

nos plus
bas prix
de l'année!

watatow
5.99
/lb

rôti français non bardé
bardé, rôti de bœuf intérieur de ronde
no barded french style roast
13,21/kg
reg. 13,69/lb - 30,18/kg

carottes
nantaïses douces
produit du Québec
et/ou du Canada, 454 g ou
laitue duo Gen V
produit du Québec, choix varié
nantes carrots or Gen V lettuce duo
reg. de 3,99 à 4,99

prix membre
1.44

prix spécial
1.99

watatow
revient à
3.34
ch.
à l'achat de 3

ou
4.99
l'unité

watatow
7.97

tartare Shaker
surgelé, bœuf 147 g, saumon 130 g, tataki de
thon 115 g, choix varié
Shaker tartare
reg. 13,99

watatow
94¢

repas surgelé Selection
215 g, choix varié
Selection frozen meal
reg. 1,79

papier
hygiénique
Cashmere
12 rouleaux doubles,
8 rouleaux triples,
choix varié
Cashmere bathroom
tissue
reg. de 12,49 à 12,79

watatow
4.95

FT & TRONG
+TX
DOUX ET
RESISTANT
MADE IN CANADA

produit
D'ICI

produit
D'ICI

produit
D'ICI

produit
D'ICI

produit
D'ICI

grande vente
watatow
metro

gros
fruits

watatow
1.99
/lb

extra-gros raisins
rouges, verts ou
noirs sans pépins
produit des E.-U.
extra-large seedless red,
green or black grapes
4,39/kg
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

gros
fruit

watatow
1.99

cantaloup
produit du Québec et/ou du Canada,
Canada No 1, gr 9
cantaloupe
reg. 5,99

watatow
1.99

brocoli
produit du Québec
et/ou du Canada, gr 14
broccoli
reg. 3,99

produit
D'ICI

produit
D'ICI

produit
D'ICI

produit
D'ICI

produit
D'ICI

produit
D'ICI

produit
D'ICI

produit
D'ICI

garantie
fraîcheur
traçable
de la pêche à l'assiette

watatow
3.99
/lb

filet de
truite frais
sans arêtes, format économique
fresh trout fillet, economic pack
19,82/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

watatow
8.99

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

moi
valeur
de 1\$

watatow
3.97

fromage à la crème
Philadelphia
227-250 g, Kraft fromage en
tranches 410 g, choix varié
Philadelphia cream cheese
reg. de 6,49 à 6,79

watatow
3.99

oeufs blancs poules
en liberté, omega-3
Mieux-être
Nutri, Naturel, calibre gros,
12 un., choix varié
Life Smart free run eggs,
omega-3 white eggs
reg. 6,99

watatow
4.87

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

watatow
2.33

Chips!
Ahoy!
RITZ
originaux
Crispers
ALL DRESSED
ASSAISONNÉS
biscuits Christie
144-303 g, Christie craquelins, 162-200 g,
Crispers, Meil-Melo amuse-gueule 145 g,
choix varié
Christie cookies and crackers, Crispers
snacks
reg. de 3,99 à 4,99

watatow
4.94
+TX

Häagen-Dazs
minis
vanilla almond
vanille amande
friandises glacées
Häagen-Dazs
3-4/55-88 ml, crème glacée,
414-450 ml, Iogo yogourt glacé 946 ml,
barres glacées 4/80 ml, Nano 8/50 ml,
choix varié
Häagen-Dazs frozen treats
reg. de 5,99 à 6,99

watatow
4.95
+TX

papiers mouchoirs Scotties
6/81-126 feuilles, Sponge Towels Ultra Pro
essuie-tout de papier 3 rouleaux doubles,
choix varié
Cashmere bathroom tissue
reg. de 10,99 à 11,99

watatow
3.99

Singles
Original C.
No Artificial
Flavors or Colors
22
Singles
PHILADELPHIA
ORIGINAL
PRODUIT DE FROMAGE À LA CRÈME
sans arôme
ni colorant
artificiels
410 g

watatow
3.99

Häagen-Dazs
dulce de leche

watatow
4.87

Cheerios
au miel et aux
Faites avec du vrai miel
725 g (16oz)

watatow
4.87

AVOINE
CROQUANTE
Trio de petits fruits
50g croustilles croustilles

**BAISSE
DE PRIX**
128
ch.

concombre anglais
sans pépins
produit du Québec et/ou du
Canada
seedless english cucumber



BIO **148**
ch.



médium

**BAISSE
DE PRIX**

**BAISSE
DE PRIX**
198
/lb

poivrons verts
produit du Québec
et/ou du Canada
green peppers
4,37/kg



chou vert
produit du Québec
et/ou du Canada
Canada No 1
green cabbage
2,16/kg

**BAISSE
DE PRIX**
98¢
/lb

BIO **au même
prix**

BIO **98¢**
gr 95

**gros
fruit**

**BAISSE
DE PRIX**
88¢
ch.

citron
importé de l'Afrique du Sud,
gr 88
lemon

BIO **198**
454 g

**Bolthouse
FARMS**
SINCE 1915
CAROTTES COUPÉES
BABY-CUT
SANTÉMENT DE CONSERVATION
100% VÉGÉTARIEN
454 g (1 lb)

carottes
coupées
et pelées
produit des
É.-U., Cat. No 1,
340 g
baby-cut peeled
carrots

**BAISSE
DE PRIX**
168

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%



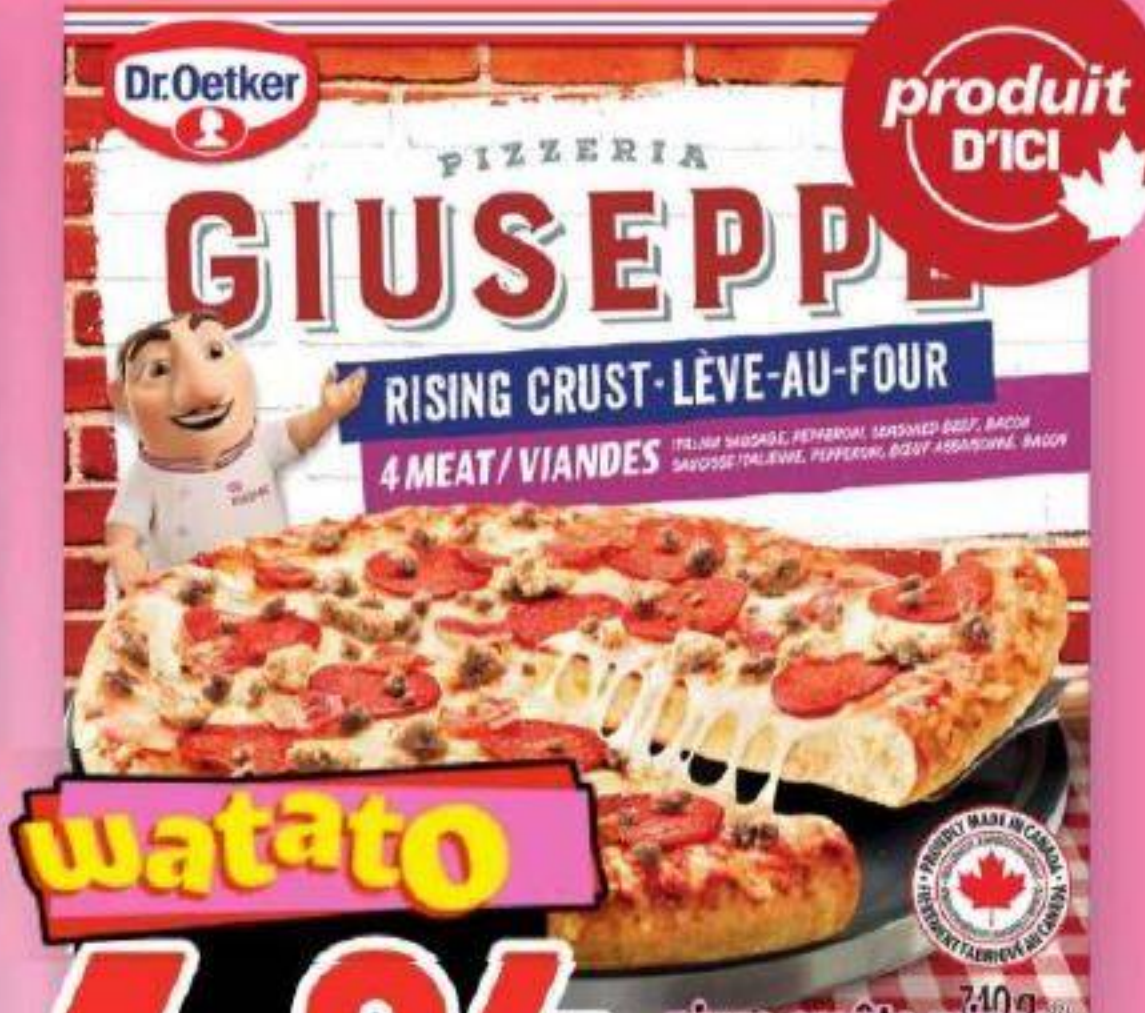
watatow
799
/lb

cubes de boeuf à
ragoût désossés
format économique
boneless stewing beef cubes,
economic pack
17,61/kg
reg. 11,29/lb - 24,89/kg



agneau
haché maigre
Familie Fontaine
Origines
décongelé, 375 g
Fontaine Family Origines
lean ground lamb
reg. 12,99

watato
899



watato
494

pizza crôte mince
Giuseppe
surgelée, 480-515 g, lève-au-four
720-785 g, Ludo pizza 390-490 g,
choix varié
Giuseppe thin crust pizza
reg. de 7,99 à 8,99



watatow
349

saucisses fumées Lafleur
Lafleur naturel, 375-450 g,
choix varié
Lafleur wieners
reg. 5,99



cuisses de
canard confites
Plaisirs
Gastronomiques
500 g
Plaisirs Gastronomiques
confit duck legs
reg. 25,99

watatow
1499



**moi
j'économise
5\$**
à l'achat
d'une caissette
d'huîtres*

caissette
d'huîtres
choix varié
oysters



watatow
2/7\$

ou
499
l'unité



watatow
499

fromage Tre Stelle
200 g, Castello 125-175 g, choix varié
Tre Stelle cheese
reg. de 6,99 à 8,49



wat
499

filets de
poisson
Coupe du
marché
High Liner
surgelés, saumon
sauvage du
Pacifique, sole
sauvage du
Pacifique, 227 g,
choix varié
High Liner Market
Cuts fish fillets
reg. 9,99



watatow
999

avocats
importés du Mexique et/ou du
Pérou, caisse 2 kg
avocados
reg. 12,99



watatow
244

tofu Unisoya
produit du Québec, 300-454 g
Unisoya tofu
reg. de 3,99 à 4,99



watatow
4\$

émincé
de jambon
Olymel
150-175 g,
poitrine de
cinde 175 g,
choix varié
Olymel
shaved ham
reg. 8,29

OLYME
JAMBON
FUMÉ
FORÊT NOIRE
175 g

*Offre valide jusqu'au 13 janvier 2027 dans les magasins Metro et Metro Plus participants. S'applique sur les caisses 12, 15, 18, 24, ou 25 d'huîtres. Selon la variété disponible en magasin. Jusqu'à épousure des produits participants. Certaines conditions s'appliquent. Détails sur programmemoi.ca. Moi est une marque de commerce de Metro Inc.

