



ADONIS

Marché méditerranéen

محلات أدونيس

La folie des RABAIS!

60% DE RABAIS

GROS FRUIT

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

1.99 /lb

50% DE RABAIS

10-16 UN.

Premium Fresh Fruit
figues brunes
Greece
brown fresh figs
reg. 19,99

9.99 ch.

JUSQU'À 50% DE RABAIS

poivrons de couleurs sacs 4 un. et cœurs de romaines 3 un.
Québec
colored pepper bags 4 un. or romaine hearts lettuce
reg. de 4,99 à 3,99

2.99 ch.

TOUS LES JOURS

produit d'ici

menthe fraîche, oignons verts, persil italien ou frisé
Québec
curly or italian parsley, fresh mint, green onions
reg. de 1,79 à 1,99

99¢ ch.

PLUS DE 40% DE RABAIS

filet mignon de bœuf emballage sous vide
beef tenderloin vacuum pack
35,25/kg
reg. 26,98/lb - 59,49/kg

15.99 /lb

PLUS DE 50% DE RABAIS

HALAL

pilons de poulet Halal
chicken drumsticks
5,05/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

2.29 /lb

PLUS DE 40% DE RABAIS

filet de saumon de l'Atlantique frais
fresh Atlantic salmon fillet
22,02/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

9.99 /lb

3 jours SEULEMENT jeudi, vendredi et samedi

PLUS DE 35% DE RABAIS

HALAL

RECETTE AUTHENTIQUE ADONIS

kafta de bœuf Halal
beef kafta
15,41/kg
reg. 10,99/lb - 24,23/kg à 11,99/lb - 26,43/kg

6.99 /lb le reste de la semaine à 6,99/lb - 19,82/kg

JUSQU'À 55% DE RABAIS

boisson gazeuses Coca Cola ou Bubby
6/222 ml, choix varié, consigne
Coca Cola soft drinks, deposit
reg. de 3,99 à 6,49

2.88 +TX le reste de la semaine à 3,33 +TX

PLUS DE 40% DE RABAIS

Black Diamond

TACOS & NACHOS

fromage en bloc ou râpé Black Diamond
300-400 g
Black Diamond cheese block or shredded cheese
reg. de 7,99 à 8,99

4.97

JUSQU'À 50% DE RABAIS

maïs en grains, champignons, trempette de pois chiches Cedar ou harissa sauce piquante Le Phare du Cap Bon
284-341 ml, 400 g ou 70 ml
Cedar whole corn kernel, mushrooms, chick peas dip or Le Phare du Cap Bon harissa hot sauce
reg. de 1,49 à 1,99

99¢

PLUS DE 45% DE RABAIS

CDAR

CHUNK LIGHT TUNA
THON PÂLE EN MORCEAUX

thon dans l'huile Cedar
80 g
Cedar tuna in oil
reg. 1,29

69¢

PLUS DE 55% DE RABAIS

fromage original Jarlsberg ou prosciutto San Daniele
Jarlsberg original cheese or San Daniele prosciutto
11,29/lb
reg. 4,29 le 100 g - 19,46/lb ou 5,79 le 100 g - 26,26/lb

2.49 le 100 g

PLUS DE 40% DE RABAIS

tzatziki style grec Delphi
Delphi tzatziki greek style
4,49/lb
reg. 1,69 le 100 g - 7,67/lb

99¢ le 100 g

JUSQU'À 30% DE RABAIS

PUR BEURRE

croissants ou chocolaines
4 un.
Croissants or chocolate
reg. de 5,99 à 6,99

4.79

PLUS DE 40% DE RABAIS

pizza Stromboli
347-410 g, choix varié
Stromboli pizza
reg. 6,99

3.99

35% DE RABAIS

huile d'olive extra vierge Cleopatra
1 L
Cleopatra extra virgin olive oil
reg. 13,99

8.99

PLUS DE 40% DE RABAIS

De Cecco

Spaghetti no. 12

pâtes Dececco
454 g, choix varié
Dececco pasta
reg. 3,79

2.22

PLUS DE 40% DE RABAIS

TWININGS

Pure Camomile
Camomille Pure

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

2/6\$ ou 3,49 l'unité

PLUS DE 35% DE RABAIS

Nestlé

DRUMSTICK

crème glacée et friandises glacées Nestlé
1,5 L, 6/66 ml, 4/120-140 ml, 5/72-80 ml, choix varié
Nestlé ice cream or frozen treats
reg. 7,99

4.94

PLUS DE 20% DE RABAIS

nutella

tartinade au noisettes-chocolat ou arachide cacao Nutella
725 g
Nutella hazelnut-chocolate spread or peanut & cocoa
reg. 8,99

6.99

65% DE RABAIS

rôti de longe de porc désossée
boneless pork loin roast
5,38/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg

244 /lb

30% DE RABAIS

BBQ AILES DE POULET
18 % DE PROTÉINES DE VIANDE
POURTES EN VIEUX ASSAISONS, ENTIEREMENT CUITES ET COUPÉES
13 MOIS DE GARANTIE
650 g

ailles de poulet Selection
650 g, choix varié
Selection chicken wings
reg. 12,99

899

40% DE RABAIS

Irresistible
ARGENTINIAN ARGENTINE
20-40 SHRIMP - CREVETTE
LARGE - GROS!
RAW - CRUES
Tail-off - Peeled
Sans la queue - Décortiqué
Español: gourmet product
Produit de source responsable

crevettes Argentine crue
21-25 ou 20-40 Irresistible
Irresistible Argentina shrimp 21-25 or 20-40
300 g
reg. 9,99

