



haché en magasin tous les jours
maigre
544 /lb

côtelettes de porc coupe hôtel
 carré de longe de porc frais tout de côtes, format économique
 fresh pork loin chops, economic pack
 11,00/kg
 reg. 8,49/lb - 18,72/kg

499 /lb



boeuf haché maigre
 format économique
 lean ground beef, economic pack
 11,99/kg
 reg. 9,79/lb - 21,58/kg

coupe hôtel



filets de truite
 surgelés ou décongelés, format économique
 trout fillets, economic pack
 19,82/kg
 reg. 14,99/lb - 33,05/kg

899 /lb



bleuets
 produit des États-Unis et/ou du Mexique
 chopine, blueberries
 reg. 14,99

299

chopine



laitue Boston de serre vivante Gen V
 produit du Québec
tomates raisins biologiques
 produit du Canada et/ou importées du Mexique, 284 g ou
champignons blancs
 produit du Canada, 227 g
 Gen V living butter lettuce, organic grape tomatoes or white mushrooms
 reg. de 2,99 à 6,99



au choix
177



400 g



400 g

wow
 prix membre
1499 **1299**

wow
399



999

côtes de dos de porc cuites irrésistible
 680 g, St-Hubert côtes de dos de porc cuites 625 g, choix varié irrésistible cooked pork back ribs
 reg. de 15,99 à 18,99



299

pommes de terre McCain
 surgelées, 454-800 g, choix varié
 McCain potatoes reg. de 5,49 à 5,99



8\$ de rabais



m spécial appli
 les membres moi économisent plus

399*
299*

vinaigrette Le Grec
 350 ml, choix varié
 Le Grec salad dressing
 reg. 4,79

sans coupon numérique

prix membre avec coupon numérique

Ajouter le coupon à tout moment dans l'appli mon metro, du jeudi au mercredi.
 Coupon exclusif aux membres moi
 Jusqu'à épuisement des stocks. Certaines conditions s'appliquent, voir metro.ca.



imbattable
647
 yogourt lögo
 16/100 g, Siggi's skyr 650-750 g, choix varié lögo yogurt
 reg. de 8,29 à 9,29



imbattable
494
 friandises glacées Häagen-Dazs
 3-4/55-88 ml, crème glacée 414-450 ml, lögo yogourt glacé 946 ml, Barres au yogourt glacé 4/80 ml, Nano yogourt glacé 8/50 ml, choix varié
 Häagen-Dazs frozen treats
 reg. de 5,49 à 6,99



imbattable
644
 café instantané Nescafé
 100-170 g, crèmeux et sucré 15-18 cm, choix varié
 Nescafé instant coffee
 reg. 9,99



imbattable
397
 préparation de fromage fondu Kraft Singles
 Velveeta, 14-22 tranches, 410 g, choix varié Kraft Singles process cheese food
 reg. 6,79



3.99

fraises
produit des É.-U.,
Cat. No 1, 454 g
strawberries
reg. 4,99



plateau de
fruits ou de
légumes
avec coulis trempette,
800 g (1/2 kg), choix varié
fruits et légumes
platter
reg. 16,99

11,99\$^{TX}

5\$
de rabais



4.99

fromage Tre Stelle
200 g, Castello 125-175 g,
fromage Médard 150 g, choix varié
Tre Stelle cheese
reg. 6,99



10 unités

5.99

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



2\$
de rabais
à l'achat
de 2 pains

produit d'ici
Signature
HAMBURGER
pains à hot-dog ou
à hamburger Pom
Signature, 4-8 un., Villaggio 6-8 un.,
petits gâteaux 6-12 un., choix varié
Pom hot dog or hamburger buns
voir réduction sur reçu de caisse



12
variétés
disponibles

PHOTO À TITRE INDICATIF SEULEMENT

14.99 ^{+TX}

poke bol
choix varié
poke bowl



produit d'ici

2/7\$ ou **3.99**
l'unité

saucisses fumées
Hygrade
450 g, choix varié
Hygrade wieners
reg. 6,99



produit d'ici

truite fumée
Steelhead
True North
surgelée, 50 g
True North
smoked trout
reg. 5,99

3.99



6.99

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



médailon de pétoncle
surgelés
scallop medallion
reg. 1,99 ch.

99¢ ch.



4.99

émincé de jambon Selection
jambon fumé à l'ancienne, poitrine de dinde
175 g, pepperoni tranché 375 g, choix varié
Selection shaved smoked ham
reg. de 5,99 à 7,49



ailes ou pilons de poulet La Cage
surgelés, 550 g, Irresistible burgers de boeuf,
Selection ou Mieux-être 768 g-1,36 kg, La Belle
et la Boeuf burgers 567 g, Bâton Rouge burgers
624 g, MarcAngelo saucisses 500-675 g, Selection
tournedos de poulet 113 g, Benny&Co tournedos de
poulet 690 g, Arahova brochettes souvlaki 490 g,
Maïches pommes de terre 800 g, choix varié
La Cage frozen chicken wings

obtenez
30%
sur
le 2^e
moins cher



2\$
de rabais
à l'achat de
2 produits



croûtilles Miss Vickie's
190-200 g, choix varié
Miss Vickie's potato chips
reg. 5,49

3.88 ^{+TX}

c'est le temps du jardinage



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

5/10\$ ou **2.49**
l'unité



3X
les points

prix spécial

prix membre ^{+TX}
13.99

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

à moi les économies!



repas de nouilles
Annie's
pâtes de riz 170 g,
choix varié
Annie's noodle dish
reg. de 4,29 à 4,79

30%
de rabais

encore plus de produits en
magasin et en ligne moi

18 unités

produit d'ICI



5.88

oeufs blancs Selection Nutri, Natureuf, calibre gros, 18 un., choix varié Selection white eggs reg. 6,29



5.99



céréales Kellogg's General Mills formats et choix variés Kellogg's cereal reg. de 8,29 à 9,99

30 points



250 de rabais à l'achat de 2 pains



fromage sans lactose Allegro 270 g, Black Diamond fromage râpé 300-320 g, Kraft parmesan 200 g, choix varié Allegro lactose free cheese reg. de 8,29 à 11,49

6.99

35 points



biscuits Tradition Leclerc 225-350 g, Célébration minis 200 g, choix varié Leclerc Tradition cookies reg. 4,99

2.49



beurre d'arachide Kraft 750 g-1 kg, choix varié Kraft peanut butter reg. 8,79

6.99



1.79



sauce St-Hubert 398 ml, choix varié St-Hubert sauce reg. 2,99



friandises glacées Parlour 12/60-63 ml, dessert glacé 1,5 L, choix varié Parlour frozen treats reg. 5,99

3.99



sucre Redpath 2 kg Redpath sugar reg. 3,49

2.99



papier hygiénique Cashmere 8 rouleaux doubles, 6 rouleaux triples, Sponge Towels essie-tout de papier, 2 rouleaux doubles (can détergent à lessive), 138 L, Flings 16 un., assouplisseur de tissus 1,31 L, 120 ml, Downy 780 ml-1,31 L, choix varié Cashmere bathroom tissue reg. de 8,49 à 9,99

4.99

Choisissez parmi une grande variété de friandises glacées!

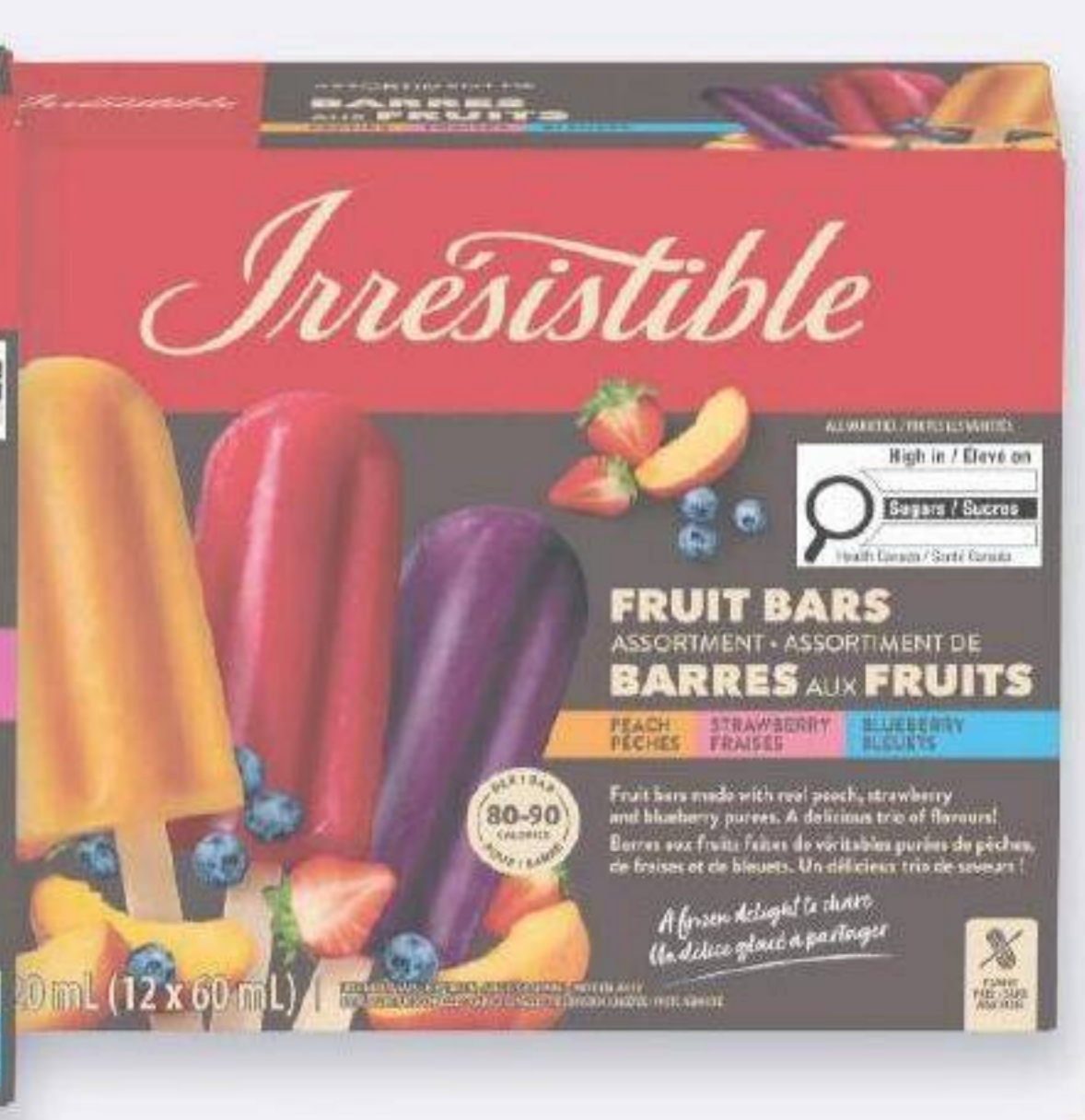
achetez une friandise glacée Irrésistible sélectionnée et obtenez 40% de rabais sur la 2^e moins chère