MÈRE MICHEL
produit d'ICI

BARBECUE BBQ
19g protéines
SANS OGM
NO MSG
NO ARTIFICIAL FLAVORS

WATATOW 7.99

ailes de poulet Mère Michel
surgelées, 505 g, choix varié
Mère Michel frozen chicken wings
reg. 13,99

McCaïn
produit d'ICI

POCKETS POCHETTES
PIZZA | PEPPERONI
WITH PEPPERONI & TASTY PIZZA SAUCE
300g

Superfries
5 SHOESTRING JULIENNE
650 g

WATATOW 2.99

pommes de terre McCaïn
surgelées, 454-750 g, pizza pochettes
300 g, choix varié
McCaïn potatoes
reg. de 5,49 à 5,99

HELLMANN'S
produit d'ICI

REAL VRAIE MAYONNAISE
EST. 1913

WATATOW 5.97

mayonnaise Hellmann's
710-890 ml, choix varié
Hellmann's mayonnaise
reg. 7,99

Selection
produit d'ICI

Spaghetti
750 g

Green peas Pois verts
750 g

WATATOW 2.99

légumes Selection
surgelées, 500-750 g, Irésistible
340-500 g, Mieux-Être chou frisé
haché biologique 300 g, choix varié
Selection vegetables
reg. de 3,49 à 5,19

Black Diamond
produit d'ICI

PIZZA MOZZARELLA
Sans LACTOSE Free
300 g

WATATOW 6.99

fromage râpé Black Diamond
300-320 g, Kraft 200 g,
P'tit Québec 400 g, choix varié
Black Diamond shredded cheese
reg. de 8,99 à 11,49

Selection
produit d'ICI

LACTOSE-FREE SANS LACTOSE
SWISS SUISSE
PIZZA MOZZARELLA
250 g

WATATOW 3.99

fromage Selection
250 g, choix varié
Selection cheese
reg. 4,99

Première Moisson
produit d'ICI

PAIN MULTIGRAIN MULTIGRAIN BREAD
475 g

WATATOW 2/6\$ ou 3.99 l'unité

pain tranché
475 g, choix varié
sliced bread
reg. 3,99

Villaggio
produit d'ICI

CLASSICO
ITALIAN STYLE

POM
DEPUIS 1890

WATATOW 2.50 de rabais à l'achat de 2 pains

pain tranché Pom
600-675 g, Villaggio
550-675 g, Bon Matin
595-600 g, choix varié
Pom sliced bread
voir réduction sur reçu de caisse

Becel
produit d'ICI

Originale
FAIT AVEC HUILES À BASE DE PLANTES

WATATOW 6.99

margarine Becel
800 g, choix varié
Becel margarine
reg. 9,79

Yoplait
produit d'ICI

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

WATATOW 97¢

VAL NATURE
MÉLANGE DU RANDONNEUR

VAL NATURE
BOÎTE À LUNCH
SAVEUR DE DOUBLE CHOCOLAT

WATATOW 2.47

barres granola Val Nature
130-230 g, Betty Crocker collations
aux fruits 128-141 g, choix varié
Nature Valley granola bars
reg. de 4,19 à 4,99

iöco nanö
produit d'ICI

nanö
BULLES BULLES
100% FRUITS
100% SUCRE

WATATOW 3.29

yogourt à boire iöco
6/93 ml, Nano bulles 4 un.,
choix varié
iöco drinkable yogurt
reg. de 4,69 à 5,99

Vachon
produit d'ICI

JOS LOU
ORIGINAL

SUN-MAID
Raisin
CINNAMON SWIRL
MARRÉ À LA CANNELLE

WATATOW 3\$ de rabais à l'achat de 2 produits

pain aux raisins Sun-Maid
450 g, petits gâteaux Vachon 6-12 un.,
choix varié
Sun-Maid raisin bread
reg. de 5,49 à 6,29
voir réduction sur reçu de caisse

Yum Yum
produit d'ICI

SAUCE BUFFALO
170-200 g, Ripples 200 g,
choix varié
Yum Yum potato chips
reg. 3,99

WATATOW 2.49

croustilles Yum Yum
170-200 g, Ripples 200 g,
choix varié
Yum Yum potato chips
reg. 3,99

ascac
produit d'ICI

LATINUM PL

Tide

WATATOW 19.99

détergent à lessive Tide
3,46-4,46 L, Gain détergent pour
la lessive 45-76 un., Downy, Gain
rehausseur de parfum 853 g,
Cascade pastilles pour lave-vaisselle
51-80 un., choix varié
Tide laundry detergent
reg. de 24,99 à 29,99

SAPPORO
BIÈRE PREMIUM

Modelo Especial
CERVEZA

WATATOW 23.49

bière Labatt Bud Light, Molson Coors Light, Sleeman Clear 2.0
casse, bout. ou canettes 24/341-355 ml,
choix varié, consigne
beer
reg. de 39,99 à 41,99

Coors
produit d'ICI

BUD LIGHT

WATATOW 34.99

bière Labatt Bud Light, Molson Coors Light, Sleeman Clear 2.0
casse, bout. ou canettes 24/341-355 ml,
choix varié, consigne
beer
reg. de 39,99 à 41,99

Molson
produit d'ICI

Budweiser

WATATOW 36.49

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

watatow

KEURIG

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

watatow
28⁹⁹



capsules de café
Van Houtte
K-Cup 30 un., café moulu 640-908 g,
McCafé capsules de café K-Cup
24-30 un., choix varié
Van Houtte coffee capsules
reg. de 30,49 à 34,99

watatow
26⁹⁹



watatow
12⁹⁹

capsules de café McCafé
K-Cup 10-12 un., choix varié
McCafé coffee capsules
reg. 15,49

cocktail
Clamato Mott's
1,89 L, choix varié, consigne
Mott's Clamato cocktail
reg. 5,49

watatow
3⁴⁹



cocktail
sans alcool
Atypique
4/355 ml,
Mott's Clamato
4/341 ml, choix varié,
consigne
Atypique non-alcoholic
cocktail
reg. 9,99

watatow
7⁹⁹



watatow

MOLSON Coors

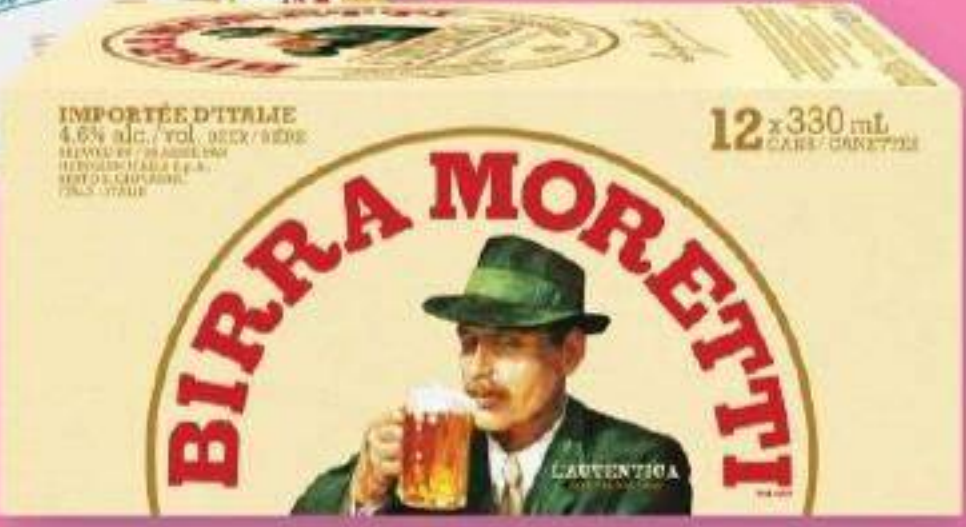
bière Coors Light,
Molson Miller Lite
caisse, bout. ou canettes
12/341-355 ml, choix varié,
consigne
beer
reg. de 24,49 à 26,49

watatow
20⁹⁹



bière Molson
Moretti, Sol
caisse, bout. ou canettes
12/330-355 ml,
choix varié, consigne
beer
reg. de 26,49 à 28,99

watatow
21⁹⁹



watatow
22⁹⁹

bière Heineken,
Heineken Silver
caisse, bout. ou canettes
12/330 ml, choix varié,
consigne
beer
reg. de 28,49 à 29,99

bière Brasseur
de Montréal,
Trou du Diable
caisse, canettes 12/355 ml,
choix varié, consigne
beer
reg. de 22,99 à 27,99

watatow
21⁹⁹



eau pétillante
alcoolisée
Coors Seltzer,
boisson de malt
Simply Spiked
12/355 ml,
choix varié, consigne
Coors Light sparkling water
reg. 28,49

watatow
22⁹⁹



économisez avec nos marques privées

Irresistible

Selection

sirop
d'érable
Irresistible
540 ml, choix varié
Irresistible
maple syrup
reg. 9,99

