanc de porc Secret Gourmand
425 g, choix varié
Secret Gourmand pork belly
reg. 9,99

8.99



steak de poitrine de canard marinée Lac Brome
choix varié
Brome Lake seasoned duck breast steak
44,07/kg
reg. 24,99/lb - 55,09/kg

100 points
19.99
/lb



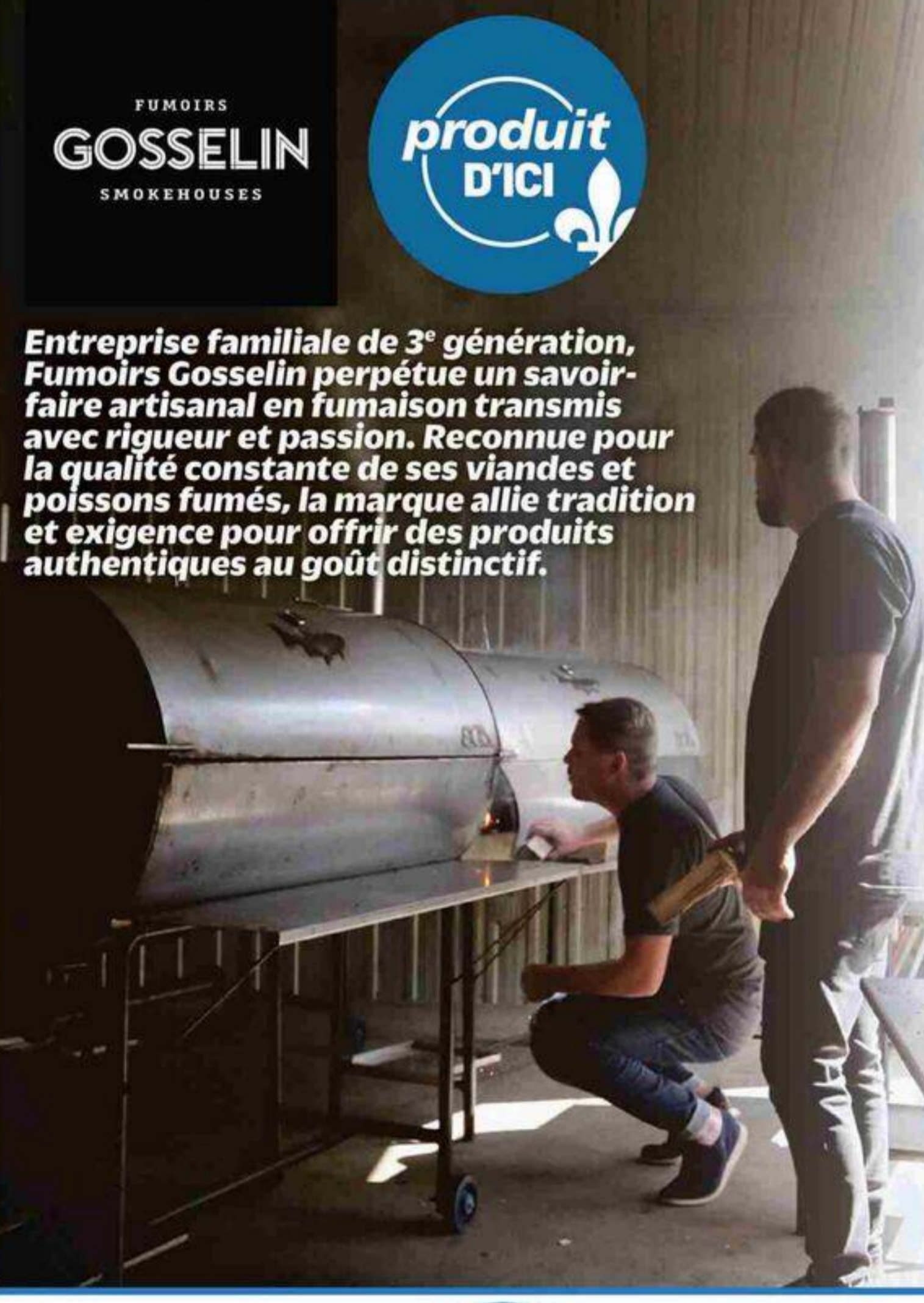
côtes de dos de porc cuites La Cage
630 g
La Cage cooked pork back ribs
reg. 18,99

16.99



brochettes de poulet Exceldor
320 g, choix varié
Exceldor chicken skewers
reg. 12,99

55 points
10.99



Entreprise familiale de 3^e génération, Fumoirs Gosselin perpétue un savoir-faire artisanal en fumaison transmis avec rigueur et passion. Reconnue pour la qualité constante de ses viandes et poissons fumés, la marque allie tradition et exigence pour offrir des produits authentiques au goût distinctif.



bacon de dos Fumoirs Gosselin
250 g
Gosselin Smokehouse smoked back bacon
reg. 8,99

7.49



rondelles de bacon Fumoirs Gosselin
250 g
Gosselin Smokehouse bacon rounds
reg. 8,99

7.49



bacon Fumoirs Gosselin
250 g
Gosselin Smokehouse bacon
reg. 8,99

7.49



smoked meat de porc Fumoir Gosselin
500 g
Gosselin Smokehouse pork smoked meat
reg. 16,99

14.99



bologna Lafleur
675 g, Olymel 500 g, choix varié
Lafleur bologna
reg. de 7,99 à 8,49

35 points
6.99



pesto LeGrand
156-170 g, choix varié
LeGrand pesto
reg. 8,99

5.99



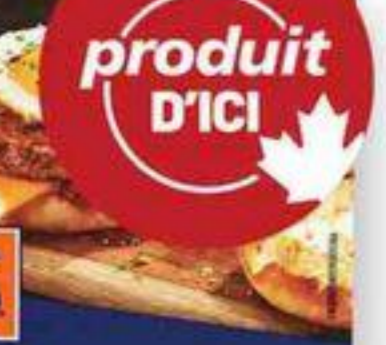
bacon Lafleur
Lafleur naturel, 375-500 g, pré-cuit
65-90 g, choix varié
Lafleur bacon
reg. 11,99