friandises glacées Irrésistible 3-12/60-100 ml, Mieux-être 4/63-80 ml, mochi 6/90 ml, choix varié Irrésistible frozen treats reg. de 5,99 à 8,79



BARRES DE CRÈME GLACÉE PACANES PRALINÉES



FRUIT BARS ASSORTIMENT - ASSORTIMENT DE BARRES AUX FRUITS



21.99 l'unité à l'achat de 2 ou à partir de 24.49 la caisse



45.99



36.49 l'unité à l'achat de 2

la seule épicerie au Québec à m'offrir des points sur tous mes achats 1\$ d'achat = 1 point moi

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*



85
variétés

15%
de rabais

pâtes sans gluten
et biologiques
200-500 g, choix varié
gluten-free and organic pasta
reg. de 3,79 à 6,99



11
variétés

30%
de rabais

repas de nouilles Annie's
pâtes de riz 170 g, choix varié
Annie's noodle dish
reg. de 4,29 à 4,79



BOEUF
AAA
PLATINUM
PLUS

30
variétés

10%
de rabais

boeuf AAA
Platinum Plus
choix varié
AAA Platinum
Plus beef



collection
fumoir
metro

42
variétés

15%
de rabais

collection
fumoir
choix varié
Smokehouse
collection



fromage de chèvre
Irrésistible Artisan
113-250 g, choix varié
Irrésistible Artisan goat cheese
reg. de 5,49 à 9,49

10%
de rabais

10
variétés



vinaigres et vinaigres
de spécialité
choix varié
vinegars and specialty vinegars
reg. de 1,99 à 26,99

15%
de rabais

75
variétés



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

20%
de rabais

5
variétés



produits Attitude
choix varié
Attitude products
reg. de 4,99 à 17,99

20%
de rabais

32
variétés

il suffit de présenter sa carte moi à la caisse.

moi

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

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.

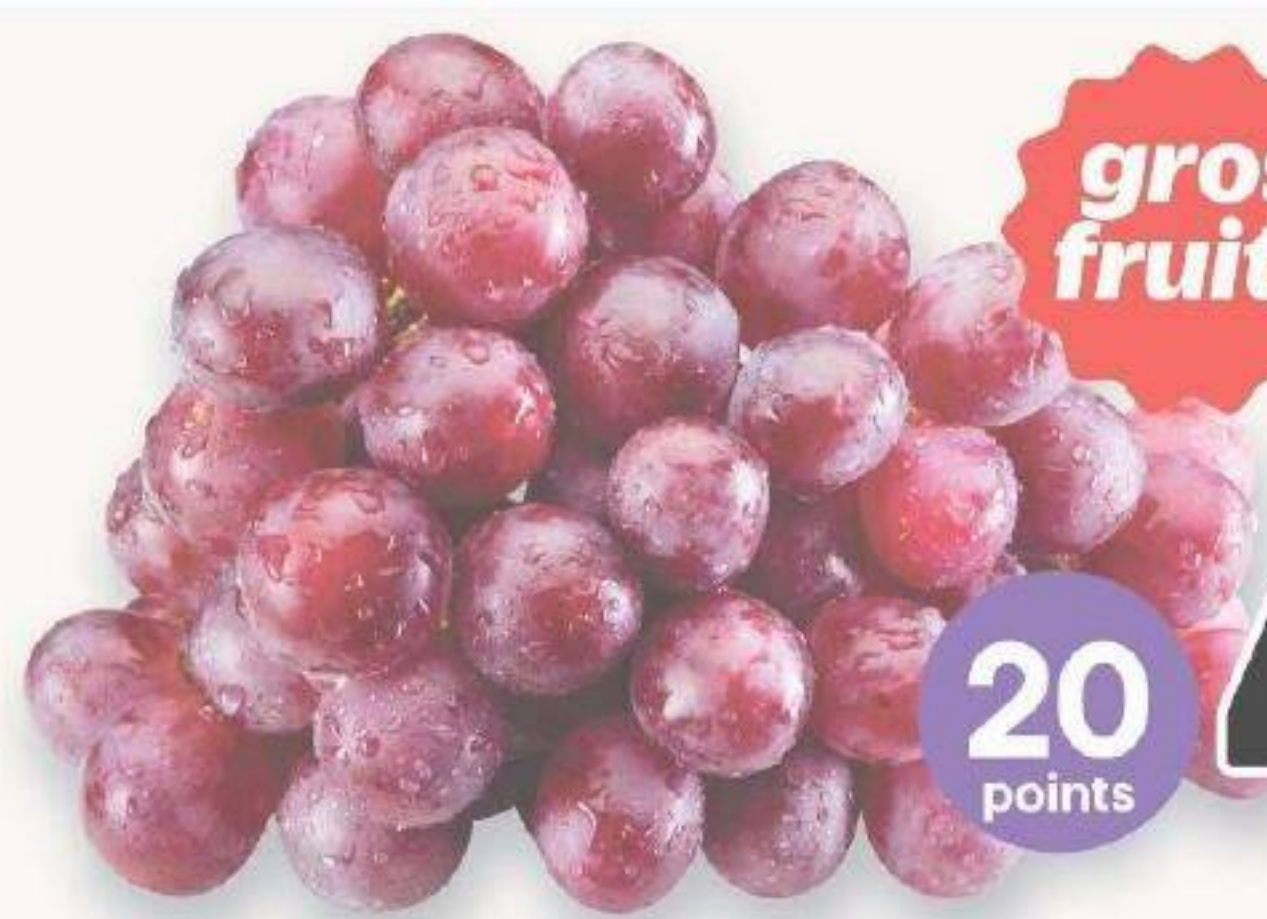
la saison des cerises est commencée



gros fruits

cerises
produit de Californie,
Cat. No 1
cherries
15,41/kg
reg. 9,99/lb - 22,02/kg

6.99
/lb



gros fruits

extra gros
raisins rouges
sans pépins
importés du Chili et/ou du
Mexique, Cat. No 1
extra large seedless red
grapes
10,34/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

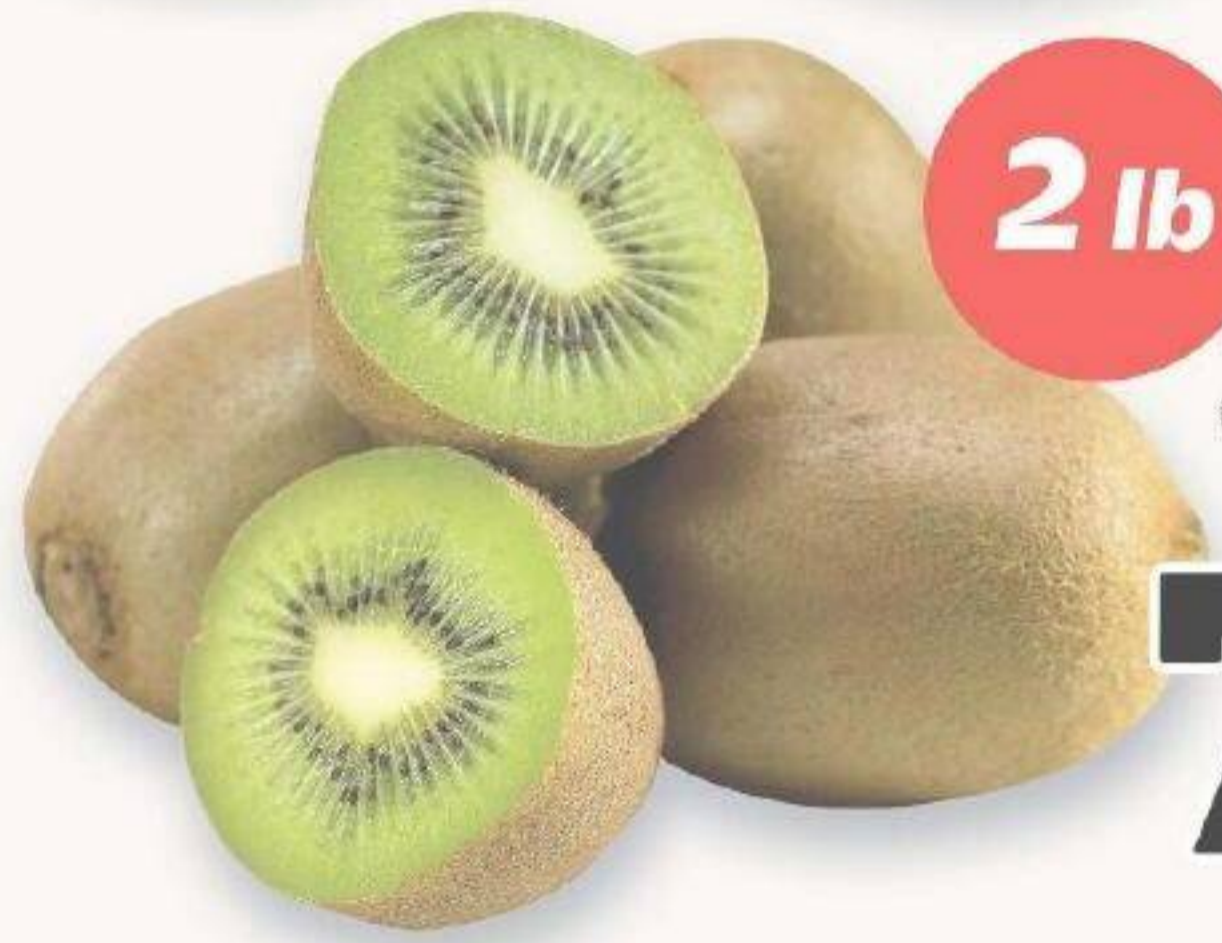
20
points

4.69
/lb



gros cantaloup
importé du Guatemala,
Cat. No. 1, gr 12
jumbo cantaloupe
reg. 4,99

