



ADONIS

Marché méditerranéen
محلات أدونيس

La **f\$lie**
des
RABAIS!

60%
DE RABAIS

raisins rouges,
verts ou noirs
sans pépins
États-Unis
black, red or green
seedless grapes
4,39/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

GROS
FRUIT

1.99
/lb

60%
DE RABAIS

pommes Paula Red,
Ginger Gold ou
Sunrise
Québec
Paula Red, Ginger Gold
or Sunrise apples
2,18/kg
reg. 2,49/lb - 5,49/kg

produit
D'ICI

99¢
/lb

JUSQU'À
60%
DE RABAIS

courges dures ou
chou vert plat
Québec, choix varié
hard squash or
flat green cabbage
2,18/kg
reg. de 1,99/lb - 4,39/kg à 2,49/lb - 5,49/kg

99¢
/lb

TOUS
LES JOURS

concombres
libanais
Québec
lebanese cucumbers
4,39/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg

produit
D'ICI

1.99
/lb

PLUS DE
40%
DE RABAIS

boeuf haché maigre ou
veau de grain haché maigre
format économique
lean ground beef or lean ground grain-fed veal,
economic pack
12,10/kg
reg. de 7,99/lb - 17,61/kg à 9,79/lb - 21,58/kg

5.49
/lb

PLUS DE
50%
DE RABAIS

poulet entier Halal
whole chicken
6,11/kg
reg. de 5,49/lb - 12,10/kg à 5,99/lb - 13,21/kg

2.77
/lb

35%
DE RABAIS

gigot d'agneau raccourci frais Halal
fresh short-cut leg of lamb
19,82/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg

8.99
/lb

3 jours
SEULEMENT
jeudi, vendredi
et samedi

PLUS DE
40%
DE RABAIS

feuilles de
vigne Yergat
454 g
Yergat vine leaves
reg. 15,99



8.99
le reste de
la semaine
à 10,99

50%
DE RABAIS

café
en grains
Lavazza
1 kg,
choix varié
Lavazza
coffee beans
reg. 39,99



19.99
le reste de
la semaine
à 21,99

PLUS DE
30%
DE RABAIS

loup de mer frais
fresh seabass
19,82/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

8.99
/lb

NETTOYAGE
GRATUIT

PLUS DE
45%
DE RABAIS

fromage
mozzarellissima
en bloc Saputo
1 kg, choix varié
Saputo mozzarellissima
cheese block
reg. 21,49



10.99

PLUS DE
30%
DE RABAIS

pieuvre décongelée / surgelée
octopus thawed / frozen
24,23/kg
reg. 15,99/lb - 35,25/kg



10.99
/lb

JUSQU'À
35%
DE RABAIS

yogourt
Astro
Original
12/100 g,
choix varié
Astro
Original
yogurt
reg. 7,69



4.99

PLUS DE
30%
DE RABAIS

fromage
akawie
Phoenicia
ou Cedar
Phoenicia
or Cedar
akawie cheese
8,57/lb
reg. 2,79/lb
100 g - 12,66/lb



1.89
le 100 g

PLUS DE
30%
DE RABAIS

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

JUSQU'À
40%
DE RABAIS

noix et
graines
mélangées
Al Rifai
250-350 g,
choix varié
Al Rifai mixed
nuts & seeds
reg. de 5,99 à 14,99



2.99

JUSQU'À
50%
DE RABAIS

pois chiches,
haricots rouges
Cedar
540 ml
Cedar chick peas, red
kidney beans
reg. de 2,29 à 2,59



4/5\$
ou 1,25
l'unité

PLUS DE
40%
DE RABAIS

pâtes alimentaires Barilla
410 g, choix varié
Barilla pasta
reg. 2,99



1.67

40%
DE RABAIS

thon Rio Mare
3/80 g, choix varié
Rio Mare tuna
reg. 9,99



5.99

PLUS DE
25%
DE RABAIS



huile d'olive
extra vierge
Cedar
2,8 L
Cedar extra virgin
olive oil
reg. 33,99

24.99

PLUS DE
35%
DE RABAIS

riz calrose
Aldoha
5 kg
Aldoha calrose rice
reg. 17,99



10.99

PLUS DE 25% DE RABAIS

RECETTE AUTHENTIQUE ADONIS



saucisses maison fraîches
choix varié
fresh homemade sausages
11,00/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg

4⁹⁹ /lb

25% DE RABAIS



pâtes fraîches Irrésistible
350 g, choix varié
Irrésistible fresh pasta
reg. 3,99

2⁹⁹

PLUS DE 20% DE RABAIS



combo poulet grillé Halal
servi avec patates, salade (format moyen) et sauce
grilled chicken combo
reg. 32,99

25\$ ^{TX}

JUSQU'À 30% DE RABAIS



bière Heineken ou Madri Excepcional
12/330-355 ml, choix varié, consigne
Heineken or Madri Excepcional beer, deposit
reg. de 26,99 à 28,99

19⁹⁹ ^{TX}

PLUS DE 25% DE RABAIS

SIROP D'ÉRABLE



sirop d'érable Irrésistible
540 ml
Irrésistible maple syrup
reg. 10,99

7⁹⁹

JUSQU'À 50% DE RABAIS



céréales Kellogg's
300-355 g, choix varié
Kellogg's cereal
reg. de 6,49 à 7,29

3³³

PLUS DE 30% DE RABAIS



barres granola biologiques Made Good
5-6/22 g, choix varié
Made Good organic granola bars
reg. 4,99

3³³ ^{TX}

PLUS DE 15% DE RABAIS



biscuits Balocco
700 g, choix varié
Balocco cookies
reg. 5,99

4⁹⁹

JUSQU'À 37% DE RABAIS



fromage râpé Kingsey, mini friulano Saputo ou mascarpone Polenghi
500-600 g
shredded Kingsey cheese, Saputo mini friulano, Polenghi mascarpone
reg. de 16,99 à 17,49

10⁹⁹

30% DE RABAIS



saucisson sarment Maison de Savoie
250 g
Maison de Savoie sarment sausage
reg. 12,99