75 points
9.99



filet de porc Maple Leaf
étable canadien 400 g
cuisse de poulet rôti
classique
600 g, porc effiloché 450 g
Maple Leaf cooked pork tenderloin
reg. 15,49

65 points
12.99



rondines de saucisse à déjeuner Schneiders
RONDINES DE SAUCISSE
surgelées, mini-sizzlers, 375 g
Schneiders frozen breakfast rounds
reg. 9,99

40 points
7.99



saucisses enrobées de pâte Pogo
surgelées, 960 g-1,5 kg, choix varié
Pogo frozen breaded wieners
reg. 21,99

19.99



dumplings à la vapeur Bibigo
surgelés, 187 g, choix varié
Bibigo frozen steamed dumplings
reg. 6,99

5.49



mandu Bibigo
surgelés, 680 g, mini wontons 680 g, choix varié
Bibigo frozen mini wontons
reg. 12,99

10.99

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

metro.ca

**magasinez
rapidement
avec le
panier futé**



découvrez vos recommandations de produits alimentées par l'IA

essayez-le

la fraîcheur de la mer

100% CANADIEN

C'EST NOUVEAU! chez metro

marinade miel-dijon

Si la température le permet

FORMAT ÉCONOMIQUE

15.99 /lb

qualité tartare aussi disponible

16.99

sushis 20 morceaux sushis

PHOTO À TITRE INDICATIF SEULEMENT

20 morceaux

BIO au même prix

produit D'ICI

6.99

moules bleues fraîches Canadian Cove 907 g Canadian Cove fresh blue mussels reg. 8,99

metrogo!

metrogo!

pavés de saumon tournedos de saumon, rôti de saumon, choix varié, format économique salmon portions, economic pack 39,66/kg reg. 19,99/lb - 44,07/kg

FORMAT ÉCONOMIQUE

17.99 /lb

emballage de 2 mini pizzas aux fruits de mer ou au saumon fumé seafood or smoked salmon mini pizzas reg. 6,99

5.99

rouleaux de sole ou de saumon farcis surgelés, 140-210 g, choix varié 7 Seas stuffed salmon pinwheel reg. 9,99

à partir de 7.99

C'EST EXCLUSIF! chez metro TARTARE & POKÉ RÉE SUSHI NIGHT

produit D'ICI thon ou saumon en cubes Aki Sushi soirée surgelée, 150 g Aki Sushi night tuna or salmon in cubes reg. 11,99

10.99

portions de poisson panées Blue Water surgelées, 450-600 g, crevettes 255-325 g, choix varié Blue Water breaded fish portions reg. 12,99

7.99

C'EST EXCLUSIF! chez metro produit D'ICI coquille aux fruits de mer-repas surgelée, 275 g meal-seafood shells reg. 8,00

7\$

C'EST NOUVEAU! chez metro Irrésistible BURGERS SALMON prix spécial 8.99

burgers de saumon assaisonné Irrésistible surgelés, 452 g Irrésistible seasoned salmon frozen burgers reg. 9,99

prix membre 7.99

couronne de crevettes blanches du Pacifique Irrésistible surgelées, avec sauce cocktail, 312 g Irrésistible Pacific white shrimp ring reg. 13,99

prix membre 11.99

Fumés en magasin

collection fumoir metro

pépites de saumon fumé artisanal

filet de saumon fumé à froid artisanal

obtenez 15% sur votre fumoir avec la carte moi

filet de truite fumé à froid artisanal

rillettes de saumon fumé

salades estivales metrogo!

salade de moules et poivrons



à l'achat d'une salade fraîche économisez 1\$ sur le prix régulier /lb rabais déjà appliqué sur l'emballage plusieurs variétés offertes

salades fraîches choix varié fresh salads à partir de 15,41/kg reg. de 7,99/lb - 17,61/kg à 10,99/lb - 24,23/kg

à partir de 6.99 /lb

bar à fruits de mer grande variété de crevettes et fruits de mer

garantie fraîcheur traçable de la pêche à l'assiette

crevettes marinées à l'ail surgelées, cuites

crevettes sauvages d'Argentine surgelées, non-cuites

crevettes blanches surgelées, cuites ou non-cuites

pinces de homard surgelées, cuites

queues de langouste surgelées, non-cuites, 4 oz

sections de crabe des neiges surgelées, cuites

pétoncles de baie surgelés, non-cuits, 30-40 un./lb

4.49 le 100 g 20,37/lb reg. 21,99/lb - 48,48/kg

9.99 ch. reg. 11,99 ch.

27.99 /lb 61,71/kg

3.99 le 100 g 18,10/lb reg. 20,37/lb - 44,90/kg

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

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 répondront à tous vos besoins.



prix spécial

15⁹⁹

prix membre

13⁹⁹

panier fleuri
bouturé, produit du Québec, 10 po blooming basket reg. 16,99



23⁹⁹

panier victorien coloré
12 po victorian color basket reg. 24,99



19⁹⁹

fougère suspendue
10 po hanging fern reg. 21,99



panier de begonia suspendu
pot coloré 10 po hanging begonia basket reg. 19,99

17⁹⁹



balconnière
24 po window box reg. 32,99

29⁹⁹

patio et balcon

produit D'ICI

patio fleuri prestige
14 po prestige flowered patio reg. 42,99

39⁹⁹

pot patio
pot couleur 10 po patio reg. 24,99

23⁹⁹

dahlia XXL ou canna
pot couleur 10 po XXL dahlia or canna reg. 21,99

19⁹⁹

faites-le vous-même

caissette de 6 plants d'annuelles
6 annual plant bench reg. 3,99

3⁴⁹

annuelles
5 po annuals reg. 6,99

5⁹⁹

entretien facile

exposition mi-soleil / soleil

arrosage tous les 2-3 jours

fertilisation toutes les 2 semaines



géranium mosquito
5 po geranium mosquito reg. 10,99

9⁹⁹

fines herbes et plants de légumes

produit D'ICI

pot de 4 po

2⁹⁹

plant de légumes assortis ou de fines herbes
pot de 9 cm ou de 4 po, choix varié assorted vegetable plant or fine herbs reg. 3,49



