

**meu
super**

Volto em 5 min!

Fui a correr ao vizinho buscar...

23 de junho a 5 de julho de 2022

IMPERDÍVEL

€ **1.85**

QUEIJO
BIOLOGICO
**TERRA
NOSTRA**
FATIAS
EMB: 150 G
12.33€/KG
UNID



€ **0.69**

LEITE UHT
MIMOSA
MAGRO
EMB: 1 L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **1.89**

BOLACHAS
MARINHEIRAS
**CEM
PORCENTO**
VÁRIOS SABORES
EMB: 200 G
9.45€/KG
UNID



IMPERDÍVEL

€ **2.59**

GELADO
SOLERO OLÁ
FRUTOS VERMELHOS/
ANANÁS / MANGA
EMB: 3X90ML / 5X48ML
9.59€/L / 10.79€/L
UNID

IMPERDÍVEL

€ **1.49**

BEBIDA KOMBUCHA
CONTINENTE
BIO
COCO / FRAMBOESA
EMB: 370 ML
4.03€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **9.99**

DETERGENTE
LÍQUIDO P/
MÁQUINA ROUPA
SKIP
ECO ACTIVE
EMB: 58 DOSES
0.17€/DOSE
UNID



PROTEJA O
AMBIENTE VEJA O
FOLHETO ONLINE



Frescos



IMPERDÍVEL
ALHO SECO
BIOLOGICO
CONTINENTE
BIO
EMB. 150 G
7.93€/KG
UNID.

€ **1.19**

IMPERDÍVEL

€ **1.69**

SEMENTES DE CHIA
CONTINENTE
BIO
EMB. 150 G
11.27€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL

€ **1.69**

FATIADO LEGUMES
NOBRE
VEGALLA
EMB. 100 G
16.90€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL

€ **1.89**

PÃO RÚSTICO
THE RUSTIK
BAKERY
MASSA MÃE
EMB. 450 G
4.20€/KG
UNID.

Laticínios e Congelados

alpro

YOFU SOJA
ALPRO
VÁRIOS AROMAS
EMB. 4 X 125 G
4.58€/KG
UNID.

€ **2.29**

alpro

AMÊNDOA
AVEIA
NOCCIOLA
COCO

BEBIDA AVEIA/
AMÊNDOA/
COCO/ AVELÃ
ALPRO
EMB. 1 L
UNID.

€ **1.89**

alpro

COOKING

CREME CULINÁRIO
DE SOJA
ALPRO
EMB. 250 ML
5.96€/L
UNID.

€ **1.49**

100% VEGETAL
NATURALMENTE SEM LACTOSE

CREME P/ BARRAR
DE SOJA
ALPRO
EMB. 225 G
6.62€/KG
UNID.

€ **1.49**

€ **0.79**

LEITE
PASTEURIZADO
VIGOR
MAGRO
EMB. 1 L
UNID.



€ **0.99**

LEITE UHT S/
LACTOSE
MIMOSA
MEIO GORDO / MAGRO
EMB. 1 L
UNID.



€ **1.15**

LEITE UHT
PASTAGEM S/
LACTOSE
NOVA
ACORES
MEIO GORDO / MAGRO
EMB. 1 L
UNID.



€ **1.59**

LEITE
AROMATIZADO
MIMOSA
CHOCOLATE
EMB. 4 X 200 ML
1.99€/L
UNID.



€ **1.97**

MANTEIGA
MIMOSA
MAGRA/ S/ SAL
EMB. 250 G
7.88€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL

€ **2.39**

CREME P/ BARRAR
PRO ACTIV
ORIGINAL/ MARMELADA
SABOR A MANTEIGA
EMB. 225 G / 250 G
10.62€/KG / 9.56€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL

€ **2.09**

IOGURTE LÍQUIDO
S/ LACTOSE
YOGGI
MORANGO/
MORANGO & BANANA
EMB. 4 X 160 G
3.27€/KG
UNID.