8⁹⁹

PLUS DE 30% DE RABAIS



olives vertes ou noires Cedar
2,84 L
Cedar green or black olives
reg. 17,99

11⁹⁹

20% DE RABAIS



tomates Selection
796 ml, choix varié
Selection tomatoes
reg. 2,49

1⁹⁹

PLUS DE 35% DE RABAIS



pâte filo surgelée Elzymi
600-800 g, choix varié
Elzymi filo rollini
reg. 7,99

4⁹⁹

PLUS DE 30% DE RABAIS



fromage de chèvre Alexis de Portneuf
100 g, choix varié
Alexis de Portneuf goat cheese
reg. 5,99

3⁹⁹

20% DE RABAIS



oeufs Burnbrae
264 g
Burnbrae eggs
reg. 4,99

3⁹⁹

PLUS DE 35% DE RABAIS



tortillas Mejicano
400-540 g, choix varié
Mejicano tortillas
reg. 3,99

2⁴⁹

30% DE RABAIS



thé en sachets Lipton
100 un.
Lipton tea bags
reg. 9,99

6⁹⁹

25% DE RABAIS



blancs d'oeufs Mieux-être Naturalia
500 g
Life Smart Naturalia egg whites

3⁹⁹

PRODUITS LOCAUX

coeurs de laitue romaine
Québec, 3 un.
romaine lettuce hearts
reg. 4,99

TOUS LES JOURS
2⁹⁹
ch.



37% de rabais
4/1⁹⁹
ou 0,50 l'unité

maïs en épis
Québec
corn cob
reg. 0,79



33% de rabais
1⁹⁹
/lb

courgettes baladi vertes ou jaunes
Québec
grey, green or yellow zucchini
4,39/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg



37% de rabais
2⁴⁹
/lb

poivrons jaunes, verts, orange ou rouges
Québec
green, yellow, orange, red peppers
5,49/kg
reg. 3,99/lb - 8,80/kg



TOUS LES JOURS
99¢
ch.

menthe fraîche en botte
Québec
fresh mint bunch
reg. 1,79



TOUS LES JOURS
99¢
ch.

persil italien ou frisé
Québec
curly or italian parsley
reg. 1,99



TOUS LES JOURS
1⁹⁹
/lb

aubergines
Québec
eggplant
4,39/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg



Jusqu'à 50% de rabais
1⁹⁹
ch.

céleri avec feuilles ou laitue Iceberg
Québec
Iceberg lettuce or celery with leaves
reg. de 2,99 à 3,99



20% de rabais
3⁹⁹
ch.

choux de Bruxelles
Québec, 454 g
Brussels sprouts
reg. 4,99



TOUS LES JOURS
99¢
ch.

oignons verts
Québec
green onions
reg. 1,99



20% de rabais
3⁹⁹
ch.

cantaloup
Québec
cantaloupe
reg. 4,99



33% de rabais
1⁹⁹
ch.

chou frisé vert
Québec
green kale
reg. 2,99



43% de rabais
3⁹⁹
ch.

carottes, betteraves ou oignons jaunes
Québec, 5 lb
carrots, beets or yellow onions
reg. de 4,99 à 6,99



TOUS LES JOURS
5⁹⁹
ch.

pommes de terre jaunes, blanches ou rouges
Québec, sac 10 lb
white, yellow or red potatoes
reg. 6,99



20% de rabais
3⁹⁹
ch.

brocoli en feuilles et tiges
Québec
broccoli with stems and leaves
reg. de 4,99



2\$ de rabais
5⁹⁹
ch.

poireaux 4 un. ou choux de Bruxelles en tiges
Québec
leeks 4 un. or Brussels sprouts branch
reg. 7,99



Jusqu'à 50% de rabais
1⁹⁹
/lb

tomates rouges de champs, en grappe ou italiennes
Québec, Mexique
red field, vine or italian tomatoes
4,39/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg ou 3,99/lb - 8,80/kg



43% de rabais
10/4⁹⁹
ou 0,50 l'unité

citrons ou limes
Afrique du Sud, Mexique
limes or lemons
reg. 0,89



20% de rabais
1⁹⁹
/lb

clémentines
Afrique du Sud
clementines
4,39/kg



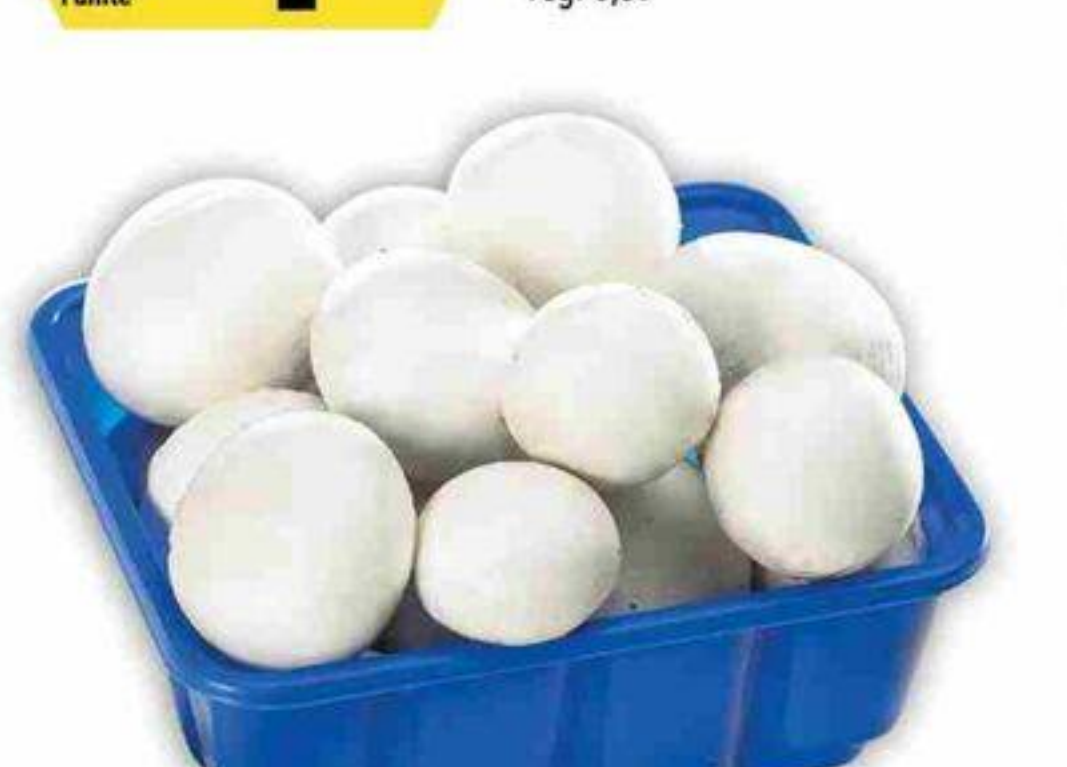
23% de rabais
9⁹⁹
/lb

pistaches fraîches
États-Unis
fresh pistachios
22,02/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg



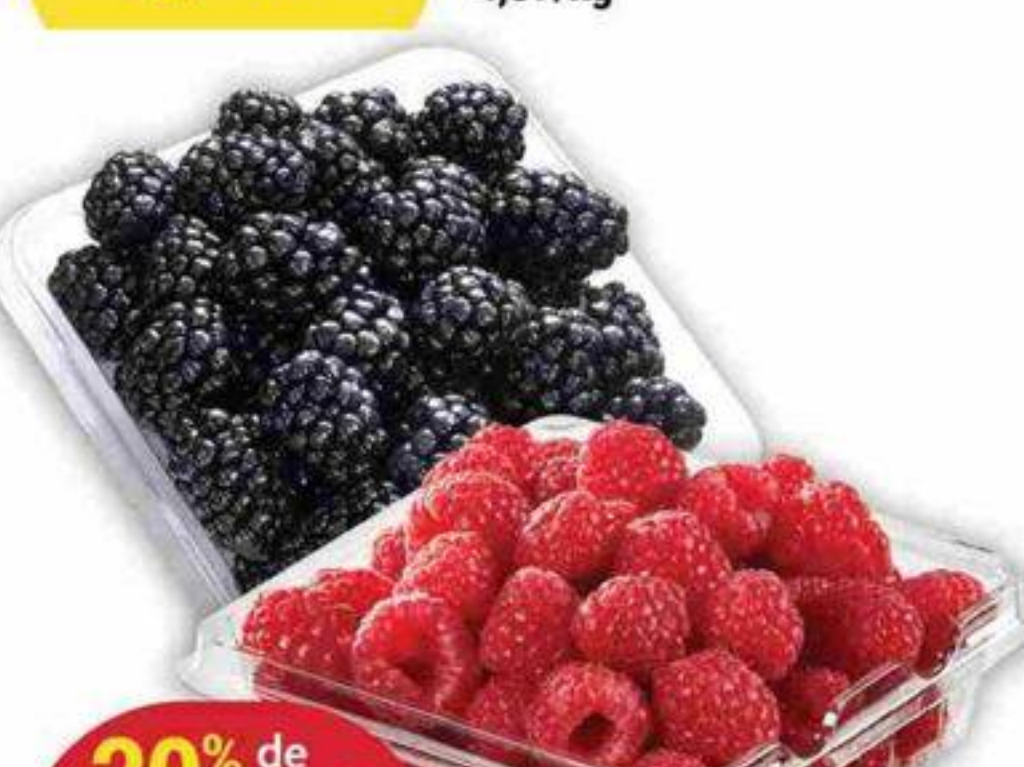
33% de rabais
3⁹⁹
/lb

aubergines italiennes
Canada
italian eggplants
8,80/kg
reg. 5,99/lb - 13,21/kg



2/5\$
ou 2,50 l'unité

champignons blancs
Canada, 227 g
white mushrooms
reg. 2,99



20% de rabais
3⁹⁹
ch.

framboises, mûres
États-Unis, Mexique, 170 g
raspberries & blackberries
reg. 4,99



20% de rabais
3⁹⁹
/lb

prunes noires
États-Unis
black plums
8,80/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg



TOUS LES JOURS
3⁹⁹
ch.

oranges
Afrique du Sud, 3 lb
reg. 5,99



TOUS LES JOURS
5⁹⁹
ch.

kiwis
Chili, 2 lb
reg. 7,99



TOUS LES JOURS
3⁹⁹
ch.

avocats
Mexique, Pérou, sac 6 un.
avocados
reg. 5,99



TOUS LES JOURS
2⁶⁹
/lb

poires Bartlett ou Bosc
États-Unis
Bartlett or Bosc pears
5,93/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg



TOUS LES JOURS
3⁹⁹
ch.

grenades rouges
États-Unis
red pomegranates
reg. 4,99



50% de rabais
99¢
/lb

melon d'eau coupé
États-Unis
cut watermelon
2,18/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg



Jusqu'à 20% de rabais
7⁹⁹
ch.

nectarines ou raisins bleus
Canada, 2 L
prunes bleues
Canada, 1,5 L
nectarines or blue plums 2 L & blue grapes 1,5 L
reg. 8,99



25% de rabais
14⁹⁹
ch.

poires cactus ou figues brunes en caisses
Mexique, Grèce
brown fresh figs or cactus pear case
reg. 19,99

SAVOUREZ *nos viandes* **FRAÎCHES** *et nos spécialités* **de QUALITÉ** منتجاتنا اللحومية

WOW!

filet mignon de boeuf
emballage sous vide
beef tenderloin vacuum pack
44,06/kg
reg. 26,99/lb - 59,49/kg

25% DE RABAIS
19⁹⁹ /lb

poitrines de poulet marinées
choix varié
marinated chicken breasts
19,82/kg
reg. 10,99/lb - 24,23/kg

RECETTE AUTHENTIQUE ADONIS

2\$/LB DE RABAIS
8⁹⁹ /lb

20% DE RABAIS
9⁹⁹ /lb

cubes de boeuf à ragoût
stew beef cubes
22,02/kg
reg. 12,49/lb - 27,54/kg

3\$/LB DE RABAIS
12⁹⁹ /lb

côtelettes d'agneau marinées surgelées
marinated lamb chops
28,64/kg
reg. 15,99/lb - 35,25/kg

RECETTE AUTHENTIQUE ADONIS

28% DE RABAIS
9⁹⁹ /lb

bifteck d'intérieur de ronde de boeuf régulier ou au poivre
inside round beef steak regular or with pepper
22,02/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg

côtes de boeuf courtes à mijoter
beef short ribs
28,64/kg
reg. 15,99/lb - 35,25/kg