17⁹⁹

panier suspendu de tomates ou de fraises
pot 10 po ou plant de tomates ou de légumes en cage
pot 10 po strawberry or tomato hanging basket or caged vegetable or tomato plant reg. 18,99

centre jardin c'est la saison du jardinage

plantes tropicales

yucca cane
pot 10 po
yucca cane
reg. 31,99

29⁹⁹
ch.

hibiscus buisson
10 po, au choix
hibiscus bush
reg. 27,99

26⁹⁹
ch.

hibiscus sur tige
pot 10 po
hibiscus tree
reg. 34,99

32⁹⁹
ch.

plant de bleuets ou de framboises
2 gallons
blueberry or raspberry plant
reg. 18,99

16⁹⁹
ch.

hydrangée ou rosier forcé
pot 8 po
hydrangea or rose bush
reg. 26,99

24⁹⁹
ch.



palmier majesty XXL
pot 10 po
XXL majesty palm
reg. 32,99

29⁹⁹
prix spécial
24⁹⁹
prix membre

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

créez votre jardin de rêve



terre, compost, fumier ou mélange
20-30 L, choix varié
soil, compost, manure or mix
reg. de 3,49 à 6,99

à partir de **2⁹⁹**
+TX

c'est le temps du jardinage



terre Selection à jardin, noire, 22-27 L
Selection soil reg. 2,99

5/10\$ ou **24⁹⁹**
l'unité

3X
les points

3X
les points sur les produits floraux*

*Excluant les fleurs coupées.

sortis du four en magasin, pas en usine



morceaux de chocolat



chocolat blanc et noix de macadam



double chocolat



avoine et chocolat



chocolat et pacanes

cuits en magasin

5 variétés



achetez 2 emballages pour **10\$** ou 5,99\$ l'unité

biscuits 8/38 g choix varié
cookies 504-552 g, choix varié
reg. 6,29

produit d'ici

3.49 ^{+TX}

beignes 2/85-135 g, choix varié
reg. 3,99

produit d'ici

4.99

trous de beigne 18/14-15 g, choix varié
donut holes reg. 5,99

Selection

produit d'ici

5.49

beignes 504-552 g, choix varié
reg. 5,99

produits d'ici



7.99 ^{+TX}

mousse sublime 200 g, choix varié
sublime mousse reg. 8,99

produit d'ici

7.99

gâteau Laura Secord 475 g, Michaud 470-500 g, choix varié
Laura Secord cake reg. de 14,99 à 16,99

CHOCOLATS FAVORIS

MI-CUIT

à partir de **10.99** ^{+TX}

mi-cuits Chocolats Favoris
340 g, choix varié
Chocolats Favoris lava cakes reg. de 11,99 à 16,99

CHOCOLAT FUDGE
GÂTEAU BROWNIE - BROWNIE CAKE
CHOCOLATE FUDGE

475 G

CARAMEL
GÂTEAU BROWNIE - BROWNIE CAKE
CARAMEL

475 g

à partir de **14.99**

Michaud

GÂTEAU EXTRÊME CITRON RAMBOISE

Michaud

FRAMBOISIER

RASPBERRY CAKE

470 g

cuits en magasin

4.99

petits pains kaiser 6/70 g, pains à sous-marin 4/100 g, choix varié
kaiser rolls reg. 5,49

fraîchement garnis sur demande

6.99 ^{+TX}

cannoli à la crème de ricotta 3/80 g, ricotta cream-filled cannoli

100% beurre cuit en magasin

FORMAT ÉCONOMIQUE

5.99

croissants 100 % beurre 10/57 g
100% butter croissants

produit d'ici

6.99

tarte Selection citron meringue 614 g, gâteau des anges 284 g
Selection pie reg. de 7,49 à 8,99

Irrésistible

prix spécial 12.99

prix membre 11.99

gâteaux mini mousse 300 g, mini gâteaux 350 g, gâteau au fromage 330 g, choix varié
mini mousse cakes reg. 13,49

produit d'ici

7.44

muffins 600 g, choix varié
muffins

produit d'ici

4.69

pain brioche tranché Irrésistible 500 g, pains à hot-dog ou à hamburger 4-12 un., choix varié
Irrésistible sliced brioche bread reg. de 5,19 à 6,79

produit d'ici

4.99

bagels style Montréal 480 g, bagelwicks 420 g, choix varié
Montréal style bagels reg. de 5,99 à 6,79

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

tranchée à votre goût en magasin

bolognae Olymel

produit d'ICI

139
le 100 g

distinction jambon fumé forêt noire

produit d'ICI

30%
de rabais

259
le 100 g

jambon cuit extra maigre Lafleur
bolognae, Olymel bolognae, distinction jambon fumé, Tour Eiffel jambon parisien, Flamingo poitrine de dinde, choix varié
Lafleur extra lean cooked ham

poitrine de dinde Flamingo

produit d'ICI

279
le 100 g



produit d'ICI

pâté de foie ou de campagne La Belle Bretagne
150 g, choix varié
La Belle Bretagne liver or country-style pâté
reg. 4,99

399



produit d'ICI

cretons Norel
cordonnade, 300 g, choix varié
Norel cretons
reg. 7,49

699



produit d'ICI

soupe ou potage Commensal
600 ml, choix varié
Commensal soup
reg. 7,99

699



produit d'ICI

émincé de jambon Tour Eiffel
175 g, Olymel émincé de jambon ou de poitrine de dinde
150-175 g, choix varié
Tour Eiffel shaved ham
reg. 8,29

749



produit d'ICI

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

à partir de **849**



ricotta traditionnelle Irresistible
Mieux-être 400 g, bocconcini cocktail 2/126 g, choix varié
Irresistible traditional ricotta
reg. de 7,99 à 8,99

