

**meu
super**

Volto em forma!

o vizinho tem os preços e produtos sempre em linha.

De 15 a 26 de setembro de 2023

€ **1,99**

QUEIJO BIOLÓGICO
TERRA NOSTRA
FATIAS
EMB. 150 G
13,27€/KG
UNID.



IVA
0%

€ **0,92**

LEITE UHT
MATINAL
SELECIONADO
MEIO GORDO / MAGRO
EMB. 1 L
UNID.



IVA
0%

€ **1,99**

BEBIDA VEGETAL
ALPRO
S/ AÇÚCAR
AVEIA / AMENDOIA
EMB. 1 L
UNID.



IVA
0%



IMPERDÍVEL

€ **2,99**

VEGGIE BOWLS
GREEN CUISINE
QUINOA / BULGUR
EMB. 350 G
8,54€/KG
UNID.

IMPERDÍVEL

€ **2,15**

BOLACHAS
MARINHEIRAS
CEM PORCENTO
VÁRIOS SABORES
EMB. 200 G
10,75€/KG
UNID.



€ **2,99**

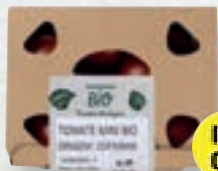
ÁGUA C/ GÁS NATURAL
PEDRAS SALGADAS
TARA PERDIDA
EMB. 6 X 25 CL
1,99€/L
UNID.

PROTEJA O
AMBIENTE VEJA O
FOLHETO ONLINE



Frescos

este é equilibrado!



€ **1,39** TOMATE MINI BIOLÓGICO CONTINENTE BIO
EMB. 250 G
5,54€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **1,49** SNACK DE MAÇÃ FRUIT
MAÇÃ VERDE/ VERMELHA/
C/ CANELA
EMB. 60 G
24,83€/KG
UND



€ **1,29** SEMENTES CEM PORCENTO
LINHAÇA DOURADA/ MOÍDA/
GRASSOL/ SESAMO
EMB. 250 G/ 150 G/ 200 G
5,16€/ 8,60€/ 6,45€/KG
UND



€ **1,99** TOFU BIOLÓGICO CONTINENTE BIO
EMB. 400 G
4,98€/KG
UND



€ **1,59** PÃO PANADOR
INTEGRAL NOZ & PASSAS/
CENOURA & GENGIBRE
EMB. 350 G
4,54€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **3,99** PÃO FATIADO S/GLÚTEN NUTRIFREE
REGULAR/ INTEGRAL/ MULTICEREAL
EMB. 300 G/ 340 G/ 320 G
13,30€/ 11,74€/ 12,47€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **3,29** HAMBÚRGUER/ ESCALOPE/ PIZZA/ FINGERS/ NUGGETS NOBRE
VEGETARIANO/ VEGAN
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB. 160 G/ 360 G
20,56€/ 9,14€/KG
UND



€ **4,25** PREPARADO P/ MARISCO BEIRANOVA
S/GLÚTEN
EMB. 800 G
5,31€/KG
UND

Laticínios

€ **0,89**

LEITE PASTEURIZADO VIGOR
GORDO/ MEIO GORDO/
MAGRO
EMB. 1 L
UND



€ **1,01**

LEITE S/ LACTOSE CONTINENTE
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB. 1 L
UND



IMPERDÍVEL
€ **1,99**

LEITE +PROTEÍNA S/ LACTOSE MIMOSA
EMB. 1 L
UND



sugestão da Marta!

€ **1,99**

LEITE C/ CHOCOLATE S/ LACTOSE MIMOSA
BEM ESPECIAL
MEIO GORDO
EMB. 4 X 200 ML
2,49€/L
UND



€ **2,49** LEITE + PROTEÍNA S/ LACTOSE MIMOSA
CACAU/ CAFÉ
EMB. 3 X 250 ML
3,32€/L
UND



IMPERDÍVEL
€ **1,59** BEBIDA VEGETAL PRÓVIDA
S/ GLÚTEN AVEIA
S/ AÇÚCAR COCO
EMB. 1 L
UND



IMPERDÍVEL
€ **1,55**

BEBIDA SOJA NATURAL VIVE SOY
EMB. 1 L
UND

IMPERDÍVEL
€ **1,88**

BEBIDA SOJA VIVE SOY
CHOCOLATE/ BAUNILHA/
CAPUCCINO
EMB. 1 L
UND

IMPERDÍVEL
€ **1,79**

BEBIDA VEGETAL VIVE SOY
AVEIA/ AMENDOIM/ S/ AÇÚCAR/
FRUTOS SECOS
EMB. 1 L
UND



€ **0,98** NATA S/ LACTOSE MIMOSA
CREMOSA/ UHT CULINÁRIA
EMB. 200 ML
4,90€/L
UND



€ **2,25** OVOS AR LIVRE CONTINENTE BIO
CLASSE M/L
EMB. 6 UNID
0,38€/UNID
UND



€ **1,69** MANTEIGA S/ LACTOSE PRIMOR
LIGHT
EMB. 125 G
13,52€/KG
UND

Laticínios e Congelados

para experimentar!