599

40% DE RABAIS

coulis tomate Cedar
690 ml
strained tomato
reg. 3,49

2\$

35% DE RABAIS

Maggi
مرقة بنكهة الدجاج
2 CUBES (11 g)
504 g

bouillon en cube poulet ou légume Maggi
504 g
Maggi chicken or vegetable broth cube
reg. 6,49

399

20% DE RABAIS

Neilson
FROMAGE COTTAGE CHEESE
2% M.G.
High in Protein
Teneur élevée en protéines
FROMAGE COTTAGE CHEESE 500 g

fromage cottage Neilson
500 g
Neilson cottage cheese
reg. 4,99

399

35% DE RABAIS

AL-RABIH
Tahini
907 g
Al Rabih tahini
reg. 12,49

799

25% DE RABAIS

MARC ANGELO
ANTIPASTO MISTO
85 g

viandes froides Marc Angelo
85 g, choix varié
Marc Angelo cold cuts
reg. 7,99

599

JUSQU'À 25% DE RABAIS

JuraFlore
Fort des Rousses
COMTÉ 12 MOIS
200-300 g, choix varié
Alexis de Portneuf or JuraFlore cheese
reg. de 11,49 à 11,99

899

35% DE RABAIS

AL'ARD
Palestinian Green Olives
907 g
Al'ard green olive
reg. 18,99

1199

50% DE RABAIS

fromage bocconcini, ricotta ou mozzarella Saputo
190-400 g, choix varié
Saputo bocconcini, ricotta or mozzarella cheese
reg. de 8,49 à 6,99

399

35% DE RABAIS

MAXWELL HOUSE
ORIGINAL ROAST TORRÉFACTION ORIGINALE
864-925 g, choix varié
Maxwell House ground coffee
reg. 24,99

1597

35% DE RABAIS

777
RIZ BASMATI
555 ou 777
10 lb
Phoenicia 555 or 777 basmati rice
reg. 18,99

1199

30% DE RABAIS

iögo
VANILLA VANILLE
650 g, choix varié
iögo yogurt
reg. 4,29

2/6\$
ou 3/49 l'unité

JUSQU'À 50% DE RABAIS

VAL NATURE
BOÎTE À LUNCH
130-226 g, choix varié
Val Nature granola or Betty Crocker fruit snacks
reg. de 4,19 à 5,29

247 TX

35% DE RABAIS

La Belle Bretagne
Pâté
150 g, choix varié
La Belle Bretagne pâté
reg. 4,79

299

5\$ DE RABAIS

Irresistible
WALNUTS NOIX de GRENOBLE
750 g
Irresistible walnuts
reg. 16,99

1199

30% DE RABAIS

NOUVELLES BOUCHÉES À DÉCOUVRIR!

NOUVEAU

bouchées shishtaouk, pizza et épinard fêta Adonis
Adonis small bites Halal
reg. 11,88/12 un.

799
12 un. ou 0,99 l'unité

Épinard fêta
Pizza
Shishtaouk

PRODUITS LOCAUX



20% de rabais

3⁹⁷
ch.

grosses citrouilles
Québec
large pumpkins
reg. 4,99

courges dures
Québec,
choix varié
hard squash
3,28/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg
ou 2,49/lb - 5,49/kg

Jusqu'à 40% de rabais

1⁴⁹
/lb



37% de rabais

4/1⁹⁹
ou 0,50 l'unité

maïs en épis
Québec
corn cob
reg. 0,79



20% de rabais

1⁹⁹
/lb

pommes Ginger Gold, McIntosh, Paula Red ou Lobo
Québec
Ginger Gold, McIntosh, Paula Red or Lobo apples
4,39/kg
reg. 2,49/lb - 5,49/kg



2/5\$
ou 2,50 l'unité

citrouilles pour tartes
Québec
pie pumpkins
reg. 2,99



TOUS LES JOURS

99¢
ch.

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



20% de rabais

1⁹⁹
ch.

laitues romaine, feuilles vertes ou rouges
Québec
romaine, green or red leaf lettuce
reg. 2,49



50% de rabais

2⁹⁹
ch.

chou-fleur blanc, orange ou mauve
Québec
white, purple, orange cauliflower
reg. 5,99