7⁹⁹



tartinade
Selection
725 g, choix varié
Selection spread
reg. 7,99

6⁹⁹



6⁴⁹

yogourt Irresistible
16/100 g, choix varié
Irresistible yogurt
reg. 6,99



jus réfrigéré
Selection
2,5 L, Silk boisson
de soja 946 ml,
choix varié
Selection
refrigerated juice
reg. de 6,79 à 7,29

5⁴⁹



ketchup
Selection
750 ml-1 L,
choix varié
Selection tomato
ketchup
reg. 3,99

3⁹⁹



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

3⁹⁹



2/4 \$

ou
2⁹⁹
l'unité



sauce
pour pâtes
Selection
410-650 ml,
choix varié
Selection
pasta sauce
reg. 3,79

3⁷⁹



chapelure
Selection
227 g, Irresistible
425 g, choix varié
Selection
breadcrumbs
reg. de 2,99 à 3,49

2⁴⁹



huile d'olive
Selection
1 L, choix varié
Selection olive oil
reg. 12,99

9⁹⁹



maïs soufflé
Irresistible
180-200 g, choix varié
Irresistible popcorn
reg. 3,99

2⁹⁹



amuse-gueule
Selection
265-285 g, bretzels 400 g,
choix varié
Selection snacks
reg. 3,99

2⁷⁷



2⁹⁹

biscuits Selection
270-325 g, choix varié
Selection cookies
reg. 3,49



3/5 \$
2⁴⁹
l'unité



eau de source
gazeifiée
Selection
1 L, choix varié, consigne
Selection carbonated
spring water
reg. 1,29

99¢



boisson
gazeuse
Selection
2 L, choix varié,
consigne
Selection soft drink
reg. 2,49

1⁸⁸

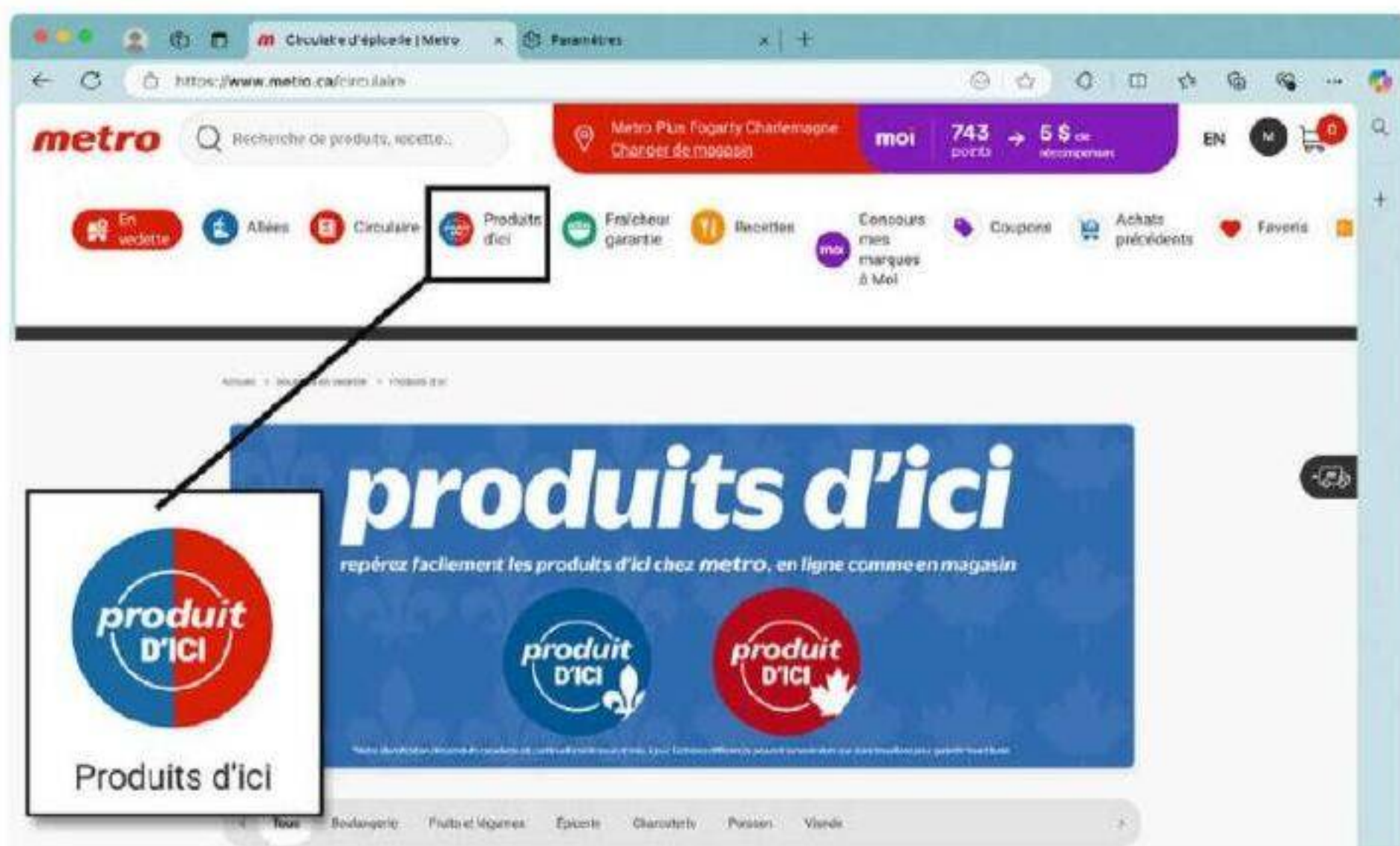


repérer les produits d'ici c'est facile!

comment les retrouver?



repérez les
différents logos
sur les étiquettes
de prix en magasin.



retrouvez tous
les produits d'ici
sur **metro.ca**

Produits d'ici québécois



L'identification Produit d'ici regroupe l'ensemble des certifications suivantes afin de faciliter leur repérage. Le logo Produit d'ici identifie aussi les produits n'ayant pas de certification mais qui répondent aux mêmes critères, comme certains légumes du Québec.



Tout produit entièrement québécois ou composé d'un minimum de 85% d'ingrédients d'origine québécoise.



Tout produit entièrement transformé et emballé au Québec.



Tout produit manufacturé dont la dernière transformation est effectuée au Québec.



Tout produit manufacturé dont au moins 85% des coûts directs liés à l'achat d'intrants, à leur transformation et à leur assemblage sont engagés au Québec.



Tout produit manufacturé dont la main-d'œuvre affectée à la conception et au design est entièrement localisée au Québec.

Produits d'ici canadiens



L'identification Produit d'ici met de l'avant les produits canadiens n'ayant pas de certification mais qui répondent à certains critères:

Produit du Canada



Tout produit dont les ingrédients (ou les composantes) importants proviennent du Canada.

Fabriqué au Canada



Tout produit substantiellement fabriqué ou transformé au Canada.

Pour en apprendre plus, cliquez ici

metro.ca

watatow

seulement

**prix
capoté!**

9,99 \$

pour 3 mois de livraisons illimitées*

s'abonner

*Certaines conditions s'appliquent. Détails sur metro.ca

la fraîcheur des fruits & légumes

WHOLE WHITE MUSHROOMS - CHAMPIGNONS BLANCS ENTIER

227 g

2/5\$ ou 2.50 l'unité

champignons blancs entiers Mieux-être biologique produit du Canada, 227 g Life Smart organic white mushrooms reg. 2,99

asperges importées du Mexique et/ou du Pérou, Cat. No 1, 325 g asparagus

5.99

mûres produit du Québec et/ou importées du Mexique et/ou du Guatemala, 170 g blackberries reg. 4,99

3.99

20 points

POIRES Bartlett

Canada n°1 PRODUIT DU CANADA 2L

poires Bartlett produit du Canada, Canada No 1, panier 2 L Bartlett pears reg. 6,99

5.99

citrons choix

importés de l'Afrique du Sud, sac 2 lb choice lemons reg. 6,99

5.99

kiwis

importés du Chili, panier 2 lb kiwis reg. 8,99

7.99

tomates Angel Sweet produit du Canada, 283 g Angel Sweet tomatoes reg. 4,99

3.99

légumes asiatiques

légumes Trudeau produit du Québec et/ou du Canada, 227 g, choix varié Trudeau vegetables reg. 4,99

3.99

lobok (daikon) produit du Québec et/ou du Canada lobok 5,93/kg reg. 2,99/lb - 6,59/kg

2.69 /lb

germes de haricot produit du Québec et/ou du Canada, sac 1 lb bean sprouts reg. 3,99

3.49

gingembre frais importé de la Chine fresh ginger 5,93/kg reg. 2,99/lb - 6,59/kg

2.69 /lb

citronnelle Trudeau produit du Québec et/ou du Canada Trudeau lemon grass reg. 3,49

2.99

chou nappa produit du Québec et/ou du Canada nappa cabbage 3,73/kg reg. 1,99/lb - 4,39/kg

1.69 /lb

MA BOUQUETERIE

COMME CHEZ LE FLEURISTE! QUALITÉ ET FRAÎCHEUR

plante tropicale suprême Ma Bouqueterie pot de céramique 5 po, choix varié Ma Bouqueterie supreme tropical plant

19.99

orchidée 1 tige Ma Bouqueterie pot en grès 5 po Ma Bouqueterie orchid 1 stem

24.99

bouquet Ma Bouqueterie bouquet

24.99

bouquet Ma Bouqueterie bouquet

34.99

radis en
feuilles
produit du Québec
et/ou du Canada, 1 un.
top radishes
reg. 1,99

169

4
unités

599

poireaux
produit du Québec
et/ou du Canada, 4 un.
leeks
reg. 7,99

persil frisé
ou italien,
menthe,
aneth ou
coriandre
produit du Québec
et/ou du Canada
herbs
reg. de 1,99 à 2,49

199



249

petites pommes de terre blanches,
rouges ou à chair jaune
produit du Québec, Canada No 1, sac 3 lb
small potatoes
reg. 2,99

produit
D'ICI



produit
D'ICI

Les Jardins I.E.C. Dubuc

Depuis plus de 25 ans, Les Jardins I.E.C. Dubuc cultivent des légumes de qualité en Montérégie, portés par une passion familiale transmise de génération en génération. Leurs oignons québécois sont reconnus pour leur fraîcheur et leur qualité constante, apportant saveur et caractère à une foule de plats.