3\$/LB DE RABAIS
12⁹⁹ /lb

tranches de gigot d'agneau frais Halal
fresh slices of leg of lamb
28,64/kg
reg. 19,99/lb - 44,06/kg

35% DE RABAIS
12⁹⁹ /lb

escalope ou cubes de veau de lait Halal
milk-fed veal cutlet or cubes
50,68/kg
reg. 25,99/lb - 57,30/kg

3\$/LB DE RABAIS
22⁹⁹ /lb

côtelettes de veau de grain Halal coupe hôtel
Halal grain-fed veal chops french cut
33,04/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

3\$/LB DE RABAIS
14⁹⁹ /lb

RECETTE AUTHENTIQUE ADONIS

JUSQU'À 37% DE RABAIS
4⁹⁹ /lb

filet de porc frais
fresh pork tenderloin
11,00/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg
ou 7,99/lb - 17,61/kg

RECETTE AUTHENTIQUE ADONIS

43% DE RABAIS
4⁴⁹ /lb

ailes de poulet marinées
marinated chicken wings
9,90/kg
reg. 7,99/lb - 17,61/kg

25% DE RABAIS
1⁵⁰ ch.

mini brochettes d'agneau style spiedini Halal
mini spiedini lamb skewers
reg. 2,00 ch.

4\$/DE RABAIS
9⁹⁹ ch.

jambon fumé forêt noire ou à l'ancienne Selection
675 g
Selection old fashioned smoked or black forest ham
reg. 13,99

2\$/DE RABAIS
6⁹⁹

bacon fumé naturellement Mère Michel
375 g
Mère Michel naturally smoked bacon
reg. 8,99

2\$/DE RABAIS
7⁹⁹

mets cuisinés Plaisirs Gastronomiques
400-480 g, choix varié
Plaisirs Gastronomiques cooked meals
reg. 9,99

150\$/DE RABAIS
5⁴⁹

jambon fumé Gaspésien
250 g
Gaspésien breakfast smoked ham
reg. 6,99

2\$/DE RABAIS
4⁹⁹

rouleaux de printemps Irrésistible
300 g, choix varié
Irrésistible spring rolls
reg. 6,99

4\$/DE RABAIS
14⁹⁹

ailes de poulet Flamingo
550 g, choix varié
Flamingo chicken wings
reg. 18,99

4\$/DE RABAIS
10⁹⁹

burgers, pépites, languettes ou poulet popcorn Zabiha Halal
800 g
Zabiha Halal burgers, nuggets, strips or popcorn chicken
reg. 14,99

3\$/DE RABAIS
12⁹⁹

pâté au poulet ou tourtière St-Hubert
surgelés, 715-825 g, choix varié
St-Hubert frozen chicken pâté or tourtière
reg. 15,99

GOÛTEZ la FRAÎCHEUR de nos PRODUITS منتجاتنا البحرية DE LA MER

NETTOYAGE GRATUIT

25% DE RABAIS

4⁹⁹ /lb

daurade grise
grey sea bream
11,00/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg

2\$/LB DE RABAIS

4⁹⁹ /lb

filet de pangasius
décongelé/surgelé
basa filelets thawed/frozen
11,00/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg

2\$/LB DE RABAIS

15⁹⁹ /lb

filet de saumon
Atlantique frais
nature ou mariné
fresh Atlantic salmon fillet
plain or marinated
35,25/kg
reg. 17,99/lb - 37,66/kg

2\$/LB DE RABAIS

6⁹⁹ /lb

tubes de calmar
U/10 décongelés/surgelés
squid tubes thawed/frozen
15,41/kg
reg. 8,99/lb - 19,82/kg

20% DE RABAIS

11⁹⁹ /lb

salade de bébé pieuvre
choix varié
octopus salad
26,43/kg
reg. 14,99/lb - 33,05/kg

2\$/LB DE RABAIS

10⁹⁹ /lb

crevettes blanches
21-25
marinées
choix varié
21-25 marinates
white shrimp
24,23/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

22% DE RABAIS

6⁹⁹ /lb

bébés palourdes
baby clams
15,41/kg
reg. 8,99/lb - 19,82/kg

2\$ DE RABAIS

11⁹⁹

filets de tilapia
Blue Tide
907 g
Blue Tide tilapia fillet
reg. 13,99

1\$ DE RABAIS

5⁹⁹

simili crabe pour sushi
Blue Tide
500 g
Blue Tide crab imitation
for sushi
reg. 6,99

1\$ DE RABAIS

6⁹⁹

fruits de mer
mélangés Blue Tide
350 g
Blue Tide seafood mix
reg. 7,99

1\$ DE RABAIS

9⁹⁹

crevettes cuites
91-110 Blue Tide
454 g
Blue Tide 91-110
cooked shrimps
reg. 10,99

Nos produits FRAIS عروض المنتجات الطازجة

lait Lactantia ou
lait Ultra Pur
1,5-2 L, choix varié
Lactantia milk or Ultra Pur milk
reg. de 6,79 à 7,59

JUSQU'À
21% DE RABAIS

5⁹⁹

25% DE RABAIS

3⁹⁹

fromage en bloc Selection
250 g, choix varié
Selection block cheese
reg. 5,29

Jus réfrigéré
Irrésistible
1,54-1,65 L, choix varié
Irrésistible
refrigerated juice
reg. de 4,99 à 5,49

JUSQU'À
27% DE RABAIS

3⁹⁹

lait au chocolat ou
babeurre Beatrice
1 L
Beatrice chocolate
milk or buttermilk
reg. de 4,29 à 4,49

33% DE RABAIS

2⁹⁹

yogourt
Liberté
ou Yoplait
Source
630-650 g, choix
varié
Liberté or Yoplait
Source yogurt
reg. 5,39

35% DE RABAIS

3⁴⁹

fromage râpé
mozzarella Saputo
ou Armstrong
300-320 g
Saputo or Armstrong shredded
cheese
reg. de 8,79 à 9,99