TOUS LES JOURS

1⁹⁹
/lb

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

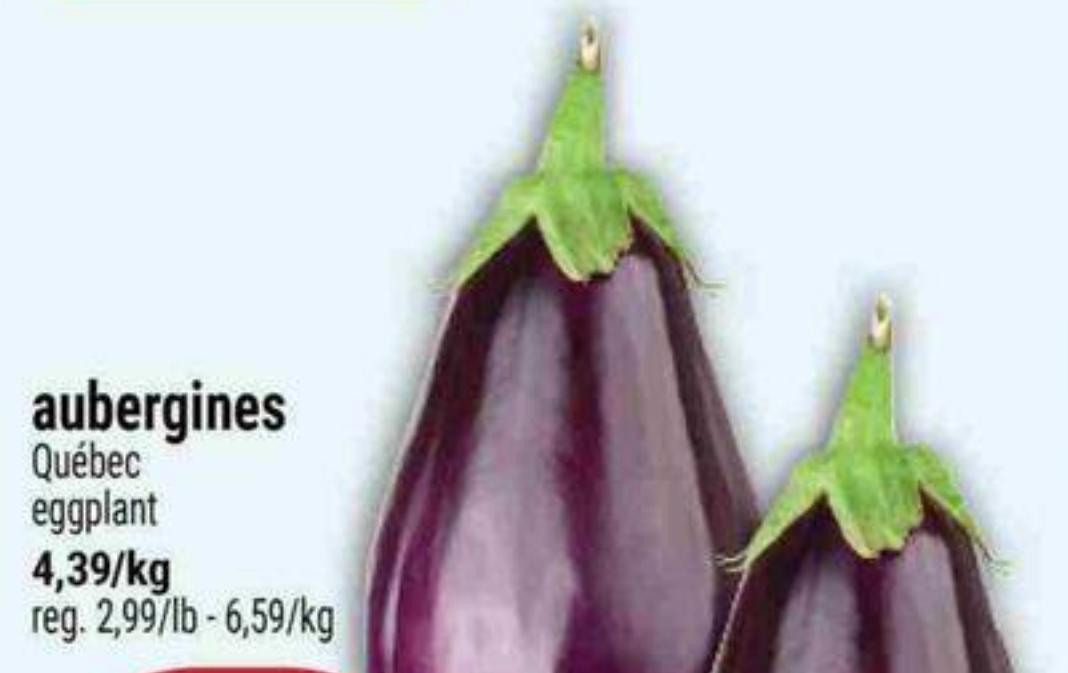


menthe fraîche
Québec
fresh mint
reg. 1,79

TOUS LES JOURS

99¢
ch.

oignons verts
Québec
green onions
reg. 1,99



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

TOUS LES JOURS

1⁹⁹
/lb



33% de rabais

1⁹⁹
/lb

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



TOUS LES JOURS

5⁹⁹
ch.

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



Jusqu'à 43% de rabais

3⁹⁹
ch.

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



TOUS LES JOURS

1⁴⁹
/lb

chou plat
Québec
flat cabbage
3,28/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg



2\$ de rabais

5⁹⁹
ch.

poireaux x4
Québec
leeks x4
reg. 7,99



38% de rabais

4⁹⁹
/lb

dattes fraîches jaunes
Jordanie
fresh yellow dates
11,00/kg
reg. 7,99/lb - 17,61/kg



23% de rabais

9⁹⁹
/lb

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



Jusqu'à 50% de rabais

1⁹⁹
/lb

tomates rouges de champs, en grappe ou italiennes
Québec, Mexique
red vine, field or italian tomatoes
4,39/kg
reg. 2,49/lb - 5,49/kg ou 3,99/lb - 8,80/kg



50% de rabais

1⁹⁹
ch.

céleri avec feuilles
Québec
celery with leaves
reg. 3,99



50% de rabais

2⁹⁹
/lb

aubergines italiennes
Canada
italian eggplants
6,59/kg
reg. 5,99/lb - 13,21/kg



10/4⁹⁹
ou 0,50 l'unité

limes ou citrons
Afrique du Sud, Mexique
lemons or limes
reg. de 0,89 à 0,99



20% de rabais

1⁹⁹
/lb

clémentines
Afrique du Sud
clementines
4,39/kg
reg. 2,49/lb - 5,49/kg



20% de rabais

3⁹⁹
ch.

chou de bruxelles
Québec, 454 g
brussel sprouts
reg. 4,99



25% de rabais

2⁹⁹
ch.

bette à carde verte ou rouge
Québec
red or green Swiss chard
reg. 3,99



5-6 UN.

TOUS LES JOURS

3⁹⁹
ch.

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



3 LB

TOUS LES JOURS

3⁹⁹
ch.

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



GROS FRUIT

2/5\$
ou 2,50 l'unité

mangues rouges
Brésil
red mangoes
reg. 2,99



7⁹⁹
ch.

tomates cerise, raisins de serre ou mélangée
Canada, 1,5 lb
mixed tomato, grape and cherry
reg. 8,99



2 LB

TOUS LES JOURS

5⁹⁹
ch.

kiwis
Chili, 2 lb
reg. 7,99

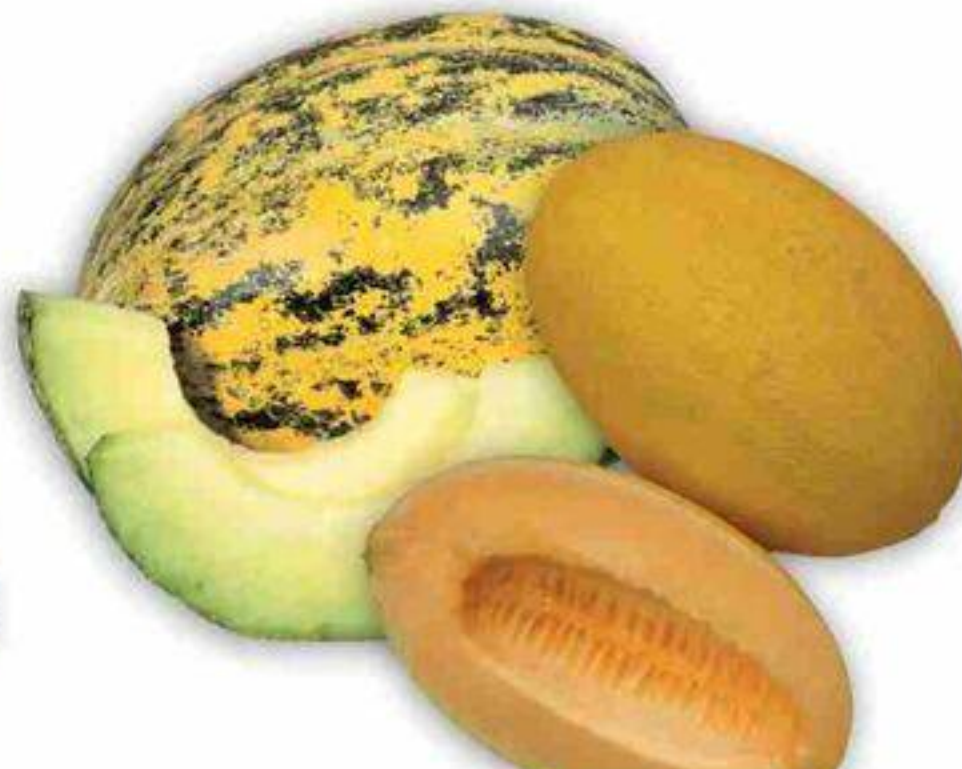


14-22 UN.