3.99



2 lb

kiwis
importés de la Grèce et/ou de l'Italie,
panier 2 lb
kiwis
reg. 8,99

7.99



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

20
points

3.99



bleuets biologiques
produit des É.U. et/ou importés
du Mexique, 170 g ou
mûres
importées du Mexique, 170 g
blackberries or organic blueberries
reg. de 4,99 à 5,99

au choix
2.99



Cultures de chez nous

Engagée dans une agriculture durable, la ferme Cultures de chez nous récolte des délicieuses asperges du Québec avec passion et savoir-faire depuis 1978.



4.99
/lb

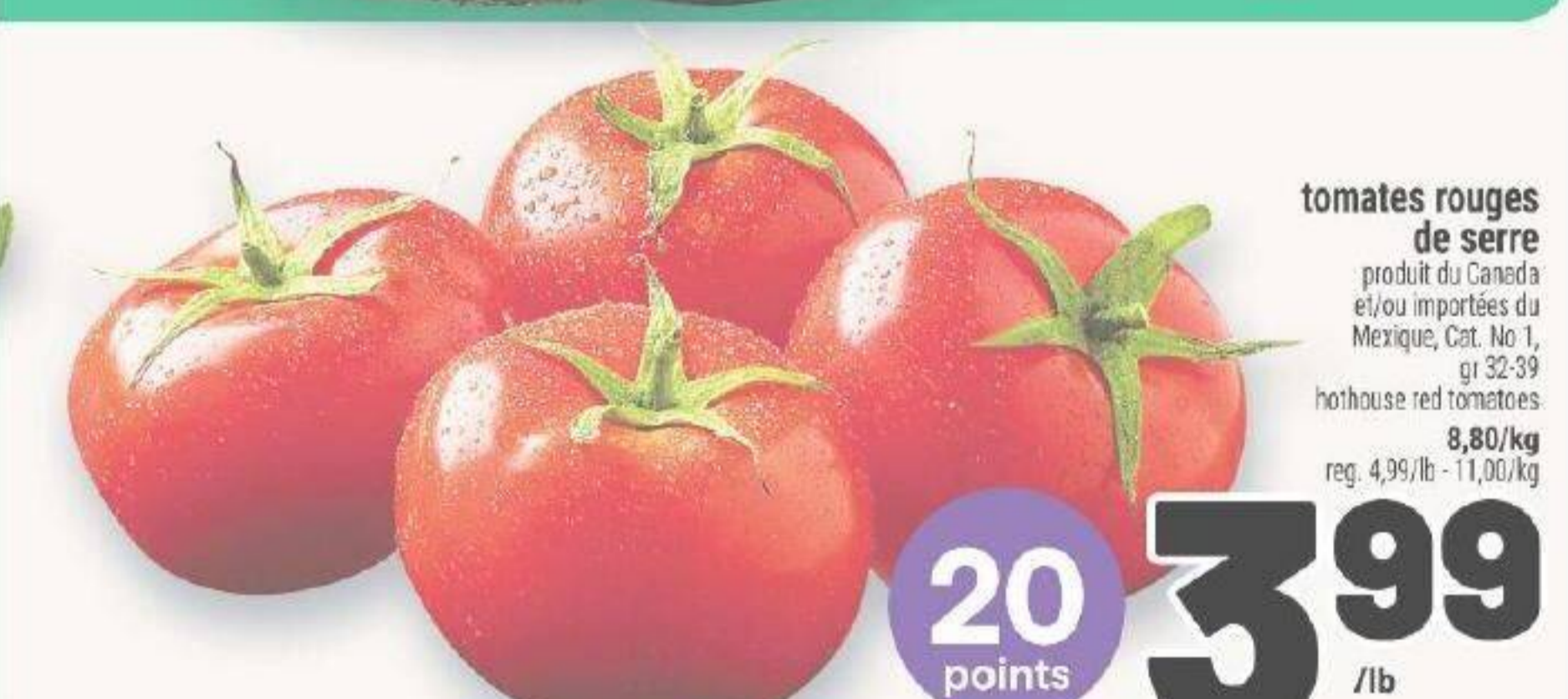
asperges
produit du Canada
asparagus
11,00/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg



gros fruit

avocat Hass
importé du Mexique
et/ou du Pérou,
gr 15
Hass avocado
reg. 2,49

1.99
ch.



tomates rouges de serre
produit du Canada
et/ou importées du Mexique, Cat. No 1,
gr 32-39
hothouse red tomatoes
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

20
points

3.99
/lb



3
unités



poivrons couleurs assorties
produit du Canada, 3 un.
assorted colour sweet peppers
reg. 6,99

5.99

30
points

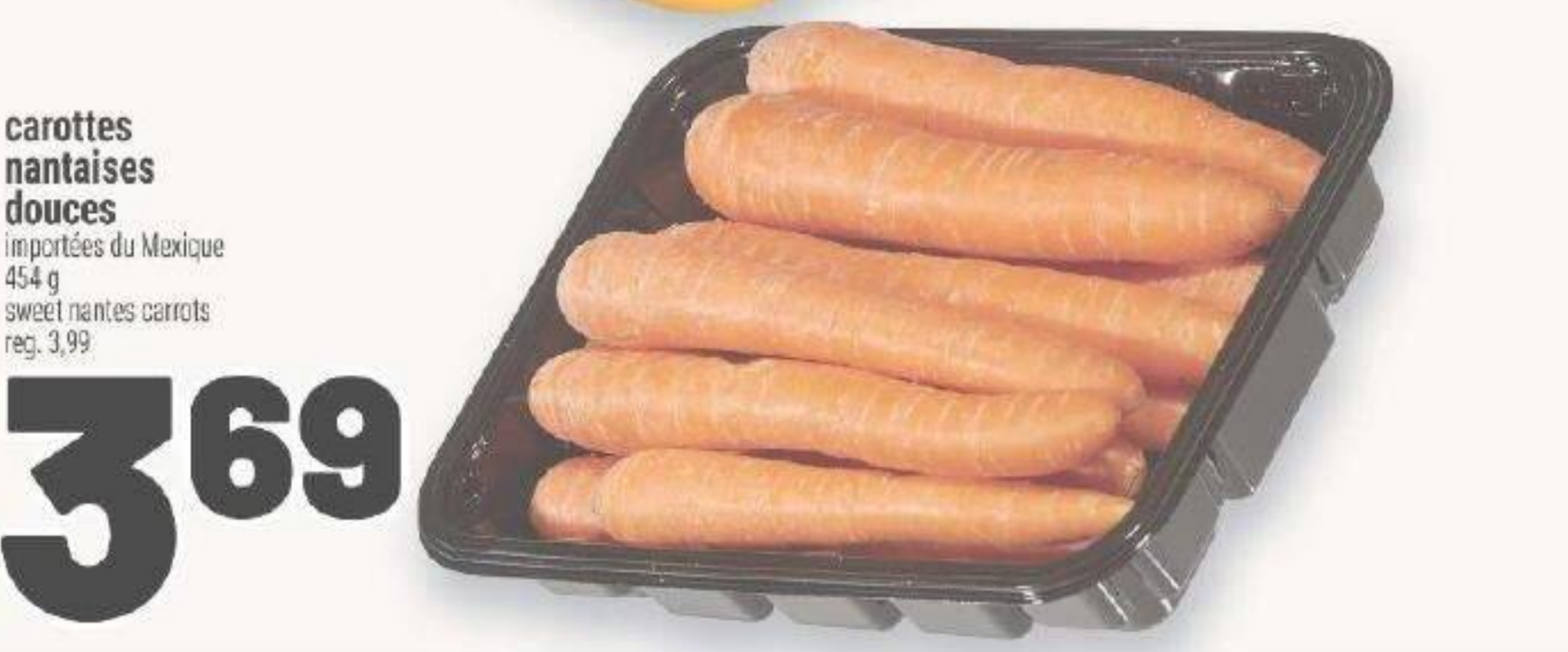


5 lb



pommes de terre
produit du Québec, Canada No 1,
sac 5 lb, choix varié
potatoes
reg. 4,99

3.99



carottes nantaises douces
importées du Mexique
454 g
sweet nantes carrots
reg. 3,99

3.69



1 lb

choux de Bruxelles
importés du Mexique,
454 g
Brussels sprouts
reg. 6,79

4.99

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

la saison **BBQ**

maigre

porc haché maigre
format économique
lean ground pork,
economic pack
9,79/kg
reg. 5,89/lb - 12,98/kg

recette
burger de
porc à la
caribéenne

[cliquez ici](#)