30% DE RABAIS

6⁹⁹

fromage
mini
Babybel
120 g
Babybel
mini cheese
reg. 5,29

15% DE RABAIS

4⁴⁹

lait au chocolat 1% ou
partiellement écrémé
2% Laits 2 Go
6/200 ml, consigne
Milk 2 Go 1% chocolate milk or 2%
partly skimmed milk, deposit
reg. 8,69

JUSQU'À
31% DE RABAIS

5⁹⁹

margarine
molle Becel
400 g, choix varié
Becel soft margarine
reg. 5,79

14% DE RABAIS

4⁹⁹

fromage à la crème
Tre Stelle
200 g, choix varié
Tre Stelle cream cheese
spread
reg. 5,79

40% DE RABAIS

3⁴⁹

Découvrez NOS CHARCUTERIES



JUSQU'À 33% DE RABAIS
199
le 100 g

mortadelle San Daniele ou capicollo Roma
choix varié
San Daniele mortadella or Roma capicollo
9,03/lb
reg. 2,49 le 100 g - 11,29/lb ou 2,99 le 100 g - 13,56/lb



JUSQU'À 38% DE RABAIS
299
le 100 g

prosciutto San Daniele ou poitrine de dinde Schneiders
San Daniele prosciutto or Schneiders turkey breast
13,56/lb
reg. 4,29 le 100 g - 19,46/lb ou 4,79 le 100 g - 21,73/lb



PLUS DE 25% DE RABAIS
249
le 100 g

viande de boeuf fumée, rôtie ou pastrami
Deli Class smoked or roasted meat or pastrami
11,29/lb
reg. 3,49 le 100 g - 15,83/lb



JUSQU'À 29% DE RABAIS
249
le 100 g

jambon fumé ou forêt noire Olymel ou prosciutto cotto Mastro
Olymel smoked or black forest ham or Mastro prosciutto cotto
11,29/lb
reg. 2,79 le 100 g - 12,66/lb ou 3,49 le 100 g - 15,83/lb



JUSQU'À 25% DE RABAIS
599

salami Mastro ou saucisses Halal Harvest Creek
125-150 g, 900 g, choix varié
Mastro salami or Harvest Creek Halal wieners
reg. de 7,49 à 7,99



JUSQU'À 20% DE RABAIS
599

saucisson Salamina ou poitrine de dinde Solmaz
175 g, 300 g, choix varié
Salamina sausage or Solmaz turkey breast
reg. de 6,99 à 7,49



20% DE RABAIS
799

saucisson Sultana ou salami Label Boeuf
80 g, choix varié
Sultana sausage or Label Boeuf salami
reg. 9,99



JUSQU'À 19% DE RABAIS
849

salamino Roma
175 g, choix varié
Roma salaminio
reg. de 9,99 à 10,49

Découvrez NOS METS CUISINÉS



petites bouchées Adonis Halal
12 un., choix varié
Adonis small bites
reg. 17,40/12 un.

12/15\$
ou 1,45 l'unité



salades préemballées
350-550 g, choix varié
prepacked salads
reg. de 8,99 à 9,49



899
/lb

pâtes aux crevettes ou mouloukhieh au poulet
shrimp pasta or chicken mouloukhieh
19,82/kg
reg. 9,99/lb - 22,03/kg



399

hummus saveurs Adonis
250 g, choix varié
Adonis flavoured hummus
reg. 4,79



2/15\$
ou 8,49 l'unité

sandwich brochette shish taouk
shish taouk skewer sandwich
reg. 19,98/2 un.



2/7\$
ou 4,29 l'unité

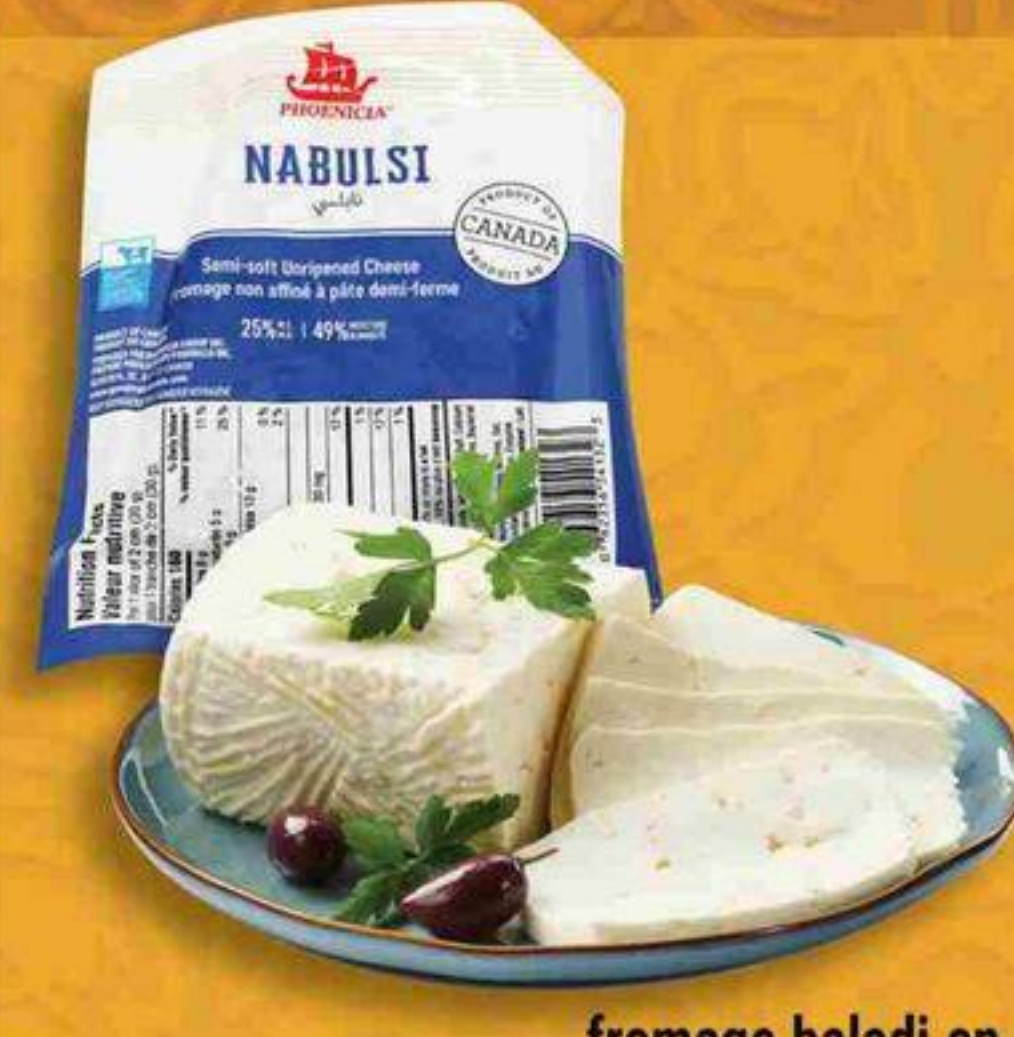
pouding Adonis
250 g, choix varié
Adonis pudding
reg. 4,29