2 lb

PRODUCTEUR D'ICI



199

oignons jaunes
produit du Québec et/ou du Canada, sac 2 lb
yellow onions



chou-fleur
produit du Québec
et/ou du Canada,
Canada No 1, gr 12
cauliflower
reg. 4,99

399

ch.



poivrons jaunes,
rouges ou orange de
champs
produit du Québec et/ou du Canada
yellow, red or orange field peppers

6,59/kg
reg. 3,99/lb - 8,80/kg

15
points

299

/lb

fondue au chocolat



cerises
de terre
produit du
Québec
et/ou du
Canada, 550 ml
ground cherries
reg. 5,99

399



fraises
produit du
Québec, 750 ml
strawberries
reg. 5,99

499

pommes Paula
Red, Sunrise,
Lobo ou Ginger
Gold
produit du Québec, Canada
de fantaisie, gr 100-125
Paula Red, Sunrise, Lobo
or Ginger Gold apples
4,39/kg
reg. 2,99/lb - 6,59/kg

199

/lb



fondue au chocolat
Chocolats FAVORIS
200-215 g, choix varié
Chocolats FAVORIS
chocolate fondue
reg. 9,99

799

les courges du Québec

delicata

buttercup

sweet mama

dumpling

stripetti

poivrée

musquée

spaghetti

courges
produit du Québec,
et/ou du Canada,
choix varié
squashes
3,28/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg

149

/lb

10
variétés

turban
d'aladin

ambercup

10
variétés
disponibles



fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

la fraîcheur en abondance



raisins rouges
ou verts
sans pépins
biologiques
produit des É.-U., 454 g
organic red or green
seedless grapes
reg. 6,99

1 lb

5⁹⁹

1 lb

citrons
biologiques
produit des É.-U., 454 g
organic lemons
reg. 6,99

5⁹⁹

kiwis
biologiques
importés du
Chili et/ou de
Nouvelle-Zélande,
1 lb
organic kiwis

1 lb

5⁹⁹

brocoli biologique
produit du Québec et/ou du
Canada, gr 14
organic broccoli
reg. 4,99

produit
D'ICI

3⁹⁹
ch.

chou-fleur
biologique
produit du Québec et/ou du
Canada, Cat. No 11, gr 12
organic cauliflower
reg. 4,99

produit
D'ICI

3⁹⁹
ch.

20
points

courges
biologiques
produit du Québec
et/ou du Canada,
choix varié
organic squashes
3,28/kg
reg. 1,99/lb - 4,39/kg

produit
D'ICI

1⁴⁹
/lb

metrogo! essayez nos salades variées fraîchement préparées

grecque poulet

poulet
mandarine

jambon
cheddar

césar
au poulet

saveurs
de l'Italie

jambon oeuf
emmental

coréenne

salade
245-345 g,
choix varié
salad
reg. de 8,99 à 9,99

au choix
8⁹⁹

n'oubliez
pas la
vinaigrette!
MAG
*non-incluse avec la salade

classique

s'accorde avec:
• fraîche au poulet
• fraîche jardin
• gourmet œuf
et jambon

grecque

s'accorde avec:
• grecque
• grecque au poulet
• méditerranéenne
à la giberge

coréenne
épicee

s'accorde avec:
• coréenne
• poulet
mandarine

césar

s'accorde avec:
• césar
• césar
au poulet

ranch

s'accorde avec:
• de la mer
• croquante bacon
et cheddar
• pois chiches
parmesan
• BLT au poulet

balsamique
blanc

s'accorde avec:
• cobb • saveur d'Italie
• chèvre-noix
fraîches-poulet
• chèvre-noix-
petits fruits



vinaigrette Mag
produit du Québec,
43 ml, choix varié
Mag dressing

6⁹⁹

mangez végé

saucisses
végétaliennes
Mieux-être
produit du Canada,
352 g, choix varié
Life Smart vegan
sausages
reg. 6,99

5⁹⁹

produit
D'ICI

nouilles ou
tofu Epik
préparées au Québec,
225-350 g, choix varié
Epik noodles or tofu
reg. de 7,99 à 9,99

7⁹⁹



produit
D'ICI

protéine
végétale Gusta
produit du Québec,
200-340 g, choix varié
Gusta plant based
protein
reg. de 5,49 à 5,99

4⁹⁹

produit
D'ICI

tempeh
biologique
Tempehine
préparé au Québec, 220 g,
choix varié
Tempehine organic
tempeh
reg. 5,99

4⁹⁹



BIO

produit
D'ICI



2/5\$ 2⁵⁰
l'unité

fruits True Fruit
217 ml, choix varié
True Fruit fruits
reg. 2,99



2/5\$ 2⁵⁰
l'unité

dattes
entières
dénoyautées
Compass
préparées au Canada, 2 kg
Compass whole
pitted dates
reg. 11,99

10⁹⁹



7⁹⁹



9⁹⁹

jus
Tradition Plus
préparé au Québec,
950 ml, choix varié,
consigne
Tradition Plus juice
reg. 6,99

5⁹⁹



produit
D'ICI

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

obtenez 3 000 points Moi sur vos prochains achats

Liez vos cartes d'ici le 30 sept.
et magasinez dans un magasin
participant d'ici le 31 oct. 2026.*

Valeur de
24 \$*

**Au Québec seulement. Offre d'une durée limitée.*



en savoir plus

*Des conditions s'appliquent.

haché par nos bouchers tous les jours

boeuf haché
maigre
format économique
lean ground beef,
economic pack
19,82/kg
reg. 9,79/lb - 21,53/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

8⁹⁹
/lb

45
points

biftecks tournedos
non bardés
format économique
no barded tournedos steaks,
economic pack
26,43/kg
reg. 13,69/lb - 30,18/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

11⁹⁹
/lb

bifteck de haut
de surlonge
désossés sans
culotte AAA
Platinum Plus
AAA Platinum Plus
boneless top sirloin steak
44,07/kg
reg. 24,99/lb - 55,09/kg

BOEUF
AAA
PLATINUM
PLUS

19⁹⁹
/lb

produit d'ici

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

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

3⁹⁹
/lb

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

miel & bacon

saucisses fraîches
choix varié, format économique
fresh sausages, economic pack
reg. 6,99/lb - 15,41/kg

**rabais de
1\$/lb
tout l'été**

ROSE

produit d'ici

brochettes
de porc
miel dijon
Rose
4/320 g
Rose pork skewers
reg. 8,99

6⁹⁹

viandes préparées sur place pas en usine

filets de porc
assaisonnés, marinés,
format économique
seasoned pork
tenderloins,
economic pack
11,00/kg
reg. 8,99/lb - 19,82/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

4⁹⁹
/lb

produit d'ici

marinades
**bang
bang**

marinades
**miel &
bacon**

bifteck attendri
bifteck sandwich
escalope d'intérieur
de runde, format
économique
tenderized steak,
economic pack
28,64/kg
reg. 13,99/lb - 30,84/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

12⁹⁹
/lb

produit d'ici

côtes de flanc de
porc frais
format économique
fresh pork side ribs,
economic pack
11,00/kg
reg. 5,49/lb - 12,10/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

4⁹⁹
/lb

**marinades
bang
bang**

côtelettes de porc frais
avec os, format économique
fresh pork loin chops, economic pack
11,00/kg
reg. 6,99/lb - 15,41/kg

—FORMAT—
ÉCONOMIQUE

4⁹⁹
/lb

**Life Smart
Mieux-être
NATURALIA**

produit d'ici

poitrines de
poulet désossées
Mieux-être
Naturalia
env. 450 g
Life Smart Naturalia
boneless chicken breasts
24,23/kg
reg. 12,99/lb - 28,64/kg

10⁹⁹
/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

**Life Smart
Mieux-être
NATURALIA**

produit d'ici

poulet de grain
Mieux-être
Naturalia
Cat. «A», env. 2 kg (4,4 lb)
Life Smart Naturalia
grain-fed chicken
11,00/kg
reg. 5,99/lb - 13,21/kg

4⁹⁹
/lb

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

Wagyu australien

Découvrez l'excellence du boeuf Wagyu australien, reconnu pour son persillage exceptionnel et sa tendreté incomparable. Une expérience gastronomique digne des meilleures tables, à savourer chez vous.

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

boeuf haché mi-maigre
Fontaine Origines
décongelé, 454 g
Fontaine Family Origines
medium ground beef
reg. 12,99

contre-filet de boeuf wagyu
Fontaine Origines
décongelé, 280 g
Fontaine Family Origines
wagyu striploin beef
reg. 32,99

60 points

11⁹⁹

29⁹⁹

faux-filet de boeuf wagyu
Fontaine Origines
décongelé, 280 g
Fontaine Family Origines
wagyu beef ribeye
reg. 37,99

32⁹⁹

KIM LAM

Nés d'une passion de partager la culture culinaire familiale traditionnelle

ainsi qu'une volonté d'offrir des repas sains, les Aliments Kim Lam ont su gagner le cœur des Québécois avec leurs saveurs et ingrédients de haute qualité. Depuis plus de 10 ans, nos rouleaux impériaux, Général Tao et soupes nourrissent vos bons moments passés en famille.