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

444
/lb



produit
D'ICI

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

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

399
/lb



cube de boeuf
à brochettes
boeuf bourguignon,
à fondue, format économique
beef cubes for brochettes,
economic pack
26,43/kg
reg. 12,49/lb - 27,54/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

1199
/lb



—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

1299
/lb

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



produit
D'ICI

poitrines désossées
de poulet de grain
Mieux-Etre Naturalia
env. 900 g
Life Smart Naturalia grain-fed
boneless chicken breasts
22,02/kg
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

999
/lb



metrogo!

souvlakis de boeuf,
de poulet, de porc
ou de dinde
choix varié
beef, chicken, pork or
turkey souvlakis

rabais de
2\$/lb
tout l'été



boeuf
première qualité
metro
depuis 1951

bifteck de
faux-filet
Cat. «A» ou supérieure
rib eye steak

20%
de rabais

préparées en magasin par nos bouchers

**miel et
bacon**

metrogo!

produit
D'ICI



côtelettes
de porc frais
assaisonnées
style hôtel
fresh seasoned pork chops hotel style
14,31/kg
reg. 9,49/lb - 20,92/kg

649
/lb

BangBang



produit
D'ICI

hauts de cuisses de poulet frais
désossés
poitrines de poulet désossées parées, format économique
fresh boneless chicken thighs, economic pack
19,82/kg
reg. 9,49/lb - 20,92/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

899
/lb



VEAU
DE LAIT
PRESTIGE

escalope de cuisseau
de veau de lait
milk-fed veal leg scallopini
66,12/kg
reg. 32,99/lb - 72,73/kg

2999
/lb



metrogo!

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

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

1199
/lb



produit
D'ICI

poulet entier frais
Cat. «A», moins de 2 kg (4,4 lb)
fresh whole chicken
9,90/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

449
/lb



côtelettes de surlonge
de porc désossé
rôti de surlonge de porc désossé,
format économique
boneless pork sirloin chops, economic pack
11,00/kg
reg. 5,99/lb - 13,21/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

499
/lb



produit
D'ICI

rôti de palette
d'épaule de porc
désossée
boneless pork shoulder
blade roast
11,00/kg
reg. 5,49/lb - 12,10/kg

499
/lb

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

C'EST EXCLUSIF!
chez metro

metrogo! vous simplifie la vie

<p>bifteck d'onglet de boeuf thaï Metrogo! 200 g Metrogo! beef flank steak Thai flavour reg. 12,99</p> <p>11⁹⁹</p>	<p>bifteck de flank de boeuf steakhouse Metrogo! 200 g Metrogo! beef flank steak steakhouse flavour reg. 13,99</p> <p>12⁹⁹</p>	<p>bifteck de hampe de boeuf mexicain Metrogo! 200 g Metrogo! beef skirt steak Mexican flavour reg. 11,99</p> <p>10⁹⁹</p>
<p>bifteck de picanha chimichurri Metrogo! 200 g Metrogo! Chimichurri picanha steak reg. 9,49</p> <p>8⁹⁹</p>	<p>macreuse de boeuf style Kansas City Metrogo! 170 g Metrogo! Kansas City style flat iron beef steak reg. 9,49</p> <p>8⁹⁹</p>	<p>boulettes de viande Metrogo! smash burger, 6/100 g Metrogo! meatballs reg. 16,99</p> <p>12⁹⁹</p>

2^e gratuit
à l'achat de burgers de paner Musafir

C'EST NOUVEAU! chez metro

produit D'ICI

MUSAFIR
Burgers de paner
Butter Chicken Poulet au beurre Bites - Bouchées

Valeur de 12,99\$
voir réduction sur reçu de caisse

gratuit
saucisses fumées au poulet Maple Leaf

produit D'ICI

CHICKEN SAUSAGE SELECTION POULET
300 g, choix varié Maple Leaf sausages

Ready Crisp Natural Bacon naturel
Original
50g

Valeur de 6,99\$
voir réduction sur reçu de caisse

à l'achat de bacon Maple Leaf
375 g, précuit 65-85 g, Schneiders bacon tranché épais cuit, 100 g, choix varié Maple Leaf bacon
reg. de 8,99 à 9,99

ANNONCÉ
à partir de 7,99\$

gratuit
saucisses farcies Juicy Jumbos Schneiders

produit D'ICI

SCHNEIDERS
Juicy Jumbos
BACON CHEDDAR

Valeur de 9,99\$
voir réduction sur reçu de caisse

à l'achat de saucisses fumées Juicy Jumbos Schneiders
375-450 g, choix varié Schneiders loaded Juicy Jumbos wieners
reg. de 10,99 à 11,99

ANNONCÉES À 9,99\$

3^e à 1\$
à l'achat de soupe won ton Wong Wing

produit D'ICI

WONG WING
WON TON COVERS
EGG ROLL COVERS
Soupe WON TON

revient à 3/10\$
voir réduction sur reçu de caisse

ANNONCÉES À 4,50\$ ch.

FAMILLE FONTAINE FAMILY

produit D'ICI

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.

<p>bifteck de contre-filet Famille Fontaine 280 g Fontaine Family Strip loin steak reg. 20,99</p> <p>18⁹⁹</p>	<p>bifteck de haut de surlonge AAA Famille Fontaine 225 g Fontaine Family AAA top sirloin steak reg. 13,99</p> <p>12⁹⁹</p>
<p>côte de boeuf tomahawk Famille Fontaine Fontaine Family tomahawk beef rib 48,48/kg reg. 20,99/lb 66,12/kg</p> <p>21⁹⁹ /lb</p>	<p>bavette de boeuf Famille Fontaine 225 g Fontaine Family beef flap meat reg. 18,99</p> <p>17⁹⁹</p>

produit D'ICI

Oliveri
pâtes farcies Oliveri
250-350 g, feuilles de lasagne
360 g, gnocchi
280 g, saucis
300 ml, choix varié
Oliveri stuffed pasta
reg. de 6,49 à 7,49

à partir de 5⁴⁹

produit D'ICI

LA FERNANDIERE
saucisses La Fernandière
375 g, choix varié
La Fernandière sausages
reg. 6,99

5⁹⁹

produit D'ICI

NICKELS
Smoked Meat Viande fumée
viande fumée Nickels
400 g
Nickels smoked meat
reg. 17,99

C'EST EXCLUSIF! chez metro

12⁹⁹

produit D'ICI

SCHNEIDERS
JAMBON FUMÉ
MÈRE MICHEL
jambon fumé Mère Michel
800 g, Schneiders 700 g,
Maple Leaf 600 g, choix varié
Mère Michel smoked ham
reg. de 16,49 à 19,99

15⁹⁹

C'EST EXCLUSIF! chez metro

SHAKER
DUMPLINGS AU BOEUF WAGYU
dumplings au boeuf wagyu Shaker
surgelés, 315 g
Shaker frozen wagyu beef dumplings
reg. 10,99

9⁹⁹

produit D'ICI

PRIME
BROCCOLI & CHEDDAR
escalopes de poulet farcies Maple Leaf
surgelées, 568 g, portions de poulet panées 700 g
Maple Leaf frozen stuffed chicken cutlettes
reg. 17,49

14⁹⁹

produit D'ICI

PINTY'S
SAUNIA
BUFFALO
AILES DE POULET
ailes de poulet Pinty's
700-720 g, choix varié
Pinty's frozen chicken wings
reg. 19,99

16⁹⁹

produit D'ICI

POGO
Original
saucisses enrobées de pâte Pogo
surgelées, 960 g, choix varié
Pogo frozen breaded wieners
reg. 21,99

19⁹⁹

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

**c'est la saison
du homard**

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

produit
D'ICI

homard vivant
env. 1 lb à 1 1/4 lb
live lobster
30,84/kg

13⁹⁹
/lb

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, bouteille
ou canettes
12/330-353 ml,
choix varié / consigne
beer
reg. 26,49



crevettes
nordiques
cuites
décongelées
northern shrimp
33,05/kg
reg. 18,10/lb - 93,90/kg

14⁹⁹
/lb

recette
de pizza aux
crevettes
nordiques

cliquez ici

metrogo!



salade de goberge
choix varié, format économique
pollock salad, economic pack
17,61/kg +TX
reg. 8,99/lb - 19,82/kg

FORMAT
ÉCONOMIQUE

7⁹⁹
/lb



filets de doré
européen
european golden filets
28,64/kg
reg. 22,99/lb - 50,68/kg

12⁹⁹
/lb

metrogo!



casse-croûte de la mer
220-440 g, choix varié
seafood snack
reg. de 8,99 à 16,99

à partir de
7⁹⁹
+TX

metrogo!



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

5⁹⁹



produit
D'ICI

pinces de homard
surgelées, cuites
cooked lobster claws
20,37/lb
reg. 21,99/lb - 48,48/kg

4⁴⁹
le 100 g



produit
D'ICI

sections de crabe
des neiges
surgelées, cuites
snow crab sections
59,50/kg
reg. 27,99/lb - 61,71/kg

26⁹⁹
/lb



portions de poisson
panées High Liner
surgelées, 315-700 g, choix varié
High Liner breaded fish portions
reg. 12,99

9⁹⁹



C'EST
EXCLUSIF!
chez metro

produit
D'ICI

coquille de
fruits de
mer
surgelée, avec
pommes de terre,
150 g
frozen seafood shell
reg. 5,00

3⁹⁹

FORMAT
ÉCONOMIQUE

metrogo!