2/12\$
ou 6,99 l'unité

pizzas thym moyennes Adonis
6 un., 402 g
Adonis medium thyme pizzas
reg. 13,98/2 un.

Découvrez NOS FROMAGES



10% DE RABAIS
249
le 100 g

fromage baladi en saumure ou nabulsi Phenicia ou Cedar
Phoenicia - Cedar nabulsi or baladi in brine cheese
11,29/lb
reg. 2,79 le 100 g - 12,66/lb



PLUS DE 25% DE RABAIS
249
le 100 g

fromage kashkaval Balkan
Balkan kashkaval cheese
11,29/lb
reg. 3,49 le 100 g - 15,83/lb



PLUS DE 15% DE RABAIS
129
le 100 g

labneh Phenicia
Phoenicia labneh
5,85/lb
reg. 1,59 le 100 g - 7,21/lb



PLUS DE 25% DE RABAIS
249
le 100 g

trempeuse kopanisti Santorini
Santorini kopanisti dip
11,29/lb
reg. 3,49 le 100 g - 15,83/lb



JUSQU'À 33% DE RABAIS
299
le 100 g

fromage maasdam, edam ou gouda Landana ou brie Le Baron
Landana maasdam, edam, gouda or Le Baron brie cheese
13,56/lb
reg. 3,49 le 100 g - 15,83/lb ou 4,49 le 100 g - 20,37/lb



JUSQU'À 38% DE RABAIS
499

gran regale Nuovo ou fromage tranché Saputo
160-200 g, choix varié
Nuovo gran regale or Saputo sliced cheese
reg. de 7,29 à 7,99



PLUS DE 30% DE RABAIS
699

fromage Oka, Saint-Paulin ou Champfleury
180-190 g, choix varié
Oka, Saint-Paulin or Champfleury cheese
reg. 10,49



JUSQU'À 23% DE RABAIS
999

fromage cheddar Balderson
250-280 g, choix varié
Balderson cheddar cheese
reg. de 11,79 à 12,99

Découvrez NOTRE PÂTISSERIE ET BOULANGERIE



bagels Chef Frankie
6 un., choix varié ou pain markouk blanc ou blé Bistan
454 g
Chef Frankie bagels or Bistan white or wheat markouk bread
reg. de 4,49 à 5,49

JUSQU'À 27% DE RABAIS
399



699
/lb

Nammoura
15,41/kg
reg. 7,99/lb - 17,61/kg



3\$ DE RABAIS
3299

gâteau Ferrero Rocher
10 portions
Ferrero Rocher cake
reg. 35,99



549

croissants ou chocolaines au beurre
4 un.
butter croissants or chocolate buns
reg. de 5,99 à 6,99



299

pains à panini blancs ou à sous-marins 9" blancs L'Escale
440-550 g
L'Escale white panini or white 9" submarine rolls
reg. 3,79



3\$
À L'ACHAT DE 2

pain tranché Villaggio
550-675 g, choix varié
Villaggio sliced bread
reg. 4,79



33% DE RABAIS
349

pains à hamburger ou à hot-dog Villaggio Toscana
6-8 un.
Villaggio Toscana hamburger or hot-dog buns
reg. 5,19

Les INDISPENSABLES du QUOTIDIEN



23% DE RABAIS
9.99

couscous fin ou moyen Cedar
4 kg
Cedar fine or medium couscous
reg. 12,99



lasagnes Primo ou coulis de tomates Irresistible
375-500 g, 690 ml, choix varié
Primo lasagna pasta or Irresistible tomato passata
reg. de 3,49 à 3,79

JUSQU'À **34% DE RABAIS**
2/5\$
ou 2,50 l'unité



27% DE RABAIS
1.67

sardines Cedar
120 g
Cedar sardines
reg. 2,29



coeurs de palmier ou coeurs d'artichauts Cedar
398 ml
Cedar palm hearts or artichoke hearts
reg. de 3,99 à 4,29

JUSQU'À **30% DE RABAIS**
2.99



JUSQU'À 31% DE RABAIS
11.99

sauce peri-peri ou périnaise Nando's
250-450 ml, choix varié
Nando's peri-peri or perinaise sauce
reg. de 7,49 à 7,99

JUSQU'À 31% DE RABAIS
5.49



préparation pour soupe kechk Mechaalany
500 g
Mechaalany kechk soup mix
reg. 16,99

29% DE RABAIS
11.99



aubergines ou feuilles de vigne farcies Cedar
375-390 g
Cedar stuffed eggplant or vine leaves
reg. de 3,99 à 4,19

JUSQU'À 29% DE RABAIS
2.99



2/5\$
ou 2,99 l'unité

pois chiches ou haricots Cedar
907 g, choix varié
Cedar chick peas or beans
reg. de 3,49 à 3,99

boulgour Aoun
900 g, choix varié
Aoun bulgur
reg. 3,99

2/5\$
ou 2,99 l'unité



légumes Del Monte
398 ml
Del Monte vegetables
reg. de 2,99 à 3,19

1.99



concombres marinés ou concombres sauvages marinés Cedar
1 L
Cedar pickled cucumbers or pickled wild cucumbers
reg. 6,99

5.99



21% DE RABAIS
14.99

navets marinés tranchés Cedar
1 L ou rondelles de piments forts Selection
750 ml
Cedar sliced pickled turnips or Selection hot pepper rings
reg. 3,99