à partir de **749**



produit d'ICI

salade Selection
454 g, choix varié
Selection salad

prix spécial **349**^{TX}

prix membre **299**^{TX}

économisez gros

FORMAT ÉCONOMIQUE



produit d'ICI

duo de charcuteries Olymel
300-400 g, choix varié
Olymel duo deli cold cuts

7\$



fromage emmental Irresistible
d'Allemagne, 400 g
Irresistible emmental cheese

1399



produit d'ICI

fromage brie Irresistible Artisan
500 g
Irresistible Artisan brie cheese

1499



produit d'ICI

pepperoni tranché Selection
2/375 g
Selection sliced pepperoni

1299



produit d'ICI

fromage Le Bédouin
400 g, choix varié
Le Bédouin cheese

1599



produit d'ICI

feta Selection
en saumure, 800 g
Selection feta cheese

1849



produit d'ICI

Maison FAYARD



saucissons secs Maison Fayard
100 g, choix varié
Maison Fayard dry sausages
reg. 10,99

999



produit d'ICI

FROMAGERIE MONTEBELLO



FROMAGE À PÂTE MOLE AFFINÉ
SOFT SURFACE
RIPENED CHEESE

699
le 100 g

fromage Adoray
env. 250 g
Adoray cheese
31,71/lb
reg. de 7,49 le 100 g - 33,97/lb



fromage Tête à Papineau
125 g
Tête à Papineau cheese
reg. 9,99

949

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

cette semaine
je fais ma
tourn e chez **moi**

metro

je présente ma carte
  la caisse **moi**

5X
les points

  l'achat de 50\$
du 14 au 16 mai seulement



Jean Coutu

j'ajoute mes coupons
dans l'appli **moi**



valeur
jusqu'à
200\$

Brunet

j'ajoute mes coupons
dans l'appli **moi**



Jusqu'à
130\$
d'économies

Super
C

je présente ma carte
  la caisse **moi**

1000
points

valeur de
8\$

  l'achat de 125\$
du 14 au 16 mai seulement



PREMIÈRE
MOISSON

je présente ma carte
  la caisse **moi**

3\$
seulement

Petite miche
campagnarde

adhérer dès
maintenant sur
programmemoi.ca

*Certaines conditions s'appliquent.
Détails sur les coupons numériques ou à programmemoi.ca.
Toutes les marques de commerce appartiennent à
leur propriétaire respectif, utilis es sous licence.

** conomisez et
accumulez des
points grâce aux**

**FORMATS
ÉCONOMIQUES**

375
points
moi

valeur de
3\$



Détergent à lessive Selection,
5.52 L format valeur

250
points
moi

valeur de
2\$



Barres de crème glac e Irresistible,
10x72 ml, format valeur

250
points
moi

valeur de
2\$



Canneberges sucr es et s ch es
Selection, 750 g, format valeur

- 1 télécharger l'appli mon metro
- 2 ajouter les 3 coupons
- 3 présenter la carte moi
en magasin ou sur metro.ca

aussi disponibles sur les bornes
en magasin et sur metro.ca

m

875
points
moi

valeur de
7\$

metrogo! préparés en magasin

c'est la saison du homard



cavatappi au fromage et au homard



repas individuels
choix varié
individual meals
à partir de 11,75/lb

à partir de

259
le 100 g

C'EST NOUVEAU!
chez metro

coquilles farcies au homard

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

la rôtisserie moins chère qu'au resto



repas de tendres
bouchées de poulet
avec frites, sauce et salade
tender chicken bites meal
+TX

999



repas de poulet frit
3 mcx, avec frites, sauce et salade
fried chicken meal
+TX

1399



repas demi-côtes
levées et cuise
de poulet
avec frites, sauce et salade
half ribs and chicken leg meal
+TX

1699



repas demi-côtes
levées et poitrine
de poulet
avec frites, sauce et salade
half ribs and chicken breast
meal
+TX

1799

breuvage GRATUIT*

voir variétés en magasin



profitez de l'offre trio

à l'achat de



1 sandwich*

individuel, au choix +TX

plus de 30 variétés de sandwiches

+



plus de 10 variétés de salades

1 salade préparée sur place

au choix +TX

VOIR DÉTAILS EN MAGASIN

fiesta mexicaine



699

quesadillas poulet et-fromage
195 g
chicken and cheese quesadillas
reg. 7,99

bol boeuf sud-ouest



C'EST NOUVEAU!
chez metro

bol repas
440 g
meal bowl
+TX

1199

au comptoir réchaud

burrito au poulet
250 g
chicken burrito
reg. 8,99

799

+TX



salade maïs, tomates, lime et coriandre



salade
salad
10,39/lb
+TX

229
le 100 g

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

j'économise plus avec

moi



prix spécial
349

prix membre
299

gnocchi de pommes de terre Selection
500 g
Selection potato gnocchi
reg. 4,29



produit d'ici

prix spécial
449

prix membre
399

vinaigrette Kraft
425 ml, choix varié
Kraft salad dressing
reg. 4,99



prix spécial^{+TX}
749

prix membre^{+TX}
699

rinç-bouche Crest,
Scope
1 L, choix varié
Crest, Scope mouthwash
reg. 7,99



prix spécial
849

prix membre
799

tartelettes Irresistible
450 g
Irresistible custard tarts
reg. 8,99



prix spécial
999

prix membre
899

raviolis dim sum aux crevettes Irresistible surgelées, 280 g
Irresistible shrimp dim sum dumplings
reg. 10,99



prix spécial
1299

prix membre
1249

sauce à la viande
800 ml
meat sauce
reg. 13,49



prix spécial
1249

prix membre
1199

Parmigiano Reggiano Irresistible
24 mois, 200 g
Irresistible Parmigiano Reggiano
reg. 13,49



prix spécial
549

prix membre
499

avocats Hass importés du Mexique et/ou du Pérou, sac 5 ou 6 un. Hass avocados
reg. 5,99