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

9⁹⁹



ficadelles de poisson
surgelées, 12 un., format économique
fish cakes
reg. 10,99

9⁹⁹



crevettes tempura
Irresistible
surgelées, 500 g
Irresistible tempura shrimp
reg. 13,99

prix
spécial
12⁹⁹

prix
membre
11⁹⁹



médallions de
pétoncles panés
à votre assiette
Irresistible
surgelées, 500 g
Irresistible frozen breaded scallop
medallions
reg. 14,99

prix
spécial
11⁹⁹

prix
membre
10⁹⁹

Irresistible Impossible d'y résister



crevettes
blanches du
Pacifique
Irresistible
surgelées, cuites, pelées,
dévainées, avec queue,
21-25 un./lb, 340 g
Pacific Irresistible white
shrimp
reg. 13,99

11⁹⁹



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

8⁹⁹
+TX



calmars croustillants
Irresistible
surgelées, sel-poivre, 340 g
Irresistible crispy calamari
reg. 9,99

8⁹⁹



nids d'oignons et
crevettes Irresistible
surgelées, 10 un.
Irresistible shrimp & onion nests
reg. 9,99

8⁹⁹

**de la pêche à votre
assiette**

grande
variété

repérez-le
en magasin

produit
D'ICI



pâte au
saumon
Marché de
poisson
surgelée, 800 g, cuisson
aux deux saumons
500 g, lasagne aux
fruits de mer, 123 kg,
choix varié
Marché de Poisson
lasagna
reg. de 16,99 à 29,99

à partir de
14⁹⁹

filet de truite arc-en-ciel
Bobines
surgelé
Bobines rainbow trout fillet
35,25/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

15⁹⁹
/lb



filets de sébaste
La Gaspésienne
surgelées, 454 g
La Gaspésienne
redfish fillets
reg. 11,99

9⁹⁹



flétan de l'Atlantique Pêcherie
Manicouagan
surgelé, 200 g
Manicouagan
Fisheries Atlantic halibut
reg. 16,99

14⁹⁹



sauce aux fruits de
mer Pêcherie
Manicouagan
surgelée, 250 ml
Manicouagan Fisheries seafood
sauce
reg. 11,99

10⁹⁹



chair de homard
cuite émincée
surgelée, 320 g
minced cooked
lobster meat
reg. 6,99

5⁹⁹

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

essayez nos bols poké



12,99 ^{+TX}
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 2026 dans les magasins Metro et Metro Plus participants.

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 coloré 10 po
patio
reg. 24,99

23⁹⁹

dahlia XXL
ou canna
pot couleur 10 po
XXL dahlia
vr 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



geranium mosquito
5 po
geranium mosquito
reg. 10,99

9⁹⁹

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

32⁹⁹
ch.

XXL

prix spécial
29⁹⁹
+TX

prix membre
24⁹⁹
+TX

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

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

26⁹⁹
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.

- 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, choisir votre
soil, compost, manure or mix
reg. de \$19,99 à \$29,99

à partir de
29⁹⁹
+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.

**fraîchement tranchée
demandez d'y goûter**



pepperoni
88 Roma
mini
Roma pepperoni 88
9,03/lb
reg. 2,39 le 100 g - 10,84/lb

1 99
le 100 g



rôti de poitrine
de poulet
Maple Lodge
choix varié
Maple Lodge chicken breast roast
11,29/lb
reg. 2,69 le 100 g - 12,20/lb

2 49
le 100 g



jambon parisien
Tour Eiffel
Tour Eiffel ham
13,56/lb
reg. 3,79 le 100 g - 17,19/lb

2 99
le 100 g



simili poulet tranché
Gaspésien
bologna, pepperoni, salami, 200 g, choix varié
Gaspésien sliced mock chicken
reg. 6,49

5 99

bruschetta
Plaisirs Gastronomiques
salade, 300-385 g, choix varié
Plaisirs Gastronomiques bruschetta
reg. 6,99

6 49



hummus Fontaine Santé
454 g, trempette 420-454 g, choix varié
Fontaine Santé hummus
reg. de 7,49 à 7,99

6 99

jambon cuit ou
fumé Paysan
400g jambon hache 500 g, choix varié
Paysan cooked or smoked ham
reg. de 13,49 à 13,99

à partir de 10 99



fromage brie double
crème L'Extra
choix varié
L'Extra brie double creme cheese
reg. 5,29 le 100 g - 24,00/lb

25
points

4 79
le 100 g



charcuteries
Fantino & Mondello
109-200 g, choix varié
Fantino & Mondello deli cold cuts
reg. 8,79

125 g

prix spécial 7 99

prix membre 7 49



L'ART DU VRAI

jambon blanc
Première Moisson
Première Moisson white ham
13,56/lb
reg. 4,49 le 100 g - 20,37/lb

2 99
le 100 g



capicollo
Première Moisson
épicié à l'ancienne
Première Moisson capicollo
19,46/lb
reg. 4,99 le 100 g - 22,63/lb

4 29
le 100 g



rillettes façon
Le Mans
Première Moisson
pâté de campagne ou de foie,
125 g, choix varié
Première Moisson rillettes
Le Mans style
reg. 5,99

5 49

cretons
Première Moisson
à l'ancienne, 150 g
Première Moisson cretons
reg. 6,49

5 49



sauce pour pâtes
Première Moisson
700 ml, chili con carne 750 g,
choix varié
Première Moisson
pasta sauce
reg. de 13,99 à 15,99

à partir de 12 49

soupe, potage ou
crème Première
Moisson
700 ml, choix varié
Première Moisson soup
reg. 8,99

7 99



découvrez nos fromages sans lactose

fromage brie Alexis
de Portneuf
125 g
Alexis de Portneuf
cheese

4 99



fromage gouda Monsieur Gustav
sans lactose, 170 g, choix varié
Monsieur Gustav gouda cheese
reg. de 8,29 à 8,99

à partir de 7 49

fromage Oka
classique
Oka classique cheese
21,73/lb
reg. 5,49 le 100 g -
24,90/lb

à partir de 4 79
le 100 g



Agropur grand
cheddar 2 ans
200 g, choix varié
Agropur grand cheddar
cheese
reg. de 10,99 à 12,49

à partir de 10 49



fromage gouda Monsieur Gustav
sans lactose, 170 g, choix varié
Monsieur Gustav gouda cheese
reg. de 8,29 à 8,99

à partir de 7 49

fromage Mont
Saint-Benoît
150 g, choix varié
Mont Saint-Benoît cheese

à partir de 10 49

fromage Mont
Saint-Benoît
150 g, choix varié
Mont Saint-Benoît cheese

8 \$

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

metrogo! préparés en magasin

c'est la saison du homard



cavatappi au fromage et au homard
cheese cavatappi with lobster
11,75/lb

259
le 100 g



beignets croustillants de homard et sauce citronnée
lobster cakes with lemon sauce
18,10/lb

399
le 100 g



coquilles farcies au homard
lobster filled shells
17,19/lb

379
le 100 g

C'EST NOUVEAU!
chez metro!

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT



au comptoir réchaud



sauce BBQ Benny & Co
originale, 500 ml
Benny & Co. BBQ sauce
reg. 5,99

499

C'EST NOUVEAU!
chez metro!



au comptoir réchaud

samosas végétariens
350 g
samosas
+TX

799



poulet BBQ cuit et chaud
min. 1 kg
hot and cooked BBQ chicken

metrogo!

Bien rôti, vite parti.

POULET BBQ

garantie toujours disponible

entre 16h et 19h sur nos poulets BBQ sinon obtenez

5\$ en bon d'achat différé



repas saucisses italiennes
2 mcs., avec frites, sauce et salade
italian sausage meal
reg. 7,99

749

FORMAT ÉCONOMIQUE

Économisez plus de **10%** de rabais

en tout temps sur les formats économiques

*Rabais déjà appliqué sur le prix affiché

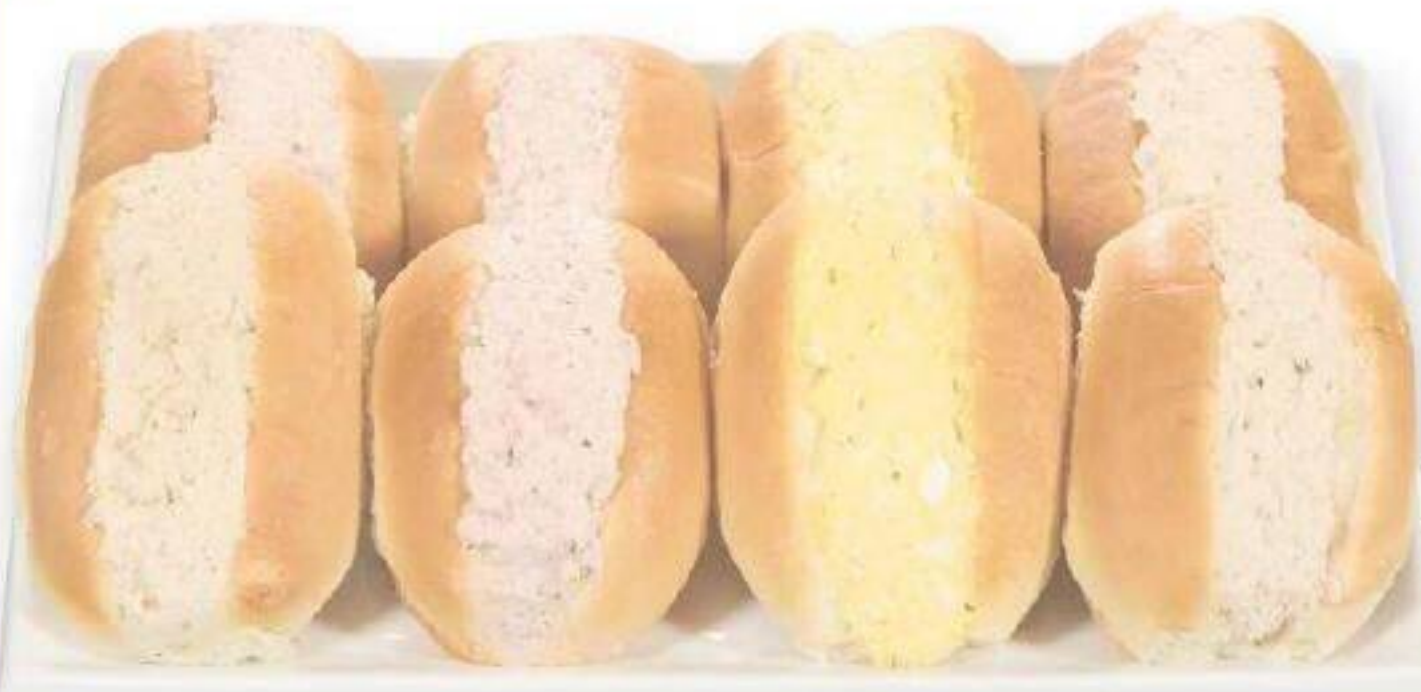


1 kg

20 po

sandwich géant
1 kg, sandwichs assortis 550 g, petits pains farcis assortis 600 g, choix varié, format économique
giant sandwich
reg. de 12,49 à 15,99