Kim Lam, fondatrice des Aliments Kim Lam

produit d'ici



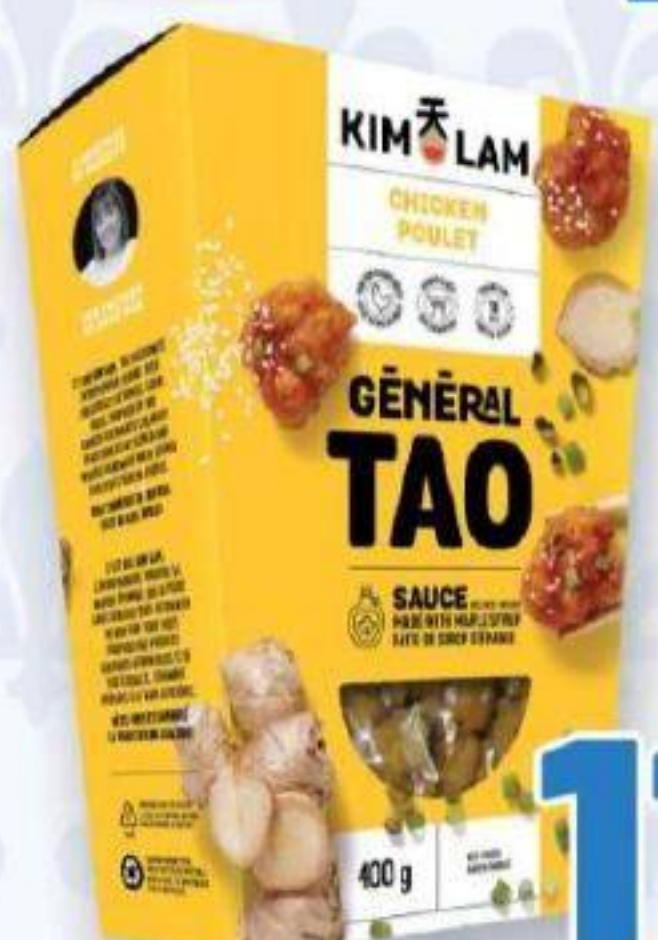
soupe wonton Kim Lam
 surgelée, 450 g
 Kim Lam frozen wonton
 reg. 8,99

7⁹⁹



soupe miso Kim Lam
 surgelée, 380 g
 Kim Lam frozen soup
 reg. 8,99

7⁹⁹



Général Tao Kim Lam
 surgelée, 400 g
 Kim Lam frozen
 Général Tao
 reg. 13,99

11⁹⁹



rouleaux impériaux Kim Lam
 surgelés, 300 g, choix varié
 Kim Lam frozen spring rolls
 reg. 13,99

11⁹⁹

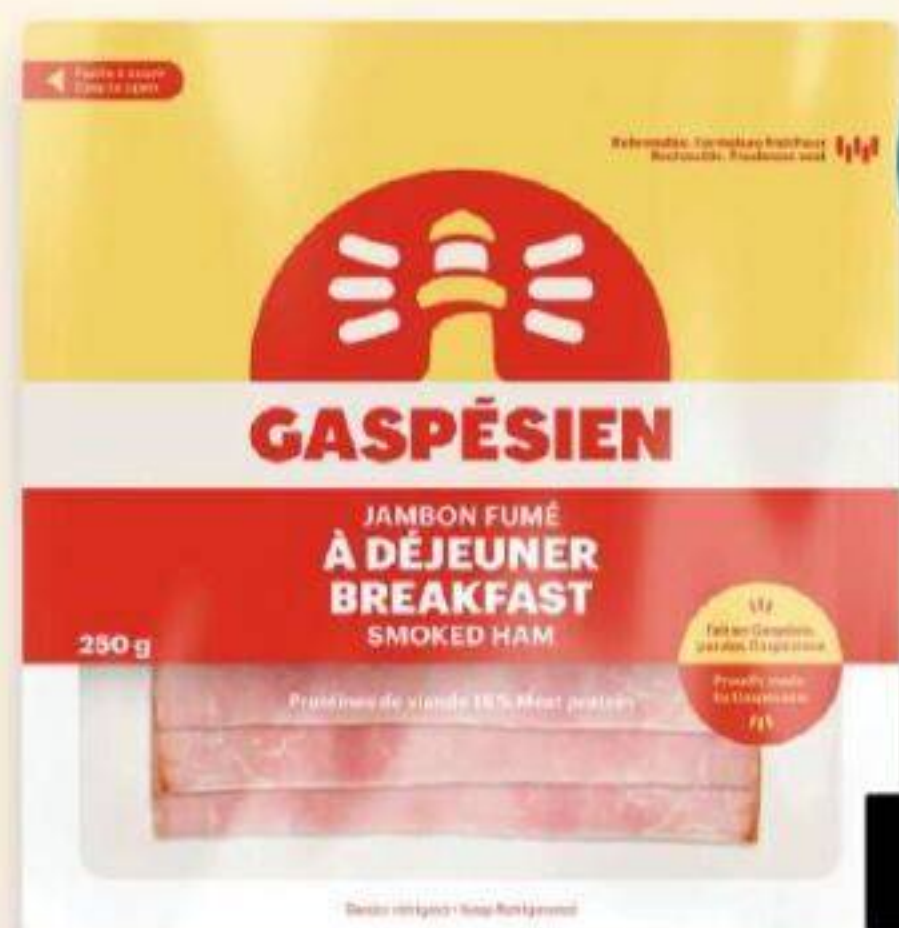
pour le brunch



produit d'ici

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

8⁹⁹



produit d'ici

jambon à déjeuner fumé Gaspésien
 surgelé, 400 g
 Kim Lam frozen
 Gaspésien
 reg. 6,99

5⁹⁹



produit d'ici

bologna Selection
 675 g, choix varié
 Selection bologna
 reg. 6,49

5⁴⁹



produit d'ici

prix spécial

8⁹⁹

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

prix membre

7⁹⁹



produit d'ici

demi épaule de porc picnic Levesque
 env. 2,08 kg
 Levesque picnic
 half pork shoulder
 11,00/kg
 reg. 6,49/lb - 14,31/kg

4⁹⁹



produit d'ici

pommes de terre rissolées en dés Cavendish
 surgelées, 2,72 kg
 Cavendish frozen
 chunky diced hash
 brown potatoes
 reg. 15,00

13⁹⁹



produit d'ici

pâtes farcies Irresistible
 800-350 g, choix varié
 Irresistible
 stuffed pasta
 reg. 4,49

à partir de 3⁹⁹



minis cornichons à l'aneth et à l'ail Strub's
 1 L, choix varié
 Strub's dill and garlic pickles
 reg. 7,99

6⁹⁹



produit d'ici

porc effiloché Plaisirs Gastronomiques
 poulet au beurre, vol-au-vent au poulet, chili au boeuf, 400-480 g, choix varié
 Plaisirs Gastronomiques pulled pork
 reg. 9,99

7⁹⁹



produit d'ici

hors-d'œuvre Irresistible
 surgelés, 228-500 g, choix varié
 Irresistible frozen hors d'œuvre
 reg. à partir de 8,99

à partir de 7⁹⁹



produit d'ici

prix spécial

13⁹⁹

smoked meat style Montréal Irresistible Artisan
400 g
Irresistible Artisan Montréal smoked meat
reg. 15,49

prix membre 12⁹⁹



produit d'ici

boulettes de porc surgelées Marcangelo
 1,4 kg
 Marcangelo frozen pork meatballs
 reg. 12,99

11⁹⁹



produit d'ici

portions de poulet panées Benny & Co
 surgelées, 600-700 g, choix varié
 Benny & Co frozen breaded chicken portions
 reg. de 15,99 à 17,99

12⁹⁹



produit d'ici

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

15⁹⁹

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

le meilleur
de la mer

garantie
fraîcheur
traçable
de la pêche à l'assiette

filet de doré
européen
European golden fillet
28,64/kg
reg. 22,99/lb - 50,68/kg

12⁹⁹
/lb

darnes de saumon
Atlantique frais
format économique
fresh Atlantic salmon
steaks, economic pack
30,84/kg
reg. 17,99/lb - 39,66/kg

— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

13⁹⁹
/lb

grosses
crevettes
ail et fines
herbes
Irrésistible
surgelées, non cuites,
avec carapace, 340 g
Irrésistible garlic fines
herbs large shrimp
reg. 12,99

10⁹⁹
moi

produit
D'ICI

metrogo!

metrogo!

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

70
points

— FORMAT —
ÉCONOMIQUE

17⁹⁹
/lb

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

à partir de
+TX

7⁹⁹

produit
D'ICI

crevettes
nordiques cuites
décortiquées
cooked northern shrimp
41,87/kg
reg. 20,37/lb - 44,90/kg

75
points

18⁹⁹
/lb

produit
D'ICI

pinces de homard
cuites
surgelées
cooked lobster claws
20,37/lb
reg. 22,99/lb - 50,68/kg

4⁴⁹
le 100 g

JANES
100% saumon

Filet de
SOLE
avec panure panko
— 100% SAUMON —
Filets de sole panés
Non cuites
Pêché dans l'océan Pacifique

590 g | 5-7 filets

produit
D'ICI

à partir de

14⁹⁹

La Gaspésienne

Filet de sébaste
Redfish fillet

La Gaspésienne
surgelées, 454 g
La Gaspésienne
redfish filets
reg. 10,99

9⁹⁹

crevettes
sauvages
d'Argentine
papillons
Marina Del Rey
surgelées, crues,
16-20 un./lb, 340 g
Marina Del Rey
butterflied wild
Argentinian shrimp
reg. 13,99

12⁹⁹
prix
spécial

10⁹⁹
prix
membre

Selection

crab flavoured pollock
gobberge à saveur de crabe

227 g | 10 un. | 100% saumon | 100% salmon

4⁴⁹
prix
spécial

3⁹⁹
prix
membre

AKI
SUSHI

comptoir service en magasin

4 futomakis
Kimiko
4 futomakis
Californien
4 futomakis
patate douce
4 hosomakis
mont Fuji

16
morceaux

sushis
16 morceaux
sushis
reg. 23,99
+TX

16⁹⁹

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

Ebi Yaki Aki Sushi
123 g
Aki Sushi Ebi Yaki
reg. 6,99
MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT

5⁹⁹

FEUILLES D'ALGUES
SEAWEED SHEETS

27 g, riz à sushi calrose, 900 g
Aki Sushi seaweed sheets

à partir de

7⁹⁹

Irrésistible Impossible d'y résister

saumon coho
tranché fumé
Irrésistible
surgelé, 300 g
Irrésistible frozen
smoked coho salmon
reg. 22,99

20⁹⁹

crevettes torpilles
croustillantes
Irrésistible
surgelées, 284 g
Irrésistible crispy torpedo
shrimp
reg. 11,99

10⁹⁹

beignets de crabe
style Maryland
Irrésistible
surgelées, 227 g
Irrésistible Maryland style
crab cakes
reg. 16,99