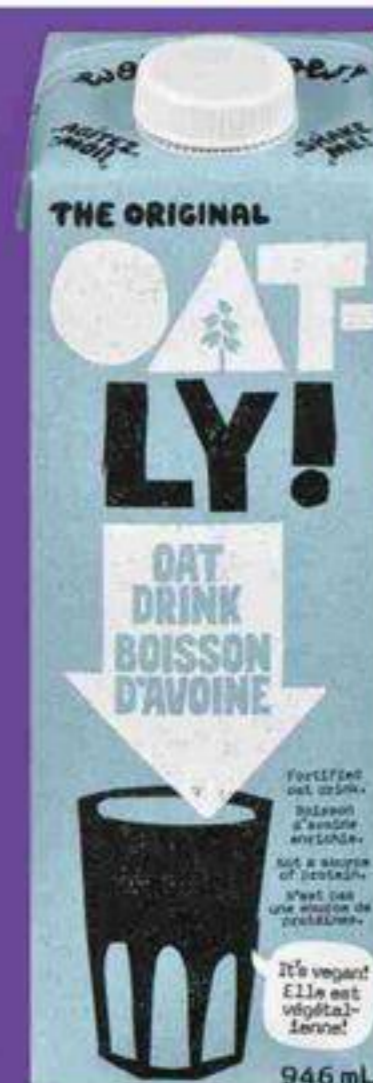


prix spécial
1099

prix membre
999

petites saucisses cocktail cuites enrobées de pâte Gogo La Belle et La Boeuf surgelées, 400 g
La Belle et La Boeuf frozen Gogo mini corn dog
reg. 11,49

SANS GLUTEN



boisson à l'avoine Oat-Ly
946 ml-1 L, choix varié
Oat-Ly oat drink
reg. de 5,79 à 6,49

prix spécial
549

prix membre
449



produit d'ici

prix spécial
249

prix membre
199

boisson Selection
2 L, choix varié, consigne
Selection drink
reg. 2,99



prix spécial^{+TX}
749

prix membre^{+TX}
699

friandises glacées Selection
36/59 ml, choix varié
Selection ice pops
reg. 7,99

produit d'ici



prix spécial
449

prix membre
399

gruau instantané Quaker
168-344 g, choix varié
Quaker instant oatmeal
reg. 5,29



prix spécial^{+TX}
649

prix membre^{+TX}
599

assouplisseur de tissus Fleecey
1,36 L, 80 un., choix varié
Fleecey fabric softener
reg. 6,99

organisez vos journées

café moulu Lavazza en grains, 300-340 g, choix varié Lavazza ground coffee reg. 19,99

14⁹⁹



crème fouettée véritable Irrésistible 225 g, choix varié Irrésistible real whipped cream reg. 5,29

3⁹⁹



céréales Kashi Kellogg's 349-510 g, choix varié Kellogg's Kashi cereal reg. 9,49

6⁴⁹



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

250 de rabais à l'achat de 2 pains



thé en sachets Tetley tisane, 20-36 un., Selection thé en sachets 48 un., choix varié Tetley tea bags reg. de 4,29 à 5,29

3⁹⁹



crème Québon Ultra crème, Sealtest Lactantia, Natrel 5%, 10%, 1 L, 35%, 473 ml, choix varié Québon Ultra crème, Sealtest cream reg. de 6,19 à 7,99

4⁹⁹



yogourt grec Danone Oikos 4/100 g, yogourt 4/95 g choix varié Danone Oikos greek yogurt

3/10⁹⁹ ou 5⁶⁹ l'unité



5⁴⁹ sandwich Smucker's Uncrustable 4/52-58 g, choix varié Smucker's Uncrustables sandwich reg. 5,99

barres Kashi Kellogg's 175-200 g, Special K 165 g barres aux Rice Krispies 154-198 g, choix varié Kellogg's Kashi bars reg. 5,29

3⁴⁹



beurre d'arachide Selection 1 kg, Mieux-être biologique 500 g, choix varié Selection peanut butter reg. de 5,99 à 6,29

5⁴⁹



6⁴⁹ tartinade noisettes-cacao Nutella 375-400 g, Bonne Maman, tartinade cacao, caramel 250-285 g, Freddo tartinade 450 g, choix varié Nutella hazelnut-cocoa spread reg. de 6,99 à 7,49

capsules de café Irrésistible K-Cup 12 un., choix varié Irrésistible coffee capsules reg. de 8,79 à 9,79

7⁴⁹



tartinade originale Lactantia 1,28 kg, Olivina, Attitude santé margarine molle 850 g Lactantia original spread reg. 8,29

6⁹⁹



3⁴⁹ goûter au pouding Kozy Shack 624 g, choix varié Kozy Shack pudding snack reg. 4,49

tortillas Old El Paso 144-334 g, coquilles à tacos 125-153 g, haricots sautés 398 ml, riz mexicain 215 g, ensemble à tacos 94-155 g, sauce à tacos, enchiladas 243-296 ml, choix varié Old El Paso tortillas reg. de 3,99 à 5,79

2⁹⁹



riz Dainty 1,6 kg, choix varié Dainty rice reg. de 11,99 à 14,49

9⁹⁹



dîner Michelina 255-284 g, choix varié Michelin dinner reg. 3,79

2⁹⁹



légumes Géant Vert, Le Sieur, Del Monte 341-398 ml, pâté à sandwich Paris Pâté, 78 g, choix varié Green Giant, Le Sieur, Del Monte vegetables reg. de 2,69 à 3,19

1⁹⁹



marinade et sauce assaisonnée Thai Kitchen 112 g, sauce aux piments 200 ml, Blue Dragon sauce 150-325 ml, chili croustillant 180 g, Farkay nouilles 397 g, choix varié Thai Kitchen seasoned sauce and marinade reg. de 5,99 à 8,29

5⁷⁹



sauce tomate Selection 680 ml, choix varié Selection tomato sauce reg. 2,89

2⁴⁹



boisson énergisante Celsius canette 355 ml, choix varié, consigne Celsius energy drink reg. 3,99

2⁹⁹



amuse-gueule Crispers Christie Méli-Mélo, 145 g, choix varié Christie Crispers snacks reg. 4,19

2⁹⁹



chocolat Irrésistible 100 g, choix varié Irrésistible chocolate bar reg. 5,49

4⁹⁹



3⁴⁹ réglisse Twizzlers Hershey's 283-454 g Twizzlers liqoune reg. 4,99



maïs à éclater Orville 248-492 g, choix varié Orville popping corn reg. 8,29

5⁹⁹



dîner de pâtes Mikes surgelé, 250-275 g, choix varié Mikes pasta dinner reg. 4,99

4⁴⁹



friandises chocolatées Nestlé Aero Kit Kat, 95-105 g, choix varié Nestlé chocolate treats reg. 4,49