à partir de **1249** +TX



chou frisé, feta et quinoa



salade format économique, choix varié
salad, economic pack
10,84/lb

239
le 100 g

salade de pâtes à la grecque



boulettes de veau à l'italienne



repas format économique
choix varié
meals, economic pack
à partir de 10,39/lb

à partir de **229**
le 100 g

3 à 4 portions par repas

linguine général tao



MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

organisez vos journées

tisanes Twinings
thé en sachets, 20 un., choix varié
Twinings herbal tea
reg. 5,99



4,99

boisson de soya biologique Natur-a
de riz, d'avoine ou d'amandes, 946 ml, choix varié
Natur-a organic soya drink
reg. de 3,79 à 3,99



2,99

jus Oasis
Arizona thé glacé, 960 ml, choix varié
Oasis juice
reg. 2,79



2,49

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



2,99

jus d'orange réfrigéré Selection
2,5 L
Selection refrigerated orange juice
reg. 6,79



5,49

yogourt Silk
540-650 g, probio 625 g, yogourt grec 500 g, choix varié
Silk yogurt
reg. de 7,49 à 7,59



5,99

yogourt Astro Original
12/100 g, Olympic 650 g, choix varié
Astro Original yogurt
reg. de 6,29 à 7,29



4,99

crème Selection
10 1/2 L, 35% à 47% ml, choix varié
Selection cream
reg. 5,79



4,79

tartinade Laura Secord
725 g, choix varié
Laura Secord spread
reg. 8,99



6,99

lait protéiné Lait's Go
325 ml, choix varié, consigne
Lait's Go protein milk
reg. 3,29



1,99

yogourt tubes Yoplait
3/5e g, Minigo Fromage frais 6/60 g, choix varié
Yoplait tubes yogurt
reg. de 4,59 à 4,79



2,99

café en grains biologique Café William
340 g, café moulu biologique 300 g, choix varié
Café William organic coffee beans
reg. 17,49



13,99

barres aux figues Nature's Bakery
340 g, choix varié
Nature's Bakery fig bars
reg. 8,79



7,49

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



3,49

lait de coco Blue Dragon
400 ml, nouilles 121-300 g, sauce 150-310 ml, pâte pour rouleaux de printemps 134 g, choix varié
Blue Dragon coconut milk
reg. de 4,29 à 4,79



3,49

gâteaux au fromage P'tit Québec, Cracker Barrel
168 g, choix varié
P'tit Québec, Cracker Barrel cheese snacks
reg. 5,99



4,99

croustilles Lay's Staxx
155-163 g, choix varié
Lay's Staxx chips
reg. 3,49



2/5,50 ou **2,75** l'unité

croustilles tortilla biologiques Que Pasa
170-350 g, tortilla 300 g, sauce salsa 420 ml, choix varié
Que Pasa organic tortilla chips
reg. de 5,49 à 5,99



4,49

crème sure Sealtest
500 ml, choix varié
Sealtest sour cream
reg. 5,29



3,99

sauce pour pâtes Mikes
410-700 ml, choix varié
Mikes pasta sauce
reg. 6,99



5,99

crème glacée Natrel
49/31 ml, mochi 6/35 ml, choix varié
Natrel ice cream
reg. de 5,99 à 7,49



4,49

thon Rio Mare
3/80 g, thon pâle 195 g, choix varié
Rio Mare tuna
reg. 9,79



7,49

riz Ben's Original
1,8-2,2 kg, choix varié
Ben's Original rice
reg. de 9,99 à 10,99



8,99 45 points

sauce indienne Patak's
400 ml, à cuisson 3 étapes 313 g, choix varié
Patak's Indian sauce
reg. de 5,99 à 6,29



4,79

ragoût Cordon Bleu
410 g, choix varié
Cordon Bleu stew
reg. 5,99



4,29 25 points

cocktail de légumes V8
6/156 ml, choix varié, consigne
V8 vegetable cocktail
reg. 4,49



3,49 20 points

nouilles dans un bol Mr. Noodles
110 g, Pho soupe aux nouilles 119 g, choix varié
Mr. Noodles nouilles à la coupe
reg. 2,49



1,79 moi

dîner Commensal
sauté 260-300 g, choix varié
Commensal dinner
reg. 5,99



5,49

pizza maison

mélange de pâte à pizza Maison Orphée
mélange à focaccia, mélange à muffins et mélange à gâteau 425-550 g, choix varié Maison Orphée pizza dough mix reg. 7,99

6⁹⁹

35 points

produit d'ici



huile d'olive extra vierge Maison Orphée
500 ml, choix varié Maison Orphée extra virgin olive oil reg. de 12,99 à 15,99

11⁹⁹

moi



fromage râpé Saputo
1 kg, choix varié Saputo shredded cheese reg. 21,99

17⁹⁹




pesto Irrésistible
270 ml, choix varié Irrésistible pesto reg. 4,99

4⁴⁹



sauce à pizza Gattuso
398 ml, originale Gattuso pizza sauce reg. 4,19

20 points

3²⁹




farine tout usage Five Roses
Robin Hood, Brodie, 2,5 kg, choix varié Five Roses all purpose flour reg. 7,49

5⁹⁹



Robin Hood DO STYLE | FARINE À PIZZA
FLOUR | STYLE 00
MAKES A GREAT HOMEMADE PIZZA!
2 kg

produit d'ici



olives Unico
375 ml, choix varié Unico olives reg. 3,99

2⁴⁹

moi



piments forts en rondelles Selection
750 ml Selection pepper rings reg. 3,99

2⁹⁹

produit d'ici



tortillas protéines Pom
330 g Pom protein tortillas reg. 7,29

5⁹⁹

13 g

6



levure Fleischmann's
3/8 g, choix varié Fleischmann's yeast reg. 2,99

2⁴⁹

produit d'ici



ananas Dole
398 ml, choix varié Dole pineapple reg. 3,50

2⁴⁹



coeurs de palmier Irrésistible
coeurs d'artichauts, 398 ml, choix varié Irrésistible palm hearts reg. 4,49

3⁹⁹



vin rouge, blanc ou rosé
750 ml, choix varié red, white or rosé wine reg. de 16,79 à 17,79

15⁹⁹



bière Molson Moretti
caïssa, canettes 12/330 ml, choix varié, consigne beer reg. 28,99

26⁹⁹

+TX



les essentiels

shampooing Axe
nettoyant pour le corps 473 ml, désodorisant 85-113 g, Pantene nettoyant pour le corps 621 ml, Pantene shampooing 308-355 ml, choix varié Axe shampoo reg. de 6,99 à 7,99

5⁹⁹

+TX



lingettes humides Huggies
56-64 un., choix varié Huggies wet wipes reg. 4,99

3⁹⁹

+TX



couches pour bébés Pampers Cruisers
17-26 un., Huggies 21-44 un., choix varié Pampers baby diapers reg. de 15,99 à 19,99

14⁹⁹

+TX



rinse-bouche Listerine
1 L, Polident nettoyant pour prothèses dentaires 96 un., 125 ml, choix varié Listerine mouthwash reg. 11,49

9⁹⁹

+TX



dentifrice Colgate
73-98 ml, brosse à dents 1 un., choix varié Colgate toothpaste reg. 7,99

5⁹⁹

+TX



serviettes hygiéniques Incognito
protège-déssolis, 16-60 un., choix varié Incognito hygienic pads reg. 5,49

4⁴⁹

produit d'ici



rasoirs jetables Gillette
Sensor 5, paquet 2 un. Gillette disposable razors reg. 14,99

12⁹⁹

+TX



chien et chat

nourriture pour chats Perfect Portions Whiskas
75 g, choix varié Whiskas Perfect Portions cat food reg. 1,49

3/3⁹⁹

+TX

1³³

l'unité



gâteries pour chats Whiskas Temptations
454 g, choix varié Whiskas Temptations cat treats reg. 9,99

6⁹⁹

+TX



nourriture pour chiens Cesar
100 g, choix varié Cesar dog food reg. 2,19

3/4⁹⁹

+TX

1⁶⁶

l'unité



nourriture pour chats Whiskas
1,5-2 kg, choix varié Whiskas cat food reg. de 11,49 à 11,99

9⁴⁹

50 points

40% MORE MEATY SELECTIONS*

whiskas

2 kg

HIGH QUALITY PROTEIN



nourriture pour chats Lily&Jax
1,4/1,5 kg, nourriture pour chats 2 kg, choix varié Lily&Jax cat food reg. de 17,49 à 18,49

14⁹⁹

produit d'ici



litière agglomérante Cat's Pride Fresh&Light
4,54 kg, choix varié Cat's Pride Fresh&Light clumping litter reg. 15,49

13⁹⁹

70 points

LIGHTWEIGHT! 50% POIDS LÉGER!