€ **1.39**

PUDDING
LINDAHL'S
CHOCOLATE / BAUNILHA
EMB. 150 G
9.27€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL

€ **1.39**

GELATINA PRONTA
10 KCAL
ROYAL
VÁRIOS SABORES
EMB. 4 X 100 G
3.48€/KG
UNID.

IMPERDÍVEL

€ **2.59**

ERVILHAS
PRIMAVERA
IGLO
ULTRACONGELADAS
EMB. 500 G
5.18€/KG
UNID.



€ **3.59**

BURGUER/ BITES
GREEN
CUISINE
VEGETARIANOS
EMB. 200G/ 227G/ 275G
17.95€/ 15.81€/ 13.05€/KG
UNID.



€ **3.59**

BURGERS
GREEN
CUISINE
PROTEÍNA VEGETAL
EMB. 250 G / 200 G
14.36€/KG / 17.95€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 4.99

AZEITE VIRGEM
EXTRA
GALLO
BIOLOGICO
FRUTADO / SUAVE
EMB. 750 ML
6.65€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.79

ESPIRAIS/
ESPARGUETE
MILANEZA
S/ GLUTEN
EMB. 500 G
3.58€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.09

FARELO DE AVEIA
CEM PORCENTO
EMB. 400 G
2.73€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.09

SOJA FINA
CEM PORCENTO
EMB. 400 G
2.73€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.49

FARINHA DE
MANDIOCA
FERBAR
EMB. 500 G
2.98€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 2.09

TOFU NATURAL/
SEITAN VEGETAL
CEM PORCENTO
EMB. 350 G / 300 G
5.97€/KG / 6.97€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 0.99

SAL ROSA DOS HIMALAIAS
ORIGENS
GROSSO
EMB. 500 G
1.98€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 2.25

LEITE DE COCO
ORIGENS BIO
ORIGINAL / LIGHT
EMB. 400 ML
5.63€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.39

SALSICHAS CUIDA-TE+
NOBRE
PERU / FRANGO
EMB. 160 G
8.69€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.69

ESPECIALIDADES
TOFU / SOJA
NOBRE
VEGALIA
EMB. 160 G
10.56€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.59

ATUM / SARDINHAS
BOM PETISCO
EM AZEITE / EM TOMATE
BIOLOGICO
EMB. 78 G / 84 G
20.38€/KG / 18.93€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 2.19

FILETE DE ATUM
TENORIO
AO NATURAL/
EM AZEITE BIOLOGICO
EMB. 78 G / 84 G
28.08€/KG / 26.07€/KG
UNID

IMPERDÍVEL
€ 2.69

100% CLARA DE
OVO LÍQUIDA
PROZIS
EMB. 500 G
5.38€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.39

BOLACHA
INTEGRAL
CEM PORCENTO
TRADICIONAL
EMB. 250 G
5.56€/KG
UNID

IMPERDÍVEL
€ 1.49

BOLACHA CRISPS
CEM PORCENTO
QUEIJO & CEBOLA / QUEIJO
& PAPRIKA
EMB. 100 G
14.90€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.99

TABLETE CHOCOLATE
NEGRO
CEM PORCENTO
85% CACAU
S/ GLUTEN
EMB. 100 G
19.90€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.75

CEREJAS
NACIONAL
CORN FLAKES
ZERO
EMB. 375 G
4.67€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.85

GRANOLA
CEM PORCENTO
CLASSICA
EMB. 375 G
4.93€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.19

CHÁ
HAPPYFLORA
VÁRIOS AROMAS
EMB. 50 G
23.80€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 4.39