2⁹⁹



1¹¹ friandises chocolatées Mars, Nestlé, Hershey's, Cadbury 30-60 g, choix varié Mars, Nestlé, Hershey's, Cadbury chocolate treats reg. 1,67



l'événement 1\$ 2\$ 3\$ 4\$ 5\$

produit d'ici

eau de source gazéifiée Eska
1 L, choix varié, consigne
Eska carbonated spring water
reg. 1,99

1\$



BIO

purée pour bébé Personnelle bébé
128 ml, choix varié
Personnelle baby puree
reg. 2,49

2\$



craquelins Goldfish Pepperidge Farm
156-227 g, choix varié
Pepperidge Farm Goldfish crackers
reg. 3,99

3\$



bol de nouilles Nongshim
86 g, nouilles instantanées
75-120 g, choix varié
Nongshim noodle bowl
reg. 2,29

2\$



produit d'ici

légumineuses Cedar
540 ml, choix varié
Cedar legumes
reg. 2,79

2\$

cedar PHOENIXA
Pois chiches
540 mL - 19 oz liq



pâtes alimentaires Primo
500-900 g, choix varié
Primo pasta
reg. de 3,49 à 3,79

3\$

PRIMO
Macaroni
500 g

produit d'ici



nettoyant tout usage Lysol
650 ml-1,2 L, pour salle de bain
950 ml, de cuvette 710 ml, 80 g, click gel 4 un., choix varié
Lysol all-purpose cleaner
reg. de 5,49 à 5,99

4\$



pommes de terre frites Irrésistible
surgelées, 454-650 g, choix varié
Irrésistible french fried potatoes
reg. 4,29

4\$

Irrésistible
FRIED POTATOES
FRITES DE POMMES DE TERRE
CRACKED PEPPER
POIVRE CONCASSE



produit d'ici

pâte feuilletée Selection
surgelée, 400 g, choix varié
Selection puff pastry
reg. 3,49

3\$

Selection
rolled - abassées
puff pastry sheets
pâte feuilletée en feuilles
400 g



sauce pour pâtes Selection du Jardin
Catelli 600 ml, choix varié
Catelli Garden Select pasta sauce
reg. 4,19

3\$

CATELLI
Sélection du Jardin
Tomates et basilic
600 mL



nettoyant tout usage Pine-Sol
1,41 L, AirWick vaporisateur
180 g, purificateur d'air 175 g, huile essentielle 20 ml, choix varié
Pine-Sol all-purpose cleaner
reg. de 6,99 à 8,99

5\$



pain de beauté Dove
2/106 g, Garnier Fructis shampooing
370 ml, choix varié
Dove beauty bar
reg. de 5,99 à 6,49

5\$

Dove
white / blanc
beauty bar / pain de beauté
2 x 106 g



BIO

bouillon biologique Imagine
946 ml-1 L, choix varié
Imagine organic broth
reg. de 5,99 à 6,99

5\$

Imagine
ORGANIC - BIOLOGIQUE
CHICKEN BROTH
BOUILLON DE POULET



BIO

légumes Mieux-être biologique, Irrésistible
surgelées, 450-500 g, choix varié
Life Smart organic, Irrésistible vegetables
reg. de 5,99 à 6,49

5\$

Life Smart Mieux-être
ORGANIC BIOLOGIQUE
EDAMAME
Shelled - Écossés
450 g



produits d'ici

bière Boréale, Lagabière, Le Castor
canette 473 ml, choix varié, consigne
beer
reg. de 3,69 à 5,99

à partir de 2,99



produit d'ici

ÉPISODE IPA DU NORD-EST
473 ml, bière forte/strong beer
8% alc./vol.

Pêcheur
IPA session - 4% alc./vol., 400 ml

LAGABIÈRE
LAGABIÈRE 2018
BLONDE
PILSENER BEER
4,9% alc./vol.



AYLMER
Vegetable soup
Soupe aux légumes

AYLMER
Tomato soup
Soupe aux tomates

1,29



relish Tundra
375 ml, choix varié
Tundra relish
reg. 4,79

3,99

relish nordique nordic relish
TUNDRA
375 ml



Resto PIZZ
2 PIZZAS
Pepperoni & Fromage
Pepperoni & Cheese
560-850 g, choix varié
Resto Pizz pizza
reg. de 10,49 à 10,99

8,99



CATELLI SMART
ALL NATURAL INGREDIENTS
FIBRE
SPAGHETTINI
375 g

1,99

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



sauce BBQ Fitcook
sauce à burger, ketchup, signature, mayo épicée
Fitcook 355 ml, choix varié
Fitcook BBQ sauce
reg. 10,99

9,99

Signature Fitcook LA NINJA
Pimp Your Ribs



cornichons Brine Co.
1 L, choix varié
Brine Co. pickles
reg. 6,49

4,99

BRINE CO.
CORNICHONS À L'ANETH CROQUANTS
COURNIFY DILL PICKLES
1 L



boisson au café Trema
330 ml, choix varié, consigne
Trema coffee drink
reg. 3,99

2,99

TREMA
Café latté
Latté Moka



Boisson énergisante Spark
canettes 4/355 ml, choix varié, consigne
Spark energy drink
reg. 11,99

9,99

SPARK
L'Originale | The Original



produit d'ici

eau de source naturelle Eska
4 L
Eska natural spring water
reg. 3,39

2,79

eska



essuie-tout de papier Selection
12 rouleaux, papier hygiénique 18-30 rouleaux, choix varié
Selection paper towels
reg. 15,49

14,49

Soft-Doux
Quilted-Coussin

Ultra
3 ply 3 épaisseurs
Super soft-doux



café en grains ou moulu Café William
575-800 g, choix varié
Café William ground coffee or coffee beans
reg. 26,99

24,99

WILLIAM
GRAND ITALIA



Oatbox
Biologique
Barre d'avoine Bleuet
5/24 g, choix varié
Oatbox oatmeal bars
reg. 5,29

3,99

Oatbox
Barre d'avoine
Bleuet



détergent pour la vaisselle La Parisienne
740 ml, choix varié
La Parisienne dishwashing detergent
reg. 3,79