3\$ de rabais

16⁹⁹
ch.

poire cactus
Mexique
cactus pear case
reg. 19,99



1⁶⁹
/lb

melon hami, santa claus ou canari
États-Unis
hami melon, canary or santa claus
3,73/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg

SAVOUREZ
nos viandes

FRAÎCHES et nos spécialités
de QUALITÉ

منتجاتنا اللحومية

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

2\$/LB DE RABAIS

8⁹⁹
/lb

RECETTE
AUTHENTIQUE
ADONIS

PLUS DE
15% DE RABAIS

7⁴⁹
/lb

boeuf haché mi-maigre
format économique
medium ground beef, economic pack
16,51/kg
reg. 8,89/lb - 19,60/kg

RECETTE
AUTHENTIQUE
ADONIS

40% DE RABAIS

2⁹⁹
/lb

pilons de poulet mariné
marinated chicken drumstick
6,59/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

PLUS DE
30% DE RABAIS

3⁹⁹
/lb

côte de flank de porc
pork side ribs
8,80/kg
reg. 5,99/lb - 13,21/kg

PLUS DE
42% DE RABAIS

3⁹⁹
/lb

côtelettes de porc désossée
boneless pork loin chops
8,80/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg

RECETTE
AUTHENTIQUE
ADONIS

JUSQU'À
2\$/LB DE RABAIS

9⁹⁹
/lb

shawarma de boeuf ou
de poulet
beef or chicken shawarma
22,02/kg
reg. 10,99/lb - 24,23/kg à 11,99/lb - 26,43/kg

PLUS DE
25% DE RABAIS

4⁴⁹
/lb

poitrine de poulet avec os
bone-in chicken breast
9,90/kg
reg. 6,29/lb - 13,87/kg

2\$/LB DE RABAIS

8⁹⁹
/lb

saucisses makanek au
boeuf, mélange porc et
boeuf, ou mini soujouk
19,82/kg
reg. 10,99/lb - 24,23/kg

RECETTE
AUTHENTIQUE
ADONIS

RECETTE
AUTHENTIQUE
ADONIS

PLUS DE 50% DE RABAIS

21⁹⁹
/lb

bifteck de filet
mignon ou cube de
filet de boeuf marinée
beef tenderloin steak or
cube marinated filet
48,48/kg
reg. 33,99/lb - 74,93/kg
à 51,99/lb - 114,62/kg

PLUS DE 20% DE RABAIS

13⁹⁹
/lb

côtelettes de
veau de grain
grain-fed veal chops
30,84/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

PLUS DE
30% DE RABAIS

9⁹⁹
/lb

rôti palette de
boeuf désossée
boneless beef chuck roast
22,02/kg
reg. 14,49/lb - 31,94/kg



2\$ DE RABAIS

4⁹⁹

bologna régulier
ou style ciré
Selection
675 g
Selection bologna
or waxed style
reg. 6,99



2\$ DE RABAIS

3⁹⁹

produits
Wong Wing
choix varié
Wong Wing products
reg. 5,99



2\$ DE RABAIS

7⁹⁹

languettes de poulet
à déjeuner Zabiha
375 g
Zabiha breakfast chicken
strips
reg. 9,99



2\$ DE RABAIS

5⁹⁹

bacon
Selection
375 g, choix varié
Selection bacon
reg. 7,99



2\$ DE RABAIS

13⁹⁹

jambon
fumé forêt
noir ou
à l'ancien
Lafleur
550 g
black forest
or old-fashion
smoked ham
reg. 15,99



1\$ DE RABAIS

2⁹⁹

poulet haché
maigre surgelé
Zabiha
454 g
Zabiha frozen lean ground
chicken
reg. 3,99



JUSQU'À
2\$ DE RABAIS

9⁹⁹

boulettes
italiennes ou
suédoises Plaisirs
Gastronomiques
515-700 g
Plaisirs Gastronomiques Italian
or Swedish meatballs
reg. de 11,99 à 12,99



2\$ DE RABAIS

7⁹⁹

poulet pané
surgelé
Watson Ridge
800 g, choix varié
frozen breaded chicken
reg. 9,99