Cat's Pride Fresh&Light

ULTIMATE CARE



nourriture pour chiens One Smart Blend
1,72-1,81 kg, choix varié One Smart Blend dog food reg. 12,99

11⁹⁹

+TX



suivez la tendance!

BIO **produit d'ICI**

boisson énergisante Mateina
canette 355 ml, consigne
Mateina energy drink
reg. 3,99

2,99 +TX

produit d'ICI

boisson sportive Behy
500 ml, choix varié, consigne
Behy sport drink
reg. 3,99

3,49 +TX

boisson au café Second Cup
canette 330 ml, choix varié, consigne
Second Cup coffee beverage
reg. 3,99

2,99 +TX

BIO

boisson sportive Maple 3
500 ml, choix varié
Maple 3 sport drink
reg. 3,99

3,29 +TX

hydratation

eau vitaminée O Hydratation
canettes 4/355 ml, choix varié, consigne
O Hydratation vitamin water
reg. 14,99

11,99 +TX

BIO

boisson santé Roar
532 ml, choix varié, consigne
Roar healthy drink
reg. 3,79

2,99 +TX

café infusé à froid Brüst
4/330 ml, choix varié
Brüst cold brewed coffee
reg. 14,99

11,99 +TX

65 points

eau gazéifiée Jouvence
canettes 4/355 ml, choix varié, consigne
Jouvence carbonated water
reg. 14,99

12,99 +TX

produit d'ICI

boisson au café Trema
canettes 4/330 ml, choix varié, consigne
Trema coffee beverage
reg. 13,99

11,99 +TX

kombucha Remedy
canettes 4/355 ml, choix varié, consigne
Remedy kombucha
reg. 9,99

7,99 +TX

boisson énergisante JoyBurst
canettes 4/500 ml, choix varié, consigne
JoyBurst beverage
reg. 11,99

10,99 +TX

BIO

yerba maté Matelibre
canette 330-335 ml, choix varié, consigne
Matelibre yerba mate
reg. 3,79

3,49 +TX

boisson énergisante Starbucks Doubleshot
Starbucks Tripleshot
canette 444 ml, choix varié, consigne
Starbucks Doubleshot energizing drink
reg. 4,19

2,99 +TX

boisson protéinée Core Power Elite
chocolat sans lactose
414 ml, consigne
Core Power Elite protein beverage
reg. 5,49

4,79 +TX

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

OLAOLA

barres glacées Olaola
100 ml, choix varié
Olaola iced bars
reg. 9,99

7,99 +TX

mieux choisir mieux vivre

BIO

sauce pour pâtes Mieux-être biologique
700 ml, choix varié
Life Smart Organic pasta sauce
reg. 5,49

2/10\$ ou **5,49** l'unité

À BASE DE PLANTES

Enjoy!

fromage râpé Enjoy
fromage en tranches, 200 g, choix varié
Enjoy shredded cheese
reg. 5,99

4,99 +TX **25 points**

SANS GLUTEN

pains Schär
228-300 g, choix varié
Schär buns
reg. 10,29

8,99

kombucha Fous de l'île
canette 355 ml, choix varié, consigne
Fous de l'île kombucha
reg. 3,99

3,29 +TX

produit d'ICI

jus ou cocktail Selection
eau fruitée
Mieux-être, 8/200 ml, choix varié
Selection juice or cocktail

3,99

petit format à petit prix

BIO **produit d'ICI**

grau-frigo Yumi
250 g, choix varié
Yumi overnight oats
reg. 7,99

6,99

BIO

soupe Pacific Foods
1 L, choix varié
Pacific Foods soup
reg. 9,99

8,99

SUCRE NON SUCRE

compote de pommes Mieux-être biologique
non sucrée, 520 ml, 6/113 g, choix varié
Life Smart Organic apple sauce
reg. de 4,29 à 4,99

3,49

SANS GLUTEN

craquelins de riz Mieux-être
100 g, choix varié
Life Smart rice crackers
reg. 1,99

1,49

SANS OGM

JORDANS

céréales Jordans
craquelés, 325-400 g
Jordans cereal
reg. de 7,49 à 7,79

6,49

SANS GLUTEN

mais soufflé Skinny Pop
125 g, choix varié
Skinny Pop popcorn
reg. 4,99

3,99 +TX

FOCUS DIGESTION

plat d'accompagnement quinoa Mieux-être
350-450 g, Selection riz 900 g, choix varié
Life Smart quinoa side dish
reg. de 4,29 à 5,29

3,99

SANS GLUTEN

soupe prête-à-servir Mieux-être biologique
398 ml, choix varié
Life Smart Organic ready to serve soup
reg. 5,29

3,99

soyez prêt pour la course

boisson énergisante Red Bull
4 pack, 4x 250 ml, choix varié, consigne Red Bull energy drink reg. 12,49

8,99 +TX

eau pétillante Bibly
6x 500 ml, choix varié, consigne Bibly sparkling water reg. 4,99

3,49 +TX

Pepsi, Coke
bouteille 5/710 ml, choix varié, consigne soft drink reg. de 7,99 à 8,49

4,99

produit d'ici

eau gazeifiée Montellier
6/1 L, choix varié, consigne Montellier carbonated water reg. 7,99

6,99

bière Peroni
Nastro Azzurro, caisse, canettes 12/330 ml, consigne Peroni beer reg. 25,99

23,99 +TX

croustilles SunChips
205 g, Fritos 340 g, Rold Gold 198-370 g, choix varié Sunchips chips reg. 5,29

45 points à l'achat de 2

2/8,50 ou **4,25** l'unité +TX

friandises chocolatées Nestlé
29-52 g, choix varié Nestlé chocolate treats reg. 1,67

1,11 +TX

amandes Blue Diamond
170 g, choix varié Blue Diamond almonds reg. 7,79

5,99 +TX

sauce BBQ Kraft
455 ml, sauce style mayonnaise assaisonnée 340 ml, choix varié Kraft BBQ sauce reg. de 4,79 à 4,99

3,49

produit d'ici

ketchup aux tomates French's
1 L, French's tomato ketchup reg. 5,99

4,99

capsules de café Lavazza
K-Cup 30 un., choix varié Lavazza coffee capsules reg. 32,99

145 points

28,49

barres de granola Protein+ Kind
62 g, choix varié Kind Protein+ granola bars reg. 2,49

2,29 +TX

pains à hot-dog ou à hamburger Selection
12 un., choix varié Selection hot dog or hamburger buns reg. 3,79

2/6,50 ou **3,79** l'unité

cornichons Selection
1 L, choix varié Selection pickles reg. 5,99

3,99

Barilla DAL 1877

Partenaire Officiel des pâtes de la Formula 1®

1,99

pâtes alimentaires Barilla
340-410 g, choix varié
Barilla Pasta
reg. 2,99

2,99

pâtes alimentaires Barilla
Sans gluten
340 g, choix varié
Gluten free
reg. 3,99

3,99

pâtes alimentaires Barilla
255-454 g, choix varié
Barilla Pasta
reg. de 5,49 à 5,99

Le logo F1 FORMULA 1, le logo F1, F1 FORMULA 1, FIA FORMULA ONE WORLD CHAMPIONSHIP, GRAND PRIX et les marques associées sont des marques de commerce de Formula One Licensing B.V., une société de Formula 1

© 2025 BARILLA CANADA INC.

22,99\$* +TX

LA CAISSE DE 12 CANETTES OU BOUTEILLES DE 330 mL

PRIX COURANT: DE 28,49\$ À 28,99\$ +TX

6\$ D'ÉCONOMIE!

Préparez-vous au plus vite

VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN.

21,99\$* +TX

LA CAISSE DE 12 CANETTES DE 355 mL

PRIX COURANT: DE 22,99\$ À 27,99\$ +TX

JUSQU'À **6\$** D'ÉCONOMIE!

NOUVEAU

VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN.

34,99\$* +TX

À L'ACHAT DE 2 CAISSES DE 24 CANETTES DE 355 mL OU BOUTEILLES DE 341 mL

PRIX COURANT: DE 39,99\$ À 41,99\$ +TX

JUSQU'À **14\$** D'ÉCONOMIE!

CHACUNE

VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN.

18 ans et plus. En vigueur dans les établissements METRO participants du Québec du 21 au 27 mai 2026 sous réserve de la disponibilité des produits ou jusqu'à épuisement des stocks, selon la première de ces éventualités. * Les offres sont éligibles pour une durée limitée, soumise à 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.

À GAGNER*

1 DES 10 PRIX DE

125 000 points moi



DANS CHAQUE BURGER

Y'A RIEN COMME DU

HEINZ

ESTÉ 1869

pour participer

1

achetez 2
produits KraftHeinz
participants

2

présentez
votre carte
moi à la caisse



3

vous êtes
automatiquement
inscrit!

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

LE GOÛT DES GRANDES LIGUES



SMOKY BAY AUSTRALIA

LE PARTENAIRE DE VIN OFFICIEL DES TORONTO BLUE JAYS™

ÉCONOMIE DE 2,50 \$

SMOKY BAY CABERNET SAUVIGNON ET PINOT GRIGIO
SMOKY BAY CABERNET SAUVIGNON AND PINOT GRIGIO 1L
REG. 1725 \$

14.79 \$

COLLECTION LA RÉSERVE



ÉCONOMIE DE 300 \$



TROIS PIGNONS AOC BORDEAUX | TROIS PIGNONS AOC BORDEAUX | BLASON ROUGE AOC CÔTES DU RHÔNE | CIAO AMORE IGT TOSCANA | CATAVENTO IGP LISBOA



Faites-vous plaisir en vous procurant un sac ou une boîte LINDOR de votre choix et courez la

CHANCE DE GAGNER*

1 DES 5

PRIX EN ARGENT DE 10 000 \$



BALAYEZ CE CODE OU VISITEZ LINDT.CA POUR EN SAVOIR PLUS

9.99^{+TX}

LINDT LINDOR SACHETS 120-150 g
Prix Régulier 14,29

*AUCUN ACHAT REQUIS. Participer en ligne et consultez le règlement du concours au Lindt.ca. Ouvert aux résidents du Canada ayant atteint l'âge de la majorité. Le concours commence le 1er avril et se termine le 31 juillet 2026 à 23 h 59 (heure normale de l'Est). Un total de cinq (5) prix à gagner d'une valeur de 10 000 \$ chacun. Les gagnants doivent répondre correctement à une question d'habileté mathématique. Les chances de gagner dépendent du nombre de participations valides reçues.