2,99

LA PARISIENNE
POISSON VERTE GREEN APPLE



essuie-tout de papier Selection
12 rouleaux, papier hygiénique 18-30 rouleaux, choix varié
Selection paper towels
reg. 15,49

14,49

Ultra
3 ply 3 épaisseurs
Super soft-doux



préparez votre été

vin rouge ou blanc
vinier 4 L, choix varié
red or white wine
reg. de 43,09 à 52,09

5\$
de rabais



produit d'ici

vin rouge, blanc ou rosé
700-750 ml, choix varié
red, white or rosé wine
reg. de 12,99 à 16,99

à partir de **11.99**



8.99 boisson non alcoolisée
The Great Gentleman
canettes 6/250 ml, choix varié, consigne
The Great Gentleman non-alcoholic drink
reg. 11,99

boisson sportive
Gatorade
24/591 ml, choix varié, consigne
Gatorade sport drink
reg. 23,99

21.99



boisson de malt
Poppers
PopUp
caisse, canettes
12/355 ml, consigne
Poppers PopUp
malt drink
reg. de 26,99 à 27,49

25.99



24.99 boisson de malt
Shape
canettes 12/355 ml, choix varié,
consigne
Shape malt beverage
reg. 26,99

22.99 Sangria d'ici non pétillante
Lacroix
4 L
Lacroix Sangria
reg. 24,99

23.99 sangria Pepito
4 L, choix varié
Pepito sangria
reg. 27,49

23.49 boisson de malt
Labatt SVNS
canettes 12/355 ml, choix
varié, consigne
Labatt SVNS malt beverage
reg. 25,99

23.99 boisson de malt
thé glacé Pabst
canettes 12/355 ml, choix varié,
consigne
Pabst malt drink
reg. 25,49

23.99 boisson au vin
Olé! Sangrita
4 L
Olé! Sangrita
wine drink
reg. 26,99

19.99 boisson de malt
Shaker
limonade, 3 L
Shaker malt drink
reg. 20,99

9.99 boisson sans alcool
Distillerie 3 Lacs
canettes
4/355 ml, choix
varié, consigne
Distillerie 3 Lacs
non alcoholic
drink
reg. 10,99

12.79 vin mousseux St.Regis
4/200 ml, choix varié, consigne
St.Regis sparkling wine
reg. 13,99

2/7.50 pains géants à
hamburger ou à hot-dog
Irresistible
6-8 un., Selection mini pains hamburger
Irresistible mammoth hamburger or hot dog buns
ou à partir de **4.49**
l'unité

2/6.50 petits pains
à hamburger
ou à hot-dog
Selection
12 un., choix varié
Selection hamburger
or hot-dog buns
ou **3.79**
l'unité

6.99 trio de condiments Heinz
ketchup, relish, moutarde, 3/375 ml
Heinz picnic pack
reg. 7,49

3.99 sauce BBQ
Diana
500 ml, Bull's
Eye, 425 ml,
choix varié
Diana BBQ
sauce
reg. 5,99

2/8.50 croustilles
de maïs
Fritos
340 g, maïs
soufflé Smartfood,
150-220 g, Munchies
amuse-gueule 250 g,
choix varié
Fritos chips,
Smartfood popcorn
reg. 5,29

4.99 salsa Tostitos
416-418 ml, choix varié
Tostitos salsa
reg. 5,79

3.99 cornichons Selection
1 L, choix varié
Selection pickles

3.99 ketchup
aux tomates
Selection
750 ml-1 L, choix varié
Selection tomato
ketchup

1.99 croustilles
Irresistible
150 g, choix varié
Irresistible
potato chips
reg. 2,99

7.99 guimauves
Selection
700 g
Selection marshmallows
reg. 9,49

6.99 dessert
glacé Grazy
500 ml, choix varié
Grazy frozen
dessert
reg. 7,99

7.99 friandises
glacées
Leclerc
Célébration
4/90 ml, friandises
glacées Popsicle
18/48 ml,
choix varié
Leclerc Célébration
frozen treats
reg. de 8,99 à 10,29

1.49 thon pâle Selection
85-170 g, choix varié
Selection light tuna

3.99 jus Oasis
8/200 ml, choix varié
Oasis juice
reg. 5,99

5.49 crème glacée
Ben & Jerry's
473 ml, dessert glacé
Dole Whip, 414 ml, choix varié
Ben & Jerry's ice cream,
Dole Whip frozen dessert
reg. de 7,49 à 7,99

5.49 Dole Whip
473 ml, dessert glacé
Dole Whip frozen dessert
reg. de 7,49 à 7,99

MOTT'S
CLAMATO
Caesar

MOTT'S
Garden
COCKTAIL



7.99

MOTT'S CLAMATO CAESAR
certaines variétés
4 x 341 mL
rég. 9,99 \$



3.99

MOTT'S CLAMATO OU
MOTT'S GARDEN COCKTAIL
certaines variétés
1.89 L
rég. 5,49 \$

MARQUE DE COMMERCE UTILISÉE SOUS LICENCE PAR CANADA DRY MOTT'S INC.

MOTT'S
Fruitsations



2.79

MOTT'S FRUITSATIONS®
5 x 104 mL OU 620 mL
rég. 3,79 \$



J'♥ LA COMPOTE

MARQUE DE COMMERCE UTILISÉE SOUS LICENCE PAR CANADA DRY MOTT'S INC.

ATYPIQUE
MOCKTAILS

7.99 +TX

ATYPIQUE® MOCKTAILS
certaines variétés
4 x 355 mL
CONSIGNE
rég. 9,99+TX



MARQUE DE COMMERCE UTILISÉE SOUS LICENCE PAR CANADA DRY MOTT'S INC. BOISSONS PETILLANTES AROMATISÉES.