GOÛTEZ la FRAÎCHEUR de nos PRODUITS DE LA MER

منتجاتنا البحرية

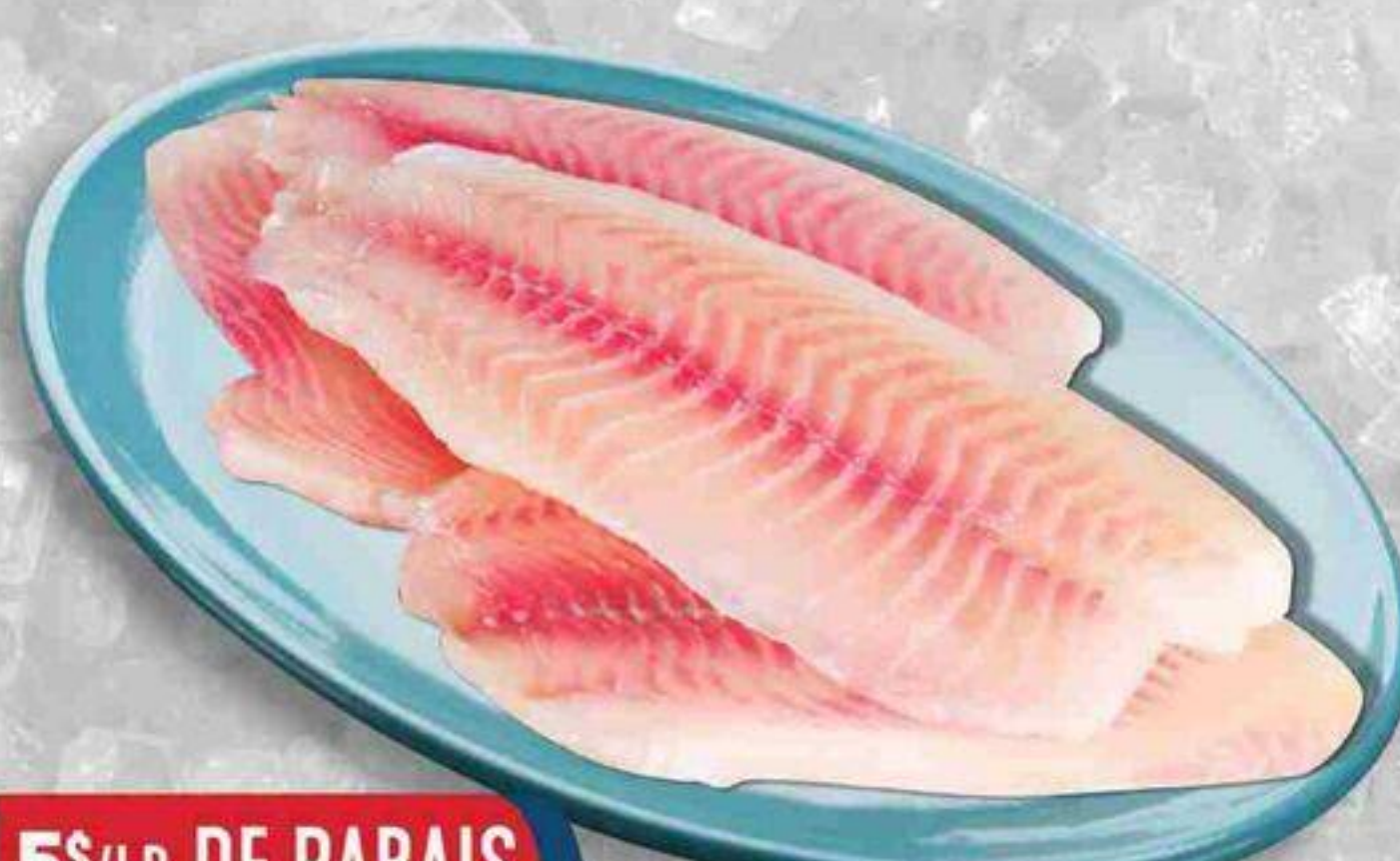


NETTOYAGE GRATUIT

2\$/LB DE RABAIS

5⁹⁹
/lb

sardines fraîches
fresh sardines
13,21/kg
reg. 7,99/lb - 17,61/kg



5\$/LB DE RABAIS

9⁹⁹
/lb

filet de tilapia
tilapia fillets
22,02/kg
reg. 14,99/lb - 33,05/kg

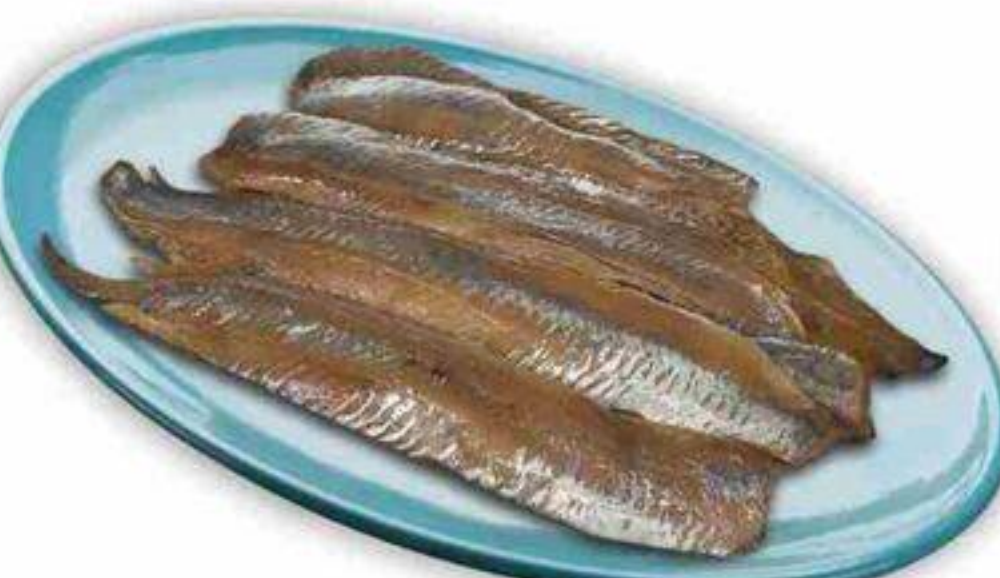


NETTOYAGE GRATUIT

2\$/LB DE RABAIS

5⁹⁹
/lb

maquereau
décongelé / surgelé
mackerel defrost / frozen
13,21/kg
reg. 7,99/lb - 17,61/kg



filet de hareng fumé
smoked herring fillets
24,23/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