CAFÉ BIOLÓGICO
DOLCE GUSTO
VÁRIOS AROMAS
EMB. 12 CAPSULAS
0.37€/CAPSULA
UNID



Cada
Capsula fica
a 0,37€

Especial descontos em Cartão Continente

 DESCONTO 15% EM CARTÃO NOS OVOS AR LIVRE CLASSE 12/L DA MARCA NATINADOS (EMB: 1/2 DUZIA)	 DESCONTO 15% EM CARTÃO NOS GELADOS DAIRY-FREE DA MARCA CONTINENTE (EMB: 500ML)	 DESCONTO 25% EM CARTÃO NO ATUM AO NATURAL DA MARCA BOM PETISCO (EMB: 24G / 140G / 251G)	 DESCONTO 25% EM CARTÃO NA FARINHA DE AVEIA INTEGRAL DA MARCA CEM PORCENTO (EMB: 400G)
 DESCONTO 30% EM CARTÃO NOS FLOCOS DE AVEIA INTEGRAL DA MARCA CEM PORCENTO (EMB: 400G)	 DESCONTO 30% EM CARTÃO NO CHÁ DE INFUSÃO DA MARCA CEM PORCENTO (EMB: 10 SAQUETAS)	 DESCONTO 10% EM CARTÃO NOS SUMOS 100% DA MARCA AUTENTICO	 DESCONTO 15% EM CARTÃO NA BEBIDA BIOLÓGICA DA MARCA CAPTAIN KOMBUCHA

Bebidas

IMPERDÍVEL
€ 0.88

ÁGUA C/ GÁS
PEDRAS SALGADAS
NATURAL
PET
EMB: 1 L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 0.75

SUMO DE CENOURA BIOLÓGICO
CEM PORCENTO
EMB: 200 ML
3.75€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1.39

ÁGUA DE COCO PROVIDA
EMB: 330 ML
4.21€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 2.07

SUMO BIOLÓGICO
COMPAL
VÁRIOS SABORES
EMB: 1 L
UNID



Higiene e Limpeza do lar

IMPERDÍVEL
€ 2.99

ESCOVA DE DENTES
COLGATE
BAMBOO / BAMBOO KIDS
EMB: 1 UNID
UNID



IMPERDÍVEL
€ 4.19

CHAMPÔ SÓLIDO/RECARGAS
ULTRA SUAVE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 60 G / 500 ML
69.83€/KG / 8.38€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 2.39

DESODORIZANTE
SANEX
ROLL-ON ZERO %
INVISÍVEL/EXTRA EFICÁCIA
EMB: 50 ML
47.80€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 2.59

SPRAY NATURE
MULTISUPERFÍCIES
CIF
WC/DESENGORDURANTE
EMB: 750 ML
3.45€/L
UNID





Recomendado por *Carolina Loureiro*

 € 5.19 ÁGUA MICELAR NIVEA NATURALLY GOOD EMB: 400 ML 12.98€/L UNID	 € 6.75 CREME DIA NIVEA NATURALLY GOOD SENSITIVE EMB: 50 ML UNID	 € 2.99 DESODORIZANTE ROLL-ON NIVEA NATURALLY GOOD, ALOE VERA EMB: 50 ML 59.80€/L UNID
--	--	--

IMPERDÍVEL
€ 7.99

DETERGENTE MÁQUINA LOIÇA FINISH
REGULAR 0%
EMB: 32 DOSES
0.25€/DOSE
UNID



Número de apoio ao cliente 214 244 325. Custo da chamada para a rede fixa nacional.

Os preços indicados correspondem aos Preços de Venda ao Público Máximo (PVPMáx) determinados para este folheto da rede de Franquia Meu Super. O presente folheto é aplicável aos Meu Super aderentes pelo período de 23 de junho a 5 de julho de 2022, salvo ruína de stocks ou erro tipográfico. Aderentes não incluídos: (responsável pela impressão: Modelo Continente) Hipermercados S.A. Rua João Mendonça, nº 505 - Senhorado do Rato - 4464-503 Matosinhos, Matriculada na OIC do Porto sob o nº 302011475 / NIPC: Capital Social 385 827 000,00 euros.

Meu super

www.meusuper.pt



TESTEMUNHO MEU SUPER VIMIOSO

"Em 2016 aceitámos o desafio de agregarmos a nossa experiência de proximidade, dedicação e confiança, à credibilidade da marca CONTINENTE. Resultado! 6 anos de sucesso comercial, onde reforçamos a nossa proximidade e confiança do cliente. Uma boa e duradoura parceria só é possível com trabalho, dedicação, proatividade e confiança entre os parceiros e o cliente."

Octávio Rodrigues