RABAIS DE
10\$

37.99\$
L'UNITÉ À
L'ACHAT DE 2
+ TAXES ET CONSIGNE



Aussi disponible: 24 canettes Corona, 24 bouteilles Stella Artois
Prix régulier: 44,99\$¹

42.99\$
PRIX
UNITAIRE
+ TAXES ET CONSIGNE

34.99\$
L'UNITÉ À
L'ACHAT DE 2
+ TAXES ET CONSIGNE



41.99\$
PRIX
UNITAIRE
+ TAXES ET CONSIGNE

23.49\$
PRIX UNITAIRE
+ TAXES ET CONSIGNE



Aussi disponible: Beach Day Every Day, 5VNS Hard 7up, Bud Light Cielada, Palm Bay, 12 ou 15 canettes
Prix régulier: 25,99\$¹

APPRECIÉZ DE MANIÈRE RESPONSABLE. Vous devez avoir l'âge légal de consommer de l'alcool. L'offre valide du 14 au 20 mai dans les Metro participants. Sujet à la disponibilité des produits. Offre applicable à l'achat de deux (2) caisses de 24 bouteilles ou canettes (330-375 mL) des marques sélectionnées. Le prix unitaire s'applique à l'achat d'une (1) caisse. Les produits peuvent être mélangés et doivent être achetés sur une même transaction. Cette offre ne peut être combinée à aucune autre offre. L'offre applicable à l'achat de deux (2) caisses de 24 canettes (355 mL) de Michelob Ultra. Le prix unitaire s'applique à l'achat d'une (1) caisse. Les produits doivent être achetés sur une même transaction. Cette offre ne peut être combinée à aucune autre offre. L'offre applicable à l'achat d'une (1) caisse de 12 ou 15 canettes (355 mL) des marques sélectionnées. Cette offre ne peut être combinée à aucune autre offre. Prix sujet à changement. Taxes et consigne en sus. Le prix de vente est du ressort exclusif du détaillant qui doit respecter le prix minimum de la bière établi par la loi. MOTT'S Les marques de commerce sont la propriété exclusive de leur propriétaire respectif.

À PARTIR DE
22.99\$ *
+ TX

LA CAISSE DE
12 CANETTES
DE 355 mL
PRIX COURANT :
DE 23,49\$ À 28,49\$ +TX

JUSQU'À
5\$
D'ÉCONOMIE!



VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN.

NOUVEAU

BOISSONS DE MALT ALCOLISÉES

22.99\$ *
+ TX

LA CAISSE DE
12 CANETTES OU BOUTEILLES
DE 355 mL OU 330 mL
PRIX COURANT :
26,49\$ +TX

3.50\$
D'ÉCONOMIE!



VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN.

22.99\$ *
+ TX

LA CAISSE DE
12 CANETTES DE 355 mL
OU BOUTEILLES DE 341 mL
PRIX COURANT :
DE 24,49\$ À 26,49\$ +TX

JUSQU'À
3.50\$
D'ÉCONOMIE!



VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN.

18 ans et plus. En vigueur dans les établissements METRO participants du Québec du 14 au 20 mai 2026 sous réserve de la disponibilité des produits ou jusqu'à épuisement des stocks, selon la première de ces éventualités. * Les offres sont disponibles pour une durée limitée seulement. Taxes et consigne en sus. La fixation du prix de détail est du ressort exclusif du détaillant, qui doit respecter le prix minimum de la bière établi par la loi.

**COUREZ LA CHANCE DE
GAGNER UN BARBECUE NAPOLEON**

le 1er mai 2026 et se termine le 15 juillet 2026



ACHAT
2 PLUS
PRODUITS

PHOTO
PRENEZ UNE PHOTO
DE VOTRE REÇU

ENVOI
TELEVERSEZ
LA PHOTO ICI:



**C'EST
NOUVEAU!**
chez metro



4,99\$

CLUB HOUSE® ASSAISONNEMENTS LAGRILLE® CHOIX VARIÉ 111 g - 248 g
REG. 6,49\$



2,49\$

FRENCH'S® MOUTARDE JAUNE
CLASSIQUE 400 ml
REG. 3,19\$



3,99\$

FRANK'S REDHOT® ET STUBB'S®
354 ml - 450 ml CHOIX VARIÉ
REG. 5,49\$ - 5,99\$

Votre sélection de l'été



3.99^{+TX} \$*

Les boissons Fruitopia^{MD} et thés glacés Fuze^{MD} en carton de 1,75 L

prix rég : **4.99 \$ à 5.49 \$***

3.99^{+TX} \$*

Les boissons Minute Maid^{MD} en bouteille de 1,54 L

prix rég : **5.99 \$***

5.99 \$*

Les jus Simply Orange^{MD} en bouteille de 1,36 L

prix rég : **7.99 \$***

* Taxes, redevances, consignes et frais applicables en sus. Valable dans les établissements participants pour une durée limitée. Selon la disponibilité, jusqu'à épuisement des stocks. Le détaillant peut vendre à un prix inférieur. Les marques de commerce indiquées appartiennent à leur propriétaire respectif.

NOUVEAU

CAISSE DE 12

24.99\$*

+ TAXES ET CONSIGNE

PRIX RÉGULIER ~~28.99\$~~

7% alc./vol.



ÉCONOMIE DE 4\$

*18 ans et plus. Taxes et consignes en sus. Offre valable du 14 au 20 mai 2026. Jusqu'à épuisement des stocks. La fixation du prix de vente au détail est du ressort exclusif du détaillant, qui doit respecter le prix minimum établi par la loi. Consommez de façon responsable.

SMIRNOFF

CAISSE DE 6

13.99\$*

+ TAXES ET CONSIGNE

PRIX RÉGULIER ~~16.29\$~~



*18 ans et plus. Taxes et consignes en sus. Offre valable du 14 au 20 mai 2026. Jusqu'à épuisement des stocks. La fixation du prix de vente au détail est du ressort exclusif du détaillant, qui doit respecter le prix minimum établi par la loi. Consommez de façon responsable.

DRINKIQ.com

toujours au prix minimum garanti!

lait régulier, format 4 L



ÊTES-VOUS SATISFAIT DU SERVICE?



PARTICIPEZ À NOTRE SONDAGE

Savoir, c'est pouvoir mieux vous servir
Répondez à notre sondage et courez la chance de gagner

1000\$ d'épicerie!

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 14 mai au mercredi 20 mai 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, May 14th to Wednesday, May 20th 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. *Valid 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.