2\$/LB DE RABAIS

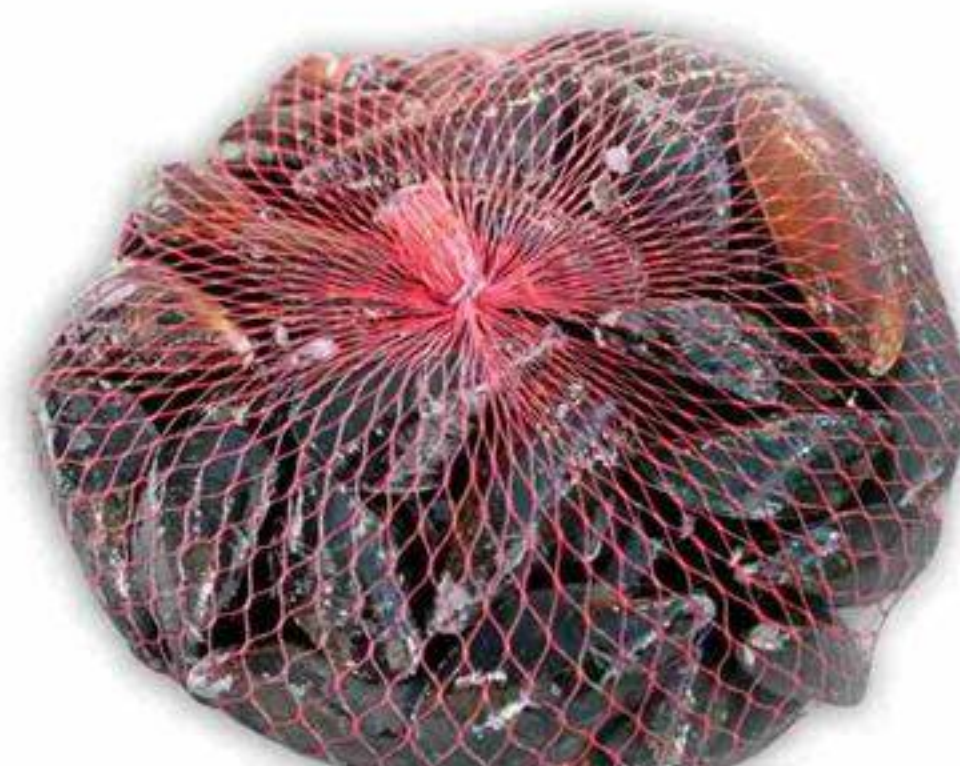
10⁹⁹
/lb



taramosalata
24,23/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

2\$/LB DE RABAIS

10⁹⁹
/lb



2\$ DE RABAIS

5⁹⁹

sac de moules
2 lb
mussels bag
reg. 7,99



28% DE RABAIS

1²⁵
ch.

brochettes
de crevettes
décongelées /
surgelées
41/50
shrimp skewers defrost /
frozen 41/50
reg. 1,79



crevettes
pétoncles
Blue Tide
340 g
Blue Tide
shrimp scallops
reg. 9,99

1\$ DE RABAIS

8⁹⁹



1\$ DE RABAIS

7⁹⁹

tilapia entier
Anchor's Bay
1,36 kg
Anchor's Bay whole tilapia
reg. 8,99



2\$ DE RABAIS

9⁹⁹

mélange
récolte de mer
Irresistible
908 g
Irresistible seafood mix
reg. 11,99



2 LB

crevettes
blanches
cuites
41-50
Blue Tide
907 g
Blue Tide 41-50
white cooked
shrimp
reg. 23,99

4\$ DE RABAIS

19⁹⁹

Nos produits FRAIS — عروض المنتجات الطازجة



yoğurt nature
Halal 2% Cedar
650 g
Cedar Halal plain yogurt
reg. 3,69

PLUS DE
30% DE RABAIS

2⁴⁹

3.25%

2%



PLUS DE
20% DE RABAIS

4⁴⁹

gros oeuf blanc omega3
coconid Burnbrae
12 un.
Burnbrae nestlaid omega3 white large egg
reg. de 5,59 à 5,79



Puck tartinée
crèmeux laitier
500 g
reg. 16,99

7\$ DE RABAIS

9⁹⁹



beurre
salé ou
non salé
Président
250 g
Président salted
or unsalted butter
reg. 7,99

PLUS DE
35% DE RABAIS

4⁹⁹



crème 5,10 ou
15% Lactantia
473 ml
Lactantia cream
5,10 or 15%
reg. de 4,59 à 4,69

30% DE RABAIS

3²⁹



jus d'orange
Oasis
2,5 L
Oasis orange juice
reg. 9,29

PLUS DE
10% DE RABAIS

7⁹⁹



rehausseur de
café International
Delight
946 ml, choix varié
International Delight coffee
enhancer
reg. 7,49

20% DE RABAIS

5⁹⁹



bâtonnets
fromage
Black Diamond
252-336 g, choix varié
Black Diamond
cheese sticks
reg. 8,99

PLUS DE
20% DE RABAIS

6⁹⁹



PLUS DE
25% DE RABAIS

6⁹⁹

yoğurt Activia
12 x 100 g, choix varié
Activia yogurt
reg. 9,49



jus Kombucha
1 L, consigne
Kombucha refrigerated
drink, deposit
reg. 9,49

PLUS DE
35% DE RABAIS

5⁹⁹



Lait's Go lait
310 ml, choix varié,
consigne
Milk 2 Go milk, deposit
reg. 2,59

2/4\$

ou 2,49
l'unité



boisson cagé noir
infusion Stok
1,42 L, choix varié, consigne
Stok brew black coffee
beverage, deposit
reg. de 8,49 à 8,99

PLUS DE
20% DE RABAIS

6⁹⁹



PLUS DE
35% DE RABAIS

3⁴⁹

fromage Kiri
150 g
Kiri cheese
reg. 5,49

Découvrez NOS CHARCUTERIES

mortadelle Roma ou jambon fumé ou forêt noire Clément Le Gourmand
Roma mortadella ou Clément Le Gourmand smoked or black forest ham
8,12/lb
reg. 2,29 le 100 g - 10,39/lb ou 2,99 le 100 g - 13,56/lb

salami tout boeuf Lesters ou jambon blanc cuit Gaspésien
Lesters all beef salami Gaspésien cooked white ham
11,29/lb
reg. 2,79 le 100 g - 12,66/lb ou 3,49 le 100 g - 15,83/lb