15⁹⁹

pétoncles
de baie
Irrésistible
surgelées,
80-120 un./lb, 400 g
Irrésistible bay
scallops

10\$

huîtres fraîchement arrivées

profitez de notre boîte découverte

faites votre boîte
et choisissez parmi
13 variétés d'huîtres

- 1 Lucky Lime
- 2 Raspberry point
- 3 Belle du jour
- 4 Beausoleil
- 5 Honey moon
- 6 St-Simon
- 7 Sex on the bay
- 8 Chebooktoosk
- 9 Merroir
- 10 Barstool
- 11 Acadian Pearl cocktail
- 12 Pink Moon
- 13 Conway cup

vin blanc Cata Vento
750 ml
Cata Vento wine
reg. 15,99
+TX

14⁴⁹

boîte d'huîtres
découverte
18 un., choix varié
oysters discovery box
reg. 41,22

18 huîtres
pour

28⁹⁹

fraîcheur garantie ou argent remis +10%

**fraîchement cuits
en magasin**

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

**fromage
espresso**

**2
unités**

viennoiseries
2/81-88 g, choix varié
pastries
reg. 3,99

349 +TX

**C'EST
EXCLUSIF!
chez metro**



**4
unités**

muffins Isabelle Huot
4/82-88 g, choix varié
Isabelle Huot muffins

499 +TX

**2
unités**

brioches à la cannelle
2/135-145 g, choix varié
cinnamon brioches
reg. 2,99

249 +TX

St Donat
BOULANGERIE BAKERY

**produit
D'ICI**

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

**temps
limité**

**pommes
et épices**

pommes

**sucré à
la crème**

**fraise et
rhubarbe**

tarte St-Donat
590-650 g, choix varié
pie
reg. de 10,99 à 12,99

**à partir de
849**

**cuits en
magasin**

**100%
beurre
cuit en
magasin**

**FORMAT
ÉCONOMIQUE**

599

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

**muffins
Irresistible**
600 g, choix varié
muffins
reg. 7,99

Irresistible
BANANA &
CHOCOLATE
CHIP
MUFFINS
BANANE
ET
PÉPITES
DE
CHOCOLAT
600 g

**à partir de
649**

**cuits en
magasin**

beignes
12/38 g,
choix varié
donuts
reg. 6,49

**cuits en
magasin**

biscuits trio
12/31-38 g, choix varié
trio cookies
reg. 7,49

**fraîchement garnis
sur demande**

**4
unités**

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

699 +TX

**petits pains à sandwich
rustiques tranchés**
4/110 g, petits pains blancs tranchés
4/99 g, petits pains ciabatta 4/90 g
sliced rustic sandwich buns
reg. 4,29

349

baguette française
baguette ciabatta, 325 g, choix varié
french baguette
reg. de 3,49 à 4,69

**à partir de
329**



bagels
452 g,
choix varié
bagels
reg. 3,99

349



**mini-éclairs
Irresistible**
surgelés, 455 g, profiteroles
300-400 g, choix varié
Irresistible mini éclairs
reg. 12,99

1199

1099



699



**à partir de
549**



pita Adonis
225 g, choix varié
Adonis pita
reg. 2,69

199

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

plus de 10 variétés à

30% de rabais

capicollo Mastro
choix varié
Mastro capicollo
9,48/lb
reg. 3,09 le 100 g - 14,02/lb

2 09
le 100 g

salami de Gênes Mastro
choix varié
Mastro Genoa salami
15,83/lb
reg. 4,99 le 100 g - 22,63/lb

3 49
le 100 g

rôti de poitrine
de dinde Cuddy
choix varié
Cuddy turkey breast roast
16,74/lb
reg. 5,29 le 100 g - 24,00/lb

3 69
le 100 g

15 points

produit d'ici

produit d'ici

produit d'ici

produit d'ici

cretons Gaspésien
175-300 g, choix varié
Gaspésien cretons
reg. de 5,99 à 7,49

moi

à partir de
5 49

fromage Briette
125 g, choix varié
Briette cheese
reg. 6,99

6 49

fromage parmesan
rapé Riviera
150-170 g, choix varié
Riviera shredded
parmesan cheese
reg. de 8,99 à 9,49

40 points

à partir de
7 49

croustilles de pita Shaker
150 g, choix varié
Shaker pita chips
reg. 8,99

7 99

pepperoni tranché
Mikes
200-300 g, choix varié
Mikes sliced
pepperoni
reg. 8,49

40 points

7 99

fromage Oka
180-190 g, choix varié
Monsieur Gustav
Saint-Paulin,
190 g, choix varié
Oka cheese
reg. 10,99

9 99

fromage Doré-Mi
Saputo
235 g
Saputo Doré-Mi cheese
reg. 11,99

10 99

charcuteries
Fantino & Mondello
100-200 g, choix varié
Fantino & Mondello deli
cold cuts
reg. 8,99

7 99
prix spécial
7 49
prix membre

charcuteries et fromages



jambon forêt noire
Irrésistible Artisan
Irrésistible Artisan black forest ham
17,19/lb
reg. 4,19 le 100 g - 19,01/lb

3 79
le 100 g



produit d'ici

soupe
Irrésistible
600 ml, choix varié
Irrésistible soup
reg. 6,99

6 49



produit d'ici

saucisson sec
Irrésistible Artisan
300 g, choix varié
Irrésistible Artisan dry sausage
reg. 11,99

10 99



Obtenez
20%
sur le 2^e emballage
et les suivants les
moins chers

fromage en
tranches
Irrésistible,
Mieux-être
160-180 g, choix varié
Irrésistible, Life Smart
Sliced cheese
reg. 7,49



produit d'ici

fromage Oka
original
min. 400 g
Oka original cheese
19,01/lb

4 19
le 100 g

FORMAT
ÉCONOMIQUE
20%
de rabais
à l'achat d'un minimum
de 400 g et plus



GRANA PADANO
RISERVA
MIEUX-ÊTRE

Grana
Padano
Riserva
Irrésistible
min. 400 g
Irrésistible
Grana Padano
Riserva cheese
19,91/lb

4 39
le 100 g



produit d'ici

simili poulet
Gaspésien
min. 400 g, choix varié
Gaspésien
mock chicken
7,67/lb

1 69
le 100 g



Première Moisson

jambon blanc
Première Moisson
min. 400 g
Première Moisson white ham
16,28/lb

3 59
le 100 g



produit d'ici

smoked
meat
Montréalais
Irrésistible
Artisan
min. 400 g
Irrésistible Artisan
Montréal smoked meat
16,28/lb

3 59
le 100 g

fraîcheur garantie

ou argent remis +10%

metrogo! préparés en magasin

Obtenez le 2^e pâté à 1/2 prix

pâté au saumon

pâté au poulet

tourtière porc et boeuf

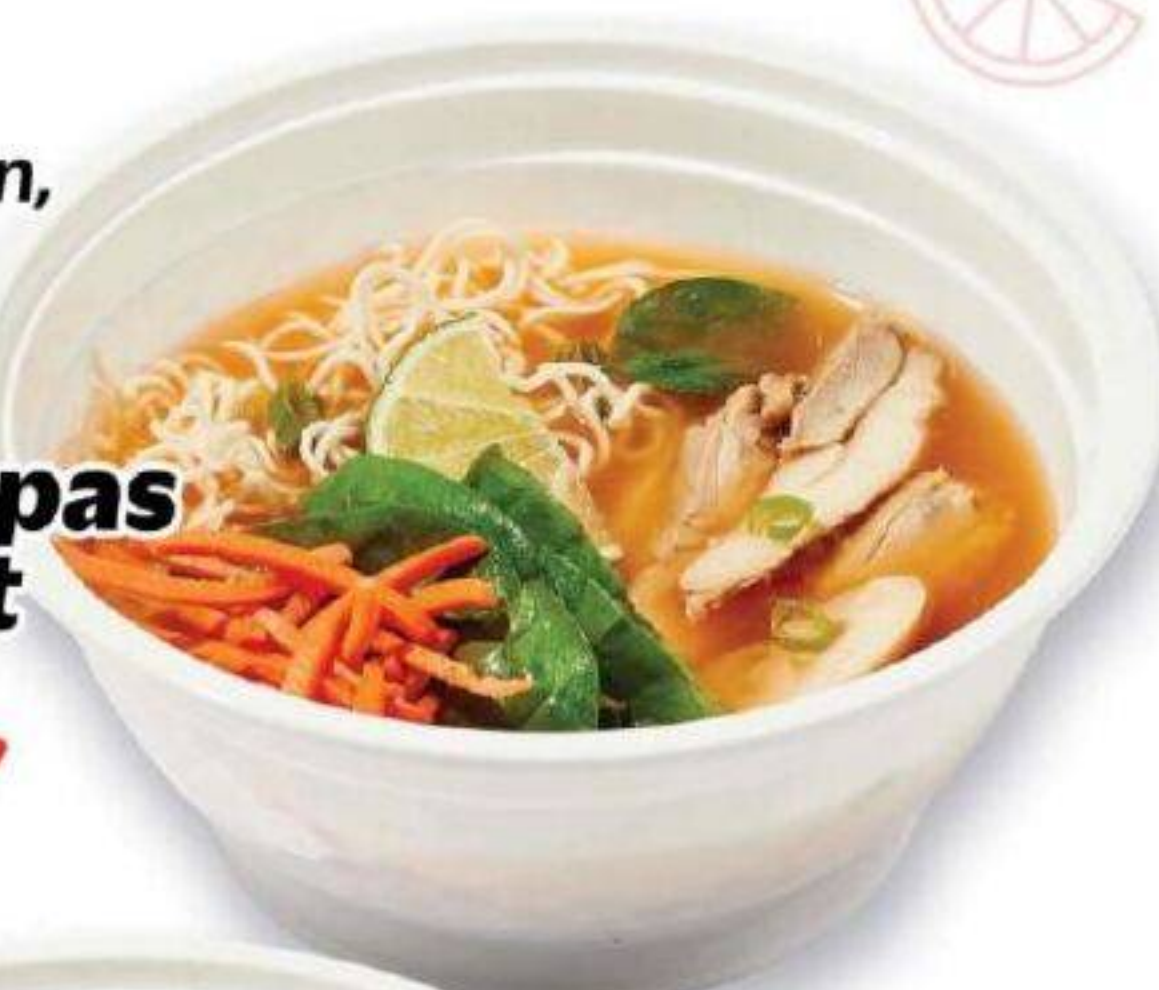
pâté 8 po
575-625 g,
tourtière 575 g
8" pie
reg. de 10,99 à 11,49