3.49



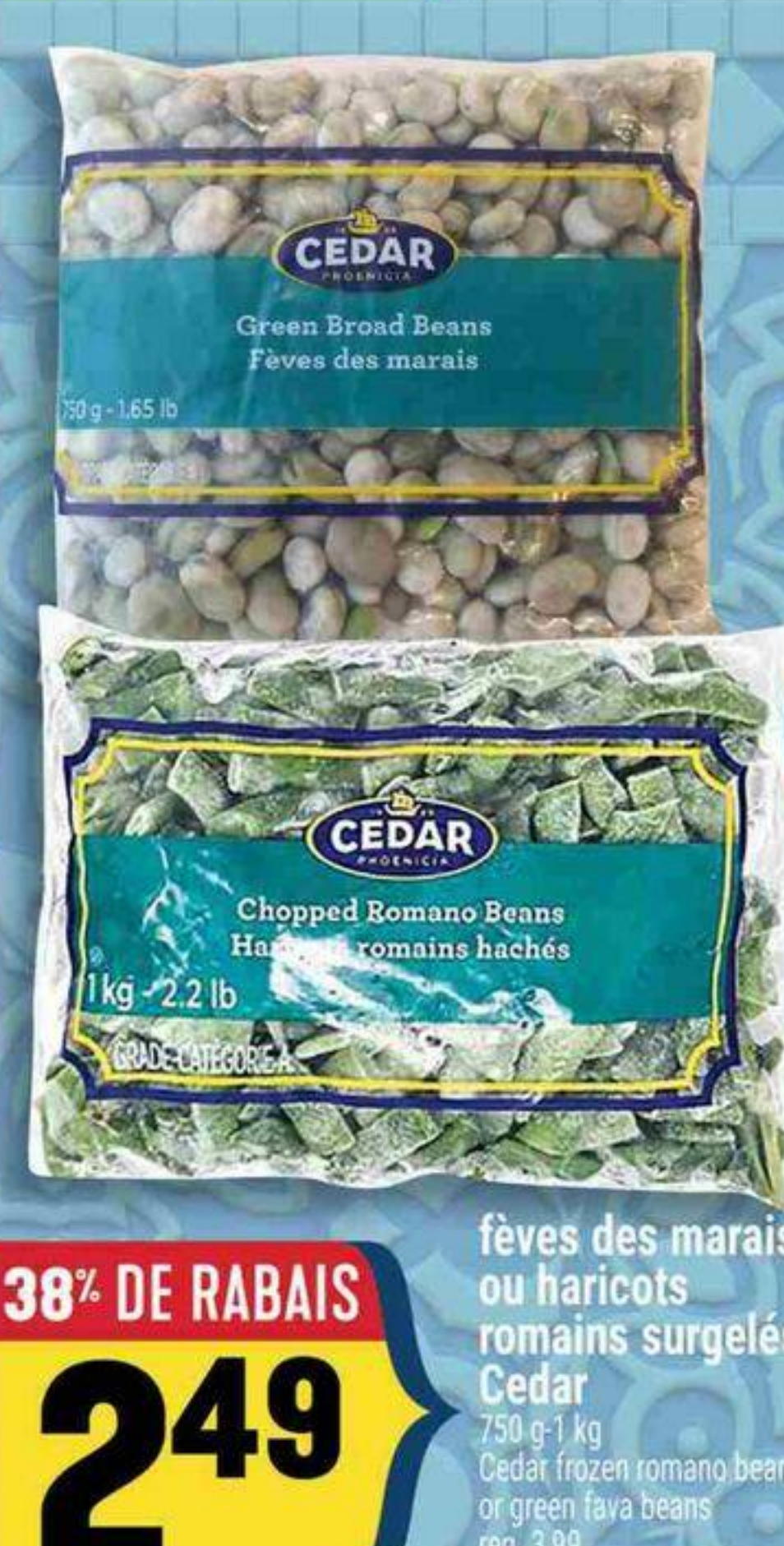
JUSQU'À 30% DE RABAIS
3.49

sucres Redpath
500 g
Redpath sugar
reg. de 4,29 à 4,99



21% DE RABAIS
10.99 +TX

charbon de bois rapide Trois Mages
Three Kings quick charcoal
reg. 13,99



38% DE RABAIS
2.49

fèves des marais ou haricots romains surgelés Cedar
750 g-1 kg
Cedar frozen romano beans or green fava beans
reg. 3,99



20% DE RABAIS
3.99

artichauts ou okras surgelés Montana
375-400 g
Montana frozen artichoke or okra
reg. de 4,49 à 4,99



JUSQU'À 22% DE RABAIS
6.99

fruits surgelés Below Zero
1 kg, choix varié
Below Zero frozen fruits
reg. de 7,99 à 8,99

25% DE RABAIS
5.99

gaufres Kellogg's Eggo
560 g, choix varié
Kellogg's Eggo waffles
reg. 7,99



42% DE RABAIS
3.49

crème glacée Nestlé ParLOUR
12/60 ml ou 1.5 L
ParLOUR Nestlé ice cream
reg. 5,99

5.49

crème glacée vraie crème Irresistible
1.5 L, choix varié
Irresistible real cream ice cream
reg. 6,49



15.99 +TX



6.99 +TX

eau pétillante Bubly ou Montellier
10-12/355 ml, choix varié, consigne
Bubly or Montellier sparkling water,
deposit
reg. 8,49



3.99 +TX

maïs soufflé régulier Imperial
300 g
Imperial regular popcorn
reg. 4,79



2/8.50 +TX
ou 4,25 l'unité

croustilles Ruffles ou SunChips
200-205 g, choix varié
Ruffles or SunChips chips
reg. de 5,29 à 5,49



2/5\$
ou 2,50 l'unité

jus Oasis ou Best
960 ml, 1 L, choix varié
Oasis or Best juice
reg. de 2,79 à 3,99



34% DE RABAIS
3.49

biscuits Ulker
300 g
Ulker cookies
reg. 5,29



31% DE RABAIS
3.99

biscuits Prince
300 g, choix varié
Prince cookies
reg. 5,79



37% DE RABAIS
4/5\$

bâtonnets de pain Cedar
120-125 g, choix varié
Cedar bread sticks
reg. 1,99



JUSQU'À 40% DE RABAIS
7.49

capsules de café Starbucks
10 un.
Starbucks coffee capsules
reg. de 11,99 à 12,49