JUSQU'À 40% DE RABAIS
179
le 100 g

PLUS DE 25% DE RABAIS
249
le 100 g

capicollo Mastro
choix varié
Mastro capicollo
9,03/lb
reg. 2,79 le 100 g - 12,66/lb

poitrine de dinde Flamingo
choix varié
Flamingo turkey breast
11,29/lb
reg. 3,49 le 100 g - 15,83/lb

PLUS DE 25% DE RABAIS
199
le 100 g

PLUS DE 25% DE RABAIS
249
le 100 g

bologne Solmaz
Solmaz bologna
11,29/lb
reg. 2,79 le 100 g - 12,66/lb

salami Mastro
300 g, choix varié
Mastro salami
reg. de 10,99 à 11,99

PLUS DE 10% DE RABAIS
249
le 100 g

PLUS DE 30% DE RABAIS
799

viantes froides Fantino & Mondello
100-200 g, choix varié
Fantino & Mondello cold cuts
reg. 9,29

pepperoni tranché Solmaz ou Roma
200-250 g
Solmaz or Roma sliced pepperoni
reg. 5,49

PLUS DE 10% DE RABAIS
799

PLUS DE 15% DE RABAIS
449

Découvrez NOS METS CUISINÉS

poulet mandi Halal
poulet BBQ entier
servi avec 1,5 kg
de riz et une sauce
mandi 500 ml
mandi chicken
reg. 19,99



1699^{+TX}

salades préemballées
250 g, choix varié
prepacked salads
reg. 4,99

ragoût de petits pois ou boeuf stroganoff Halal
peas stew or stroganoff beef
19,82/kg
reg. 9,99/lb - 22,03/kg

NOUVEAU FORMAT 250 G

399^{+TX}

899^{+TX}
/lb

trempe de mouhamara Adonis
250 g
Adonis mouhamara dip sauce
reg. 5,79

sandwich markouk poulet ou boeuf
markouk sandwich
reg. 10,99

ajoutez 4\$ pour un combo avec patates, salade et breuvage de 355 ml

499

899^{+TX}

grand lahmajoun régulier ou Adonis
900 g
Adonis large lahmajoun
reg. 12,99

pâtes fraîches O Sole Mio
908 g, choix varié
O Sole Mio fresh pasta
reg. 18,99

1199

PLUS DE 25% DE RABAIS
1399

Découvrez NOS FROMAGES

fromage baladi en saumure
baladi in brine cheese
11,29/lb
reg. 2,79 le 100 g - 12,66/lb

fromage feta bulgare double crème
bulgarian feta double cream cheese
11,29/lb
reg. 2,99 le 100 g - 13,56/lb

PLUS DE 10% DE RABAIS
249
le 100 g

PLUS DE 15% DE RABAIS
249
le 100 g

fromage labneh mi-chèvre Phoenicia
Phoenicia semi-goat labneh cheese
5,85/lb
reg. 1,59 le 100 g - 7,21/lb

fromage emmental alpin
alpine emmental cheese
11,29/lb
reg. 3,49 le 100 g - 15,83/lb

PLUS DE 15% DE RABAIS
129
le 100 g

PLUS DE 25% DE RABAIS
249
le 100 g

fromage brie L'Extra
L'Extra brie cheese
15,83/lb
reg. 5,29 le 100 g - 24,00/lb

fromage gouda fumé Alexis de Portneuf ou parmesan Bella Lodi
Alexis de Portneuf smoked gouda or Bella Lodi parmesan cheese
13,56/lb
reg. 4,39 le 100 g - 19,91/lb ou 4,59 le 100 g - 20,82/lb

JUSQU'À 35% DE RABAIS
299
le 100 g

PLUS DE 30% DE RABAIS
349
le 100 g

fromage Briette
125 g, choix varié
Briette cheese
reg. 6,29

fromage EntreMont ou cheddar Agropur / Kerrygold
198-227 g, choix varié
EntreMont cheese or Agropur / Kerrygold cheddar
reg. de 8,99 à 11,29

PLUS DE 35% DE RABAIS
399

PLUS DE 35% DE RABAIS
699

Découvrez NOTRE PÂTISSERIE ET BOULANGERIE

pain Première Moisson
500 g, choix varié
Première Moisson bread
reg. de 5,49 à 6,99

MICHE MULTIGRAIN
MULTIGRAIN ROUND LOAF

MICHE AU LEVAIN, RAISINS, NOISETTES ET MIEL
RAISIN-HAZELNUT AND HONEY SOURDOUGH LOAF

2/10\$
ou 5,49 l'unité

Sfouf
13,20/kg
reg. 7,49/lb - 16,51/kg

gâteau Sénégal
6 portions
Senegal cake
reg. 23,99

599
/lb

4\$ DE RABAIS
1999

bagels
4 un., choix varié
reg. 2,49

pain naan Henri Bourassa
450 g
Henri Bourassa naan bread
reg. 3,99

199

349

pain Boulangerie Snowdon
480-625 g, choix varié
Snowdon Bakery bread
reg. de 5,49 à 5,99