10⁹⁹

essayez nos soupes-repas réchauffez et servez

» soupe avec bouillon pho, nouilles ramen, légumes croustillants

soupe-repas au poulet



soupe-repas au porc



soupe-repas
690-725 g, choix varié
soup
reg. 12,99

kaiser
175 g, choix varié
kaiser
+TX

5⁹⁹

wrap
205-240 g, choix varié
wrap
+TX

à partir de 6⁴⁹

plus de 30 variétés de sandwiches

30

sous-marin
235-300 g, choix varié
submarine
+TX

à partir de 5⁹⁹

gâteau sandwich
110 g, choix varié
sandwich cake
reg. 4,49

3⁹⁹

la rôtisserie moins chère qu'au resto

burrito au poulet et fromage
250 g
chicken and cheese burrito
reg. 8,99
+TX

7⁹⁹

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

13⁹⁹

repas italiennes
2 mcs, avec frites, sauce et salade
italian sausage meal
+TX

7⁹⁹

repas demi-portion de côtes levées
avec frites, sauce et salade
half-ribs meal
+TX

13⁹⁹

prêt à réchauffer en quelques minutes

produit D'ICI

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

boulettes à l'asiatique

poulet aux olives et sauce tomatée

mets cuisinés Metrogo!
400-500 g, choix varié
Metrogo! cooked meals
reg. de 11,99 à 15,99

à partir de 10⁹⁹

boulettes de dinde et quinoa à la sauce aux abricots

porc effiloché al pastor

organisez vos journées

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

349



lait Ultra Pur Lactantia
1,5 L, choix varié,
consigne
Lactantia Ultra
Pur milk
reg. 7,19

649



30 points

beurre d'arachide Kraft
500 g, choix varié
Kraft peanut butter
reg. 5,99

549



céréales biologiques Nature's Path
675-907 g, Qia 225 g, Love Crunch
700 g, Envirokidz 650-725 g,
choix varié
Nature's Path organic cereal
reg. de 10,79 à 12,99

999



yogourt grec Skotidakis
908 g, choix varié
Skotidakis greek
yogurt
reg. 9,29

699



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

499



pain tranché La récolte de St-Méthode
500-675 g, choix varié
La récolte de St-Méthode sliced bread
voir réduction sur reçu de caisse

250 de rabais à l'achat de 2 pains



579 micro croissants La petite Bretonne
350 g, mini chocolaines 400 g
La petite Bretonne micro croissants
reg. de 6,49 à 6,79

25 points

mélange à muffins Quaker
à biscuits, 750-900 g,
choix varié
Quaker muffin mix
reg. 7,79

499



449 boisson Minute Maid
Fuze thé glacé, Déli-Cinq
8-10/200 ml, choix varié
Minute Maid drink
reg. de 5,49 à 5,99

fèves au lard Clark
398 ml, choix varié
Clark pork & beans
reg. de 2,79 à 3,69

229

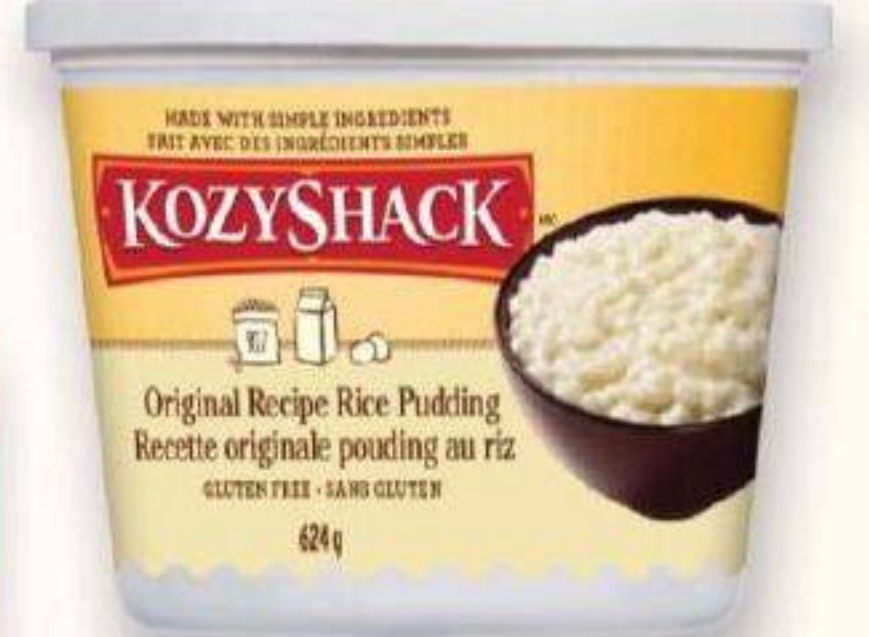


449 confiture Dora
500 ml, choix varié
Dora jam
reg. 4,99



269

barres protéinées Clif Builders
68 g, Clif Bar barres énergétiques
56 g, choix varié
Clif Builders protein bars
reg. 2,99



349 goûters au pouding Kozy Shack
624 g, choix varié
Kozy Shack pudding snacks
reg. 4,49

légumes Géant Vert, Le Sieur, Del Monte
341-398 ml, choix varié
Green Giant vegetables
reg. de 2,69 à 2,99

199



199 thon pâle Clover Leaf
85-170 g, salade de saumon 78 g,
choix varié
Clover Leaf light tuna
reg. de 2,49 à 2,69



169 mélange à sauce St-Hubert
Pacini, The Keg env. 20-57 g, choix varié
Pacini sauce mix
reg. de 2,39 à 2,49



349 pâtes alimentaires sans gluten Barilla
Catelli Protein+ 340 g,
choix varié
Barilla gluten free pasta
reg. de 3,99 à 4,49



1799 huile d'olive extra vierge Maison Orphée
750 ml, choix varié
Maison Orphée extra virgin olive oil
reg. de 21,99 à 24,49



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



277 jus de tomate Selection
Mieux-être 1,36 L,
choix varié
Selection tomato juice
reg. 3,69



179 pouding en coupe Selection
4 un., choix varié
Selection pudding cups
reg. 2,29



299 collations aux pommes Fruitsations Mott's
6/104-113 g, 620 ml,
choix varié
Mott's Fruitsations apple snacks
reg. 3,79



2/750 ou 375 l'unité
maïs soufflé Smartfood
150-220 g, Munchies
amuse-gueule 250 g,
mini tubes 102-145 g,
choix varié
Smartfood popcorn
reg. de 4,29 à 5,29



629 croustilles Miss Vickie's
325 g, Ruffles
380-425 g, Munchies
amuse-gueule 130 g,
Tostitos, Doritos
croustilles tortilla
370-535 g, choix varié
Miss Vickie's chips
reg. 6,99

boisson réfrigérée biologique Kombucha Rise
Rise botanicals, 414 ml,
choix varié, consigne
Kombucha Rise organic
refrigerated drink
reg. 4,49

349



cocktail de légumes V8
1,89 L, choix varié,
consigne
V8 vegetable
cocktail
reg. 5,79

399



arachides Planters
454-475 g, choix varié
Planters peanuts
reg. 5,99

499



boisson énergisante Redbull
canette 355 ml, choix varié, consigne
Redbull energy drink
reg. 4,49

2/750 ou 375 l'unité



fiesta des saveurs



349 crème sure Selection, Mieux-être
450-500 ml, choix varié
Selection, Life Smart sour cream
reg. 3,99



699 assaisonnement Tajin
142 g
Tajin seasoning
reg. 7,99



449 croustilles tortilla biologiques
Que Pasa
300-350 g, sauce salsa 420 ml, choix varié
Que Pasa organic tortilla chips
reg. de 5,49 à 5,79



149 assaisonnement pour tacos
Taco Bell
28 g, choix varié
Taco Bell taco seasoning
reg. 1,99

10 points



399 piments Unico
750 ml, choix varié
Unico peppers
reg. 4,99



399 sauce Frank's Red Hot
354 ml, Selection salsa
650 ml, choix varié
Frank's Red Hot sauce
reg. de 4,99 à 5,99



199 olives Unico
200 ml, choix varié
Unico olives
reg. 2,49



599 ensemble à tacos
Old El Paso
343-375 g, choix varié
Old El Paso taco kit
reg. 7,49



379 fèves La Costeña
528 ml, El Yucateco
sauce 120 ml, choix varié
La Costeña canned beans
reg. de 3,99 à 4,79



1099 semoule de maïs Maseca
mélange instant
masa, 1,8 kg
Maseca corn meal
reg. 11,99



599 sauce Herdez
431 ml
Herdez sauce
reg. 6,99



649 sauce piquante Cholula
150 ml, choix varié
Cholula hot sauce
reg. 8,29



349 amuse-gueule La Visita
85 g
La Visita snacks
reg. 3,99



449 dîner Amy's
surgelé, 170 g, choix varié
Amy's dinner
reg. 5,79



199 boisson gazeuse Jarritos
bouteille 370 ml, choix varié, consigne
Jarritos soft drink
reg. 2,69



2/27\$ 1599 bière Corona Extra, Modelo Especial
caisse, bouteille ou canettes
4-6/330-473 ml, choix varié, consigne
beer
reg. 16,99

tout pour la cuisson



299 amandes Selection
noix de pacanes, noix de Grenoble 100-350 g, noix de coco 200 g, raisins secs, canneberges séchées 375 g, choix varié
Selection almonds
reg. de 3,19 à 14,79



249 lait évaporé Carnation
354 ml, choix varié
Carnation evaporated milk
reg. 3,19



399 farine Selection
2,5 kg, choix varié
Selection flour



299 sucre blanc granulé Redpath
2 kg, cassonade 1 kg, choix varié
Redpath granulated white sugar
reg. 3,49



649 garniture à tarte E.D. Smith
540 ml, choix varié
E.D. Smith pie filling
reg. de 7,49 à 8,29