JUSQU'À 25% DE RABAIS
5.99

granola Grandma Emily ou granola frigo Yumi
250-330 g, choix varié
Grandma Emily granola or Yumi overnight oatmeal
reg. de 6,49 à 7,99



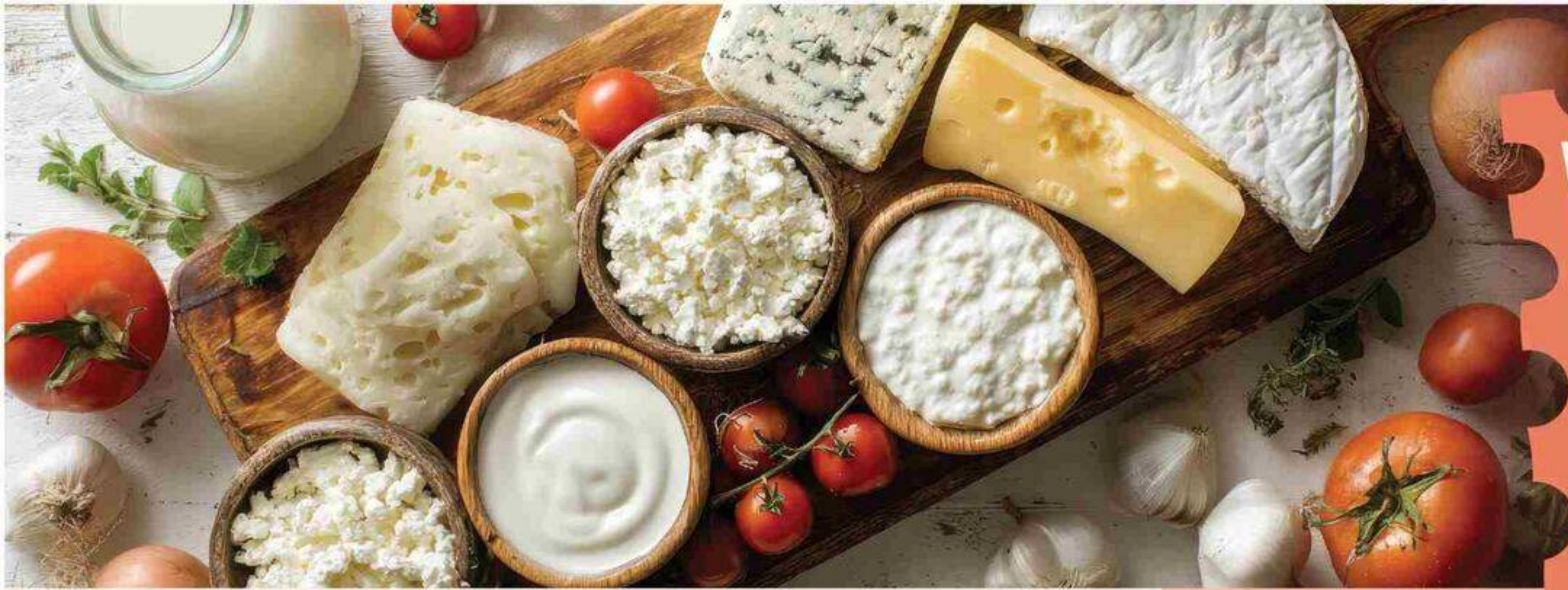
15% DE RABAIS
5.49

tartinade aux noisettes ou beurre d'arachide Kraft
375-500 g
Kraft hazelnut or peanut butter
reg. 6,49



14% DE RABAIS
5.99

café moulu Najjar Selection
200 g
Najjar Selection ground coffee
reg. 6,99



DÉCOUVREZ NOS FROMAGES



PLUS DE
40% DE RABAIS

3.99

fromage bocconcini Tre Stelle
200 g, choix varié
Tre Stelle bocconcini cheese
reg. 6,99



PLUS DE
40% DE RABAIS

3.99

fromage feta Tre Stelle
200 g, choix varié
Tre Stelle feta cheese
reg. 6,99



40% DE RABAIS

4.99

fromage ricotta Tre Stelle
400-475 g, choix varié
Tre Stelle ricotta cheese
reg. 8,29



PLUS DE
20% DE RABAIS

16.99

fromage feta Tre Stelle
850 g
Tre Stelle feta cheese
reg. 21,99

TOUT
POUR PRÉPARER VOS
FEUILLES DE VIGNE
MAISON

RECETTE
+ FEUILLES DE
VIGNE FARCIES
(DOLMAS)

CLIQUEZ ICI



Découvrez LES 3 INGRÉDIENTS ESSENTIELS À CETTE RECETTE



PLUS DE
40%
DE RABAIS

549
/lb

**boeuf haché maigre
ou veau de grain
haché maigre**
format économique
lean ground beef or lean ground
grain-fed veal, economic pack
12,10/kg
reg. de 7,99/lb - 17,61/kg
à 9,79/lb - 21,58/kg



PLUS DE
40%
DE RABAIS

899
le reste de
la semaine
à 10,99

**feuilles de
vigne Yergat**
454 g
Yergat vine leaves
reg. 15,99



PLUS DE
35%
DE RABAIS

5 KG

1099

**riz calrose
Aldoha**
5 kg
Aldoha calrose rice
reg. 17,99

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 et typographies employées par les différents annonceurs et fournisseurs de produits.

2299\$

+ TAXES
ET CONSIGNE



AUSSI DISPONIBLE: STELLA ARTOIS, MODELO 12 BOUTEILLES OU CANETTES

APPRECEZ DE MANIERE RESPONSABLE. Vous devez avoir l'âge légal de consommer de l'alcool. Offre valide du 10 au 16 septembre dans les Marchés Adonis participants. Sujet à la disponibilité des produits. Offre applicable à l'achat d'une (1) caisse de 12 canettes ou bouteilles (330-355 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. M.D.® Les marques de commerce sont la propriété exclusive de leur propriétaire respectif.

PRIX RÉGULIER
2649\$