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

499

Économisez 3\$ À L'ACHAT DE 2

Les INDISPENSABLES du QUOTIDIEN

3L

huile de tournesol Cedar
3 L
Cedar sunflower oil
reg. 11,99

25% DE RABAIS
8⁹⁹

20% DE RABAIS
3⁹⁹

feuilles molokhia sèches Cedar
200 g
Cedar dry molokhia leaves
reg. 4,99

JUSQU'À 33% DE RABAIS
3⁹⁹

fèves lupin ou feuilles de vignes Cedar
796 ml, 1 L
Cedar lupini beans or vine leaves
reg. de 5,49 à 5,99

bouillon Mieux-être
900 ml, choix varié
Life Smart broth
reg. 2,49

35% MOINS DE SEL
BOUILLON DE LÉGUMES
FARFESSE À CALORIES

2/4\$
ou 2,49 l'unité

2/5\$
ou 2,99 l'unité

lentilles Cedar
907 g, choix varié
Cedar lentils
reg. 3,49

2/5\$
ou 2,99 l'unité

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

3⁹⁹

pois chiches Cedar
1,8 kg
Cedar chick peas
reg. 5,99

JUSQU'À 33% DE RABAIS
1⁷⁹

thon Clover Leaf
85-170 g, choix varié
Clover Leaf tuna
reg. de 2,49 à 2,69

sauce pour pâtes Irrésistible
650 ml, choix varié
Irrésistible pasta sauce
reg. 5,79

4⁹⁹

2/4\$
ou 2,49 l'unité

tomates en dés ou pâtes Selection
375 g, 796 ml, choix varié
Selection diced tomatoes or pasta
reg. 2,49

1⁹⁹

cœur de palmier tranchés ou épis de maïs Cedar
398 ml
Cedar palm hearts or corn cobs
reg. de 2,49 à 2,99

3⁴⁹

citron confit ou viande à lunch Cedar
660 ml, 340 g, choix varié
Cedar lemon confit or luncheon meat
reg. de 3,99 à 4,99

navet mariné tranché Mechaalany
500 ml, trempette
Baba Ghannouj
370 g
Mechaalany sliced pickled turnip, Cedar
Baba Ghannouj
reg. 3,99

3⁴⁹

22% DE RABAIS
3⁴⁹

condiment ou pâte de piment Cedar
370 ml, choix varié
Cedar condiment or pepper paste
reg. 4,49

1 KG

semoule L'épi D'or
1 kg, choix varié
L'épi D'or semolina
reg. 4,29

41% DE RABAIS
2⁴⁹

33% DE RABAIS
2/4\$
ou 2,49 l'unité

chapelure Selection
425 g
Selection breadcrumb
reg. 2,99

JUSQU'À 40% DE RABAIS
1⁴⁹

mouloukhia ou colcasia Montana
400 g
Montana mouloukhia or colcasia
reg. de 2,29 à 2,49

PLUS DE 20% DE RABAIS
4⁹⁹

légumes surgelés Arctic Gardens
675-750 g, choix varié
Arctic Gardens
reg. 6,29

PLUS DE 15% DE RABAIS
8⁹⁹

tarte surgelée maison aux épinards et fromages Elzymi
850 g
Elzymi homemade frozen pie
reg. de 10,99 à 11,99

Life Smart Mieux-être
ORGANIC BIOLOGIQUE
MIXED BERRIES MÉLANGE DE BAIES
300 g

légumes surgelés Selection
1,2-1,75 kg, choix varié
Selection frozen vegetables
reg. 9,49

7⁹⁹

7⁴⁹

pomme de terre Cedar
2,27 kg, choix varié
Cedar potatoes
reg. 8,99

3⁹⁹

crêpes ou gaufres Kellogg's Eggo
310-280 g, choix varié
Kellogg's Eggo pancakes or waffles
reg. 4,89

JUSQU'À 33% DE RABAIS
3⁹⁹

fruits surgelés Mieux-être
300 g
Life Smart frozen fruits
reg. 5,99

biere Corona ou Stella Artois
12/330-355 ml, choix varié, consigne
Corona or Stella Artois beer, deposit
reg. de 26,49 à 27,99

22⁹⁹ +TX

33% DE RABAIS
3⁹⁹

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

2/8\$ +TX
ou 4,00 l'unité

croustilles Lay's ou Smartfood
177-235 g, choix varié
Lay's or Smartfood chips
reg. de 4,99 à 5,29

1⁹⁹

craquelins Cheez-it ou Allergia
100-200 g, choix varié
Cheez-it or Allergia crackers
reg. de 2,49 à 4,49

31% DE RABAIS
4⁴⁹

fruits en conserve Del Monte
796 ml
Del Monte canned fruit
reg. 6,49

1⁹⁹

gaufrettes Balocco
175 g, choix varié
Balocco wafers
reg. 2,49

27% DE RABAIS
3⁹⁹

biscuits Pattes d'ours
168-210 g, choix varié
Pattes d'ours biscuits
reg. 5,49

JUSQU'À 25% DE RABAIS
2⁹⁹

lait concentré sucré Cedar
300 ml, kashita
Nordex 170 g
Cedar sweetened condensed milk or Nordex kashita
reg. de 3,49 à 3,99

JUSQU'À 27% DE RABAIS
3⁹⁹

grau Selection ou mélasse fantaisie Grand'Ma
380 g-1 kg, choix varié
Selection oatmeal or Grand'Ma's molasses
reg. de 4,49 à 5,49

JUSQU'À 33% DE RABAIS
5⁹⁹

confiture Cedar ou breuvage chocolat chaud Carnation Nestlé
400 g, 750 ml, choix varié
Cedar jam or Nestlé hot chocolate beverage
reg. de 8,49 à 8,99

37% DE RABAIS
10⁹⁹

café en grain ou moulu bio Café William
300-340 g
Café William organic whole bean or ground coffee
reg. 17,49

JUSQU'À 32% DE RABAIS
5⁹⁹

céréales Kellogg's ou céréales santé Nature's Path
300-650 g, choix varié
Kellogg's cereals or Nature's Path health cereals
reg. de 5,99 à 8,79