599 beurre Président
Lactantia sans lactose, 250 g, choix varié
Président butter
reg. de 6,99 à 7,99



349 croûtes à tarte Tenderflake
255-350 g, pâte feuilletée 300-397 g, choix varié
Tenderflake pie crusts
reg. de 4,29 à 4,99



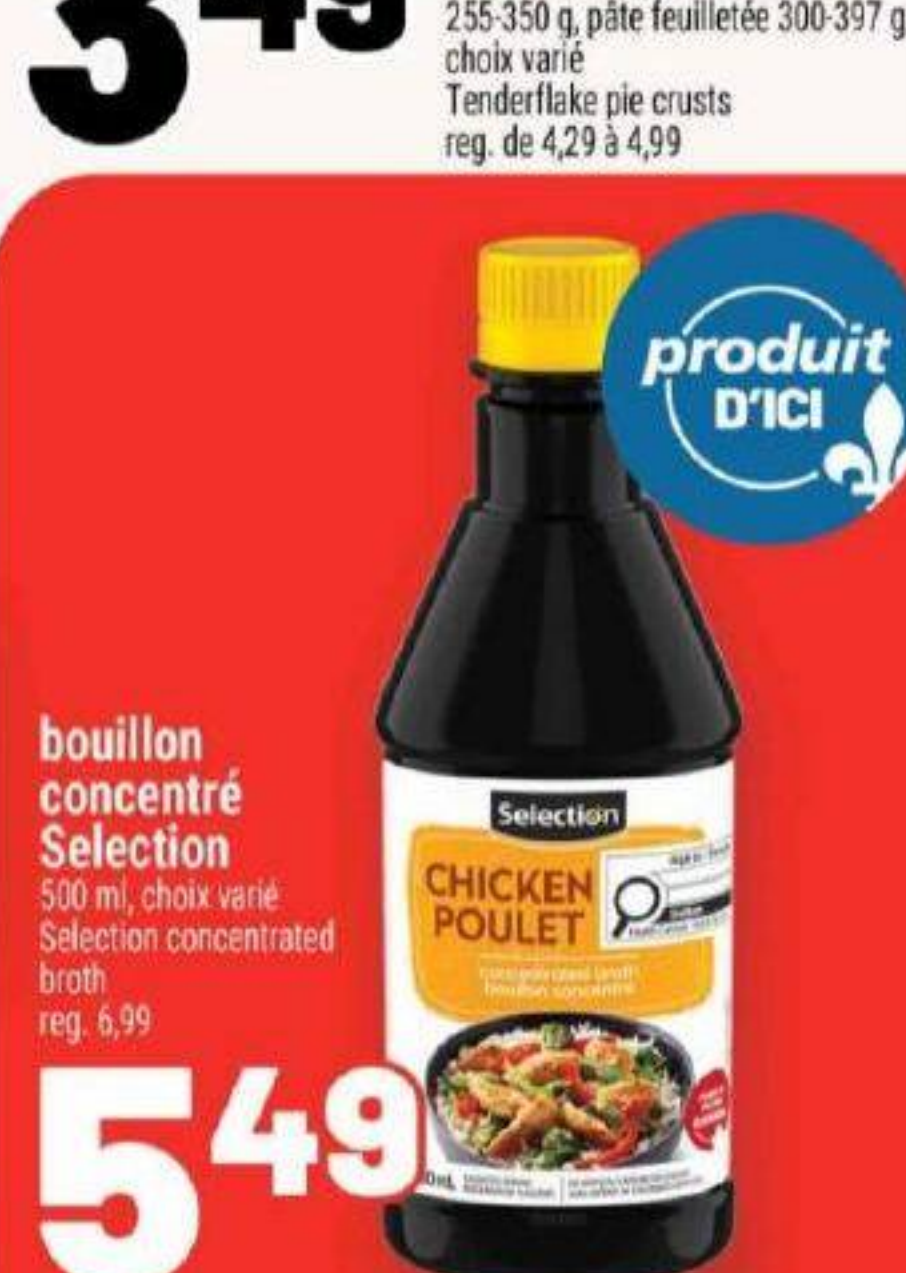
499 pâte feuilletée irrésistible
surgelée, beurre, 450 g
Irresistible puff pastry
reg. 5,49



1299 huile canola Selection
végétale, 3 L
Selection canola oil



599 chocolat pour cuisson Chipits Hershey's
chocolat en grains, 200-270 g, choix varié
Hershey's Chipits chocolate chips
reg. 6,99



549 bouillon concentré Selection
500 ml, choix varié
Selection concentrated broth
reg. 6,99



299 préparation Belsoy
crémeuse de soja ou avoine, 250 ml
Belsoy preparation
reg. 3,79



399 papier ciré Selection
22,85 m
Selection waxed paper
reg. 4,99



449 saindoux Tenderflake
454 g
Tenderflake pure lard
reg. 5,29



129 pâte de tomate Selection
155 ml, choix varié
Selection tomato paste



279 tomates Primo
795 ml, choix varié
Primo tomatoes
reg. 3,49

essentiels et animaux

désodorisant corporel Axe
85-113 g, Pantene, Axe
shampooing et revitalisant
308-473 ml, Axe
473-621 ml, choix varié
Axe personal deodorant
reg. de 7,49 à 7,99

5⁹⁹



shampooing et revitalisant Tresemme
828 ml, Dove, Men+Care
antidurifrique 107 g,
choix varié
Tresemme shampoo and
conditioner
reg. de 10,99 à 12,99

9⁹⁹



nourriture pour chats Friskies
156 g, choix varié
Friskies cat food
reg. 1,29

3/2⁹⁹ 1\$



5⁹⁹

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



9⁹⁹

rinse-bouche Listerine
1 L, Polident
nettoyant pour
prothèses dentaires
96 co., 125 ml
Listerine mouthwash
reg. de 11,49 à 11,99

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

13⁹⁹



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

6⁹⁹



20 points
nettoyant tout usage Hertel
700-800 ml,
Lysol lingettes désinfectantes
35 un., nettoyant
à cuvette 710 ml,
choix varié
Hertel all-purpose
cleaner
reg. de 3,99 à 5,29

3⁴⁹



10⁹⁹

tampons U By Kotex
30-32 un., serviettes
hygiéniques 24-34 un.,
protège-dessous
76-120 un., choix varié
U By Kotex sanitary
tampons
reg. de 11,99 à 13,99



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

9⁴⁹



3/3⁹⁹ 1³³

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

1³³

gratuit

lingettes humides Huggies
56-64 un., choix varié
Huggies wipes
reg. 5,49

Valeur de 4,49\$^{+TX}

voir réduction sur reçu de caisse

à l'achat de couches pour bébés Huggies
42-96 un.,
choix varié
Huggies diapers

4 ANNONCÉES À 32,99\$

2⁹⁹

nourriture pour chiens Beneful
283 g, choix varié
Beneful dog food
reg. 3,99

25⁹⁹

nourriture pour chiens Pedigree
8 kg, choix varié
Pedigree dog food
reg. 28,99

Le dernier grand coup de l'été

2,99\$

Barres de céréales Nutri-Grain®, Barres Carrées aux Rice Krispies®, Tartelettes Pop-Tarts® (176 g - 384 g) prix régulier 4,49 \$

2,99\$

Croustilles Pringles® (142 g - 156 g) prix régulier 3,99 \$

2,99\$

gaufres Eggo® (280 g - 330 g) prix régulier de 4,79 \$ à 5,29 \$

GOÛTEZ LA DIFFÉRENCE

1^{RE} MARQUE DE TOMATES EN ITALIE*

5⁴⁹

COULIS DE TOMATES MUTTI CERTAINES VARIÉTÉS 680 ml Prix régulier 0,99 \$

5⁹⁹

TOMATES PELÉES MUTTI 796 ml Prix régulier 8,29 \$ à 8,49 \$

4⁴⁹

SAUCE POUR PIZZA MUTTI CERTAINES VARIÉTÉS 398 ml OU PÂTE DE TOMATES MUTTI 156 ml Prix régulier 5,49 \$ à 5,99 \$

UNE FAMILLE, UNE PASSION. TOMATES.

* Circa 5 x 1 - Tot Italie des meilleurs marques par valeur dans la catégorie Dérivés de tomates pour les supermarchés, hypermarchés et magasins d'alimentation en libre-service - JAN 25 - DEC 25

pour le retour à l'école, aidons des familles dans le besoin

***en achetant un sac d'épicerie
bien rempli en magasin seulement***



***sac du retour
à l'école***

20\$

***un petit geste
qui remplit bien
plus que des sacs
d'épicerie***

**Ensemble
en santé**

 **Banques
alimentaires
du Québec**

Lindt
MAÎTRE CHOCOLATIER SUISSE
DEPUIS 1845

849^{+TX}

LINDT SWISS CLASSIC
BARRES 100-200 g
Prix Régulier 11,49

2/12^{+TX}

LINDT EXCELLENCE BARRES 50-100 g
2/12\$ ou 7.99 l'unité

999^{+TX}

LINDT LINDOR
SACHETS 150 g
GHIRARDELLI
SACHETS 142-153 g
Prix Régulier 14,29

**toujours
au prix minimum
garanti!**

lait régulier, format 4 L

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 10 septembre au mercredi 16 septembre 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) 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, September 10th to Wednesday, September 16th 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.

CRAVE

1099

Roulés croustillants
CRAVE
540 g, choix varié
CRAVE Crispy Roll-ups
reg. 12,99 \$

Bagel Bites

349

Bagel Bites®
198 g, choix varié
reg. 4,29 \$

**UNE SAVEUR
SI BONNE QUE
ÇA FAIT PEUR!**

Kool-Aid

399^{+TX}

Boisson Aux Fruits
Kool-Aid Jammers
10 x 180 mL, choix varié
Kool-Aid Jammers Fruit Beverage
reg. 5,49 \$

**ÊTES-VOUS SATISFAIT
DU SERVICE?**

PARTICIPEZ À NOTRE SONDAGE

**Savoir, c'est pouvoir
mieux vous servir**

Répondez à notre sondage et
courez la chance
de gagner

**1000\$
d'épicerie!**