5.99^{+TX} LINDT EXCELLENCE BARRES 50-100 g
LINDT GHIRARDELLI BARRES 138 g
Prix Régulier 7,99 à 9,49



8.49^{+TX} LINDT SWISS CLASSIC BARRES 100-200 g
Prix Régulier 11,49

LANDSHARK

CAISSE DE 12 BOUTEILLES

22.99 \$

ÉCONOMIE DE 5 \$

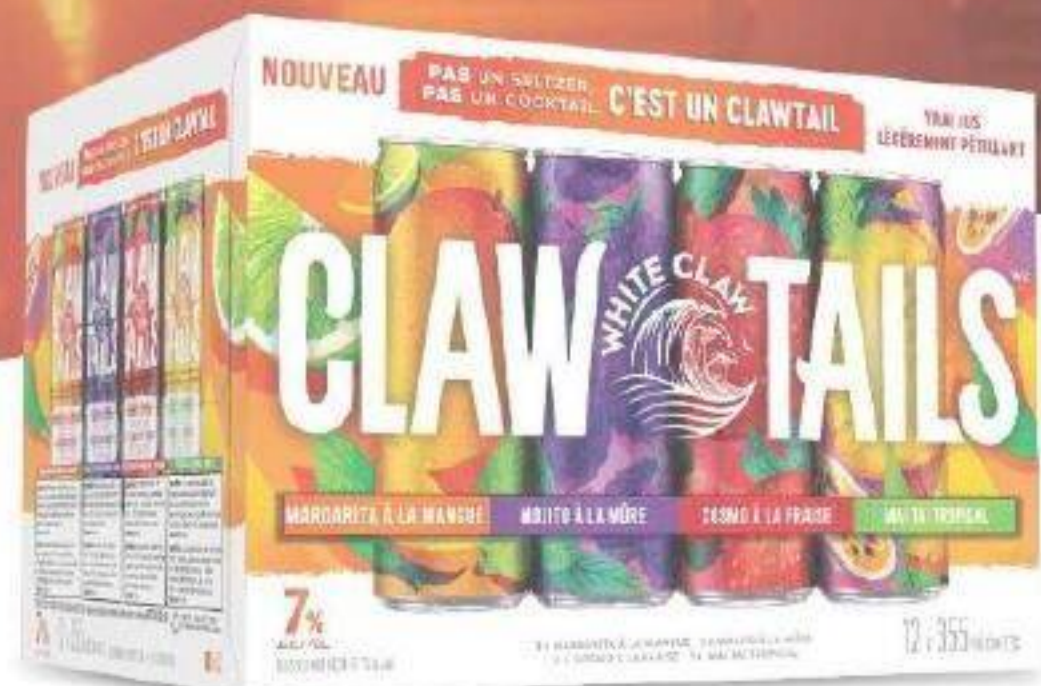
*18 ANS ET PLUS. TAXES ET CONSIGNES EN SUS. OFFRE VALABLE DU 21 AU 27 MAI 2026. JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS. LA FIXATION DU PRIX DE VENTE AU DÉTAIL EST DU PROPRIÉTAIRE EXCLUSIF DU DÉTAILLANT. ENVOIEZ RESPECTER LE PRIX MINIMUM ÉTABLI PAR LA LOI. CONSOMMEZ DE FAÇON RESPONSABLE.

NOUVEAU

CAISSE DE 12

24.99 \$

+ TAXES ET CONSIGNES
PRIX RÉGULIER 28.99 \$



*18 ans et plus. Taxes et consignes en sus. Offre valable du 21 au 27 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.

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 21 mai au mercredi 27 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 21st to Wednesday, May 27th 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.

la saison des points **moi**



BASKIN ROBBINS
Friandises
glacées
4/125 ml



NESTLÉ
Friandises
glacées
9 un.



IOGO
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



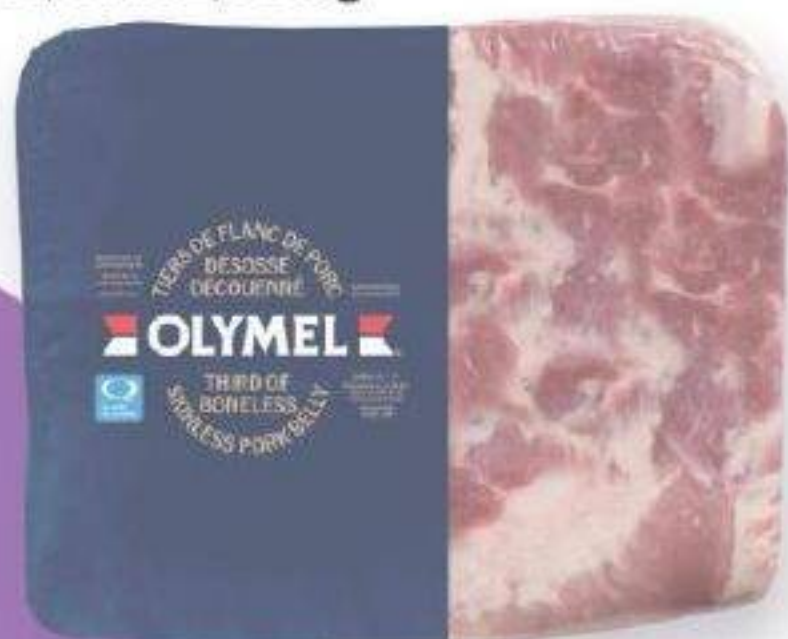
HEINZ
Trio de condiments
3/375 ml



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
CANADA

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.

BLACK DIAMOND
Fromage 400 g
P'TIT QUÉBEC
400 g



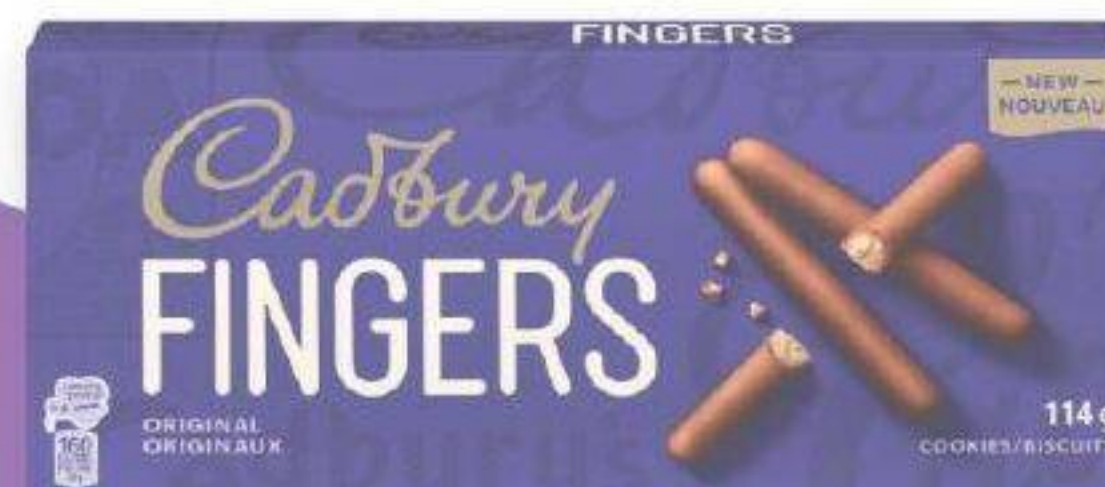
RITZ CHRISTIE
Mini craquelins
180-226 g



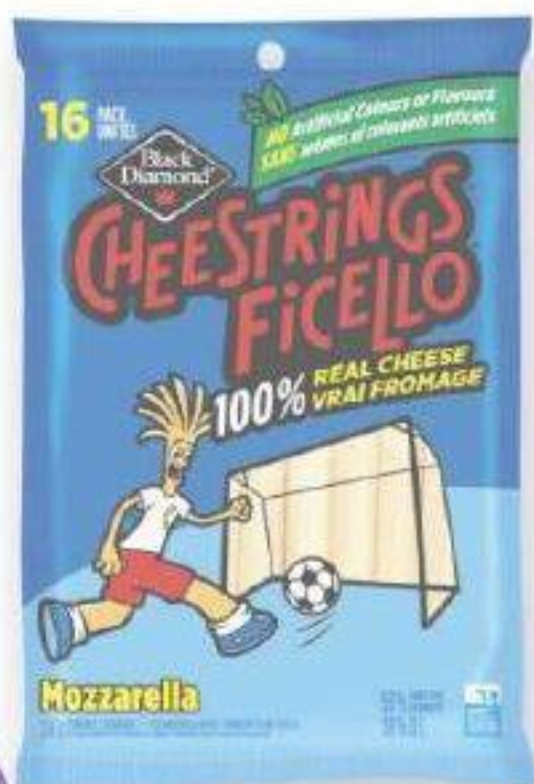
P'TIT QUÉBEC
Fromage râpé 320 g,
CRACKER BARREL
250-320 g



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



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.

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