IVA 0%

€ 2,16

MANTEIGA
S/LACTOSE
MIMOSA
EMB. 250 G
8,64€/KG
UND



€ 2,39

CREME P/BARRAR
VIO LIFE
S/ & C/ SAL
EMB. 250 G
9,56€/KG
UND



IVA 0%

€ 2,55

MANTEIGA
BIOLÓGICA
ORIGENS BIO
S/ SAL
EMB. 125 G
20,40€/KG
UND



IVA 0%

€ 1,40

IOGURTE
CONTINTE
BIO
FRUTOS VERMELHOS/ BAUNILHA
EMB. 4 X 125 G
2,80€/KG
UND



SEM LACTOSE

IVA 0%

IMPERDÍVEL
€ 2,16

IOGURTE LÍQUIDO
S/ LACTOSE
YOGGI
MORANGO/ & BANANA
EMB. 4 X 160 G
3,38€/KG
UND



IVA 0%

€ 2,39

YOFU SOJA
ALPRO
NATURAL/ MIRTLO
EMB. 4 X 125 G
4,78€/KG
UND



IVA 0%

IMPERDÍVEL
€ 3,39

IOGURTE BIOLÓGICO
PUR NATUR
NATURAL/ MAGRO
EMB. 750 G
4,52€/KG
UND



€ 0,95

GELATINA 0%
CONTINTE
ANANÁS/ MORANGO
EMB. 4 X 100 G
2,38€/KG
UND



€ 1,59

PUDIM FLAN 0%
CONTINTE
EMB. 4 X 100 G
3,98€/KG
UND



€ 3,59

MIX DE FRUTAS
CONTINTE
EQUILÍBRIO
ULTRA CONGELADAS
EXÓTICO/ TROPICAL
EMB. 150 G
7,98€/KG
UND



€ 5,75

LASANHA
ORIGENS BIO
VEGETAIS/ QUEJO & NOZ
EMB. 340 G
16,91€/KG
UND



IVA 0%

IMPERDÍVEL
€ 6,99

HAMBÚRGUERES
S/ GLÚTEN
CAPITÃO IGLO
ULTRA CONGELADOS
FRANGO/ VACA
EMB. 480 G / 640 G
14,55€/KG / 10,92€/KG
UND

Mercearia



IMPERDÍVEL
€ 1,09

FARINHA/ FARELO
DE AVEIA
CEM PORCENTO
INTEGRAL
EMB. 400 G
2,73€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ 2,19

TOFU NATURAL
BIOLÓGICO/
SEITAN VEGETAL
CEM PORCENTO
EMB. 350 G / 300 G
6,26€/KG / 7,30€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ 2,39

TRIGO SARRACENO
SEARA
BIOLÓGICO
EMB. 500 G
4,78€/KG
UND



€ 2,99

MASSA/ QUINOA/
RISOTTO/ COUSCOUS
TREVIJANO
VARIAS REFERÊNCIAS
EMB. 200G/ 250G/ 280G/ 300G
14,95€/ 11,96€/ 10,68€/ 9,97€/KG
UND



€ 1,65

ATUM/ SARDINHAS
BIOLÓGICAS
BOM PETISCO
EM AZEITE/ TOMATE
EMB. 78 G / 84 G
21,15€/KG / 19,64€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ 1,79

SALSICHAS CUIDA-TE +
NOBRE
LATA
PERU/ FRANGO
EMB. 160 G
11,11€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ 2,09

ESPECIALIDADES
VEGALIA
NOBRE
LATA
SOJA/ TOFU
EMB. 160 G
13,06€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ 2,25

LEITE DE COCO
BIOLÓGICO
ORIGENS BIO
ORIGINAL/ LIGHT
EMB. 400 ML
5,63€/KG
UND



Mercearia



IMPERDÍVEL
€ 0.99

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



IMPERDÍVEL
€ 0.65

BOLACHAS MARINHEIRAS MINI CEM PORCENTO
NATURAL/ SALSA & ALHO/
CHIA/ TOMATE & OREGÃOS
EMB. 50 G
13€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 2.15

BISCOITOS BIOLÓGICOS SEARA
COCO/ CACAU/ LIMÃO & CHIA
EMB. 220 G
9.77€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1.29

BOLACHAS CROCANTE VITALDAY
ORIGINAL/ FRUTA & FIBRA/
CHOCOLATE INTEGRAL
EMB. 265/ 280/ 300 G
4.87€/ 4.61€/ 4.30€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1.55

BOLACHA WAFER/CHIP GULLÓN
ZERO
BAUNILHA/ CHOCOLATE
EMB. 180 G/ 125 G
8.61€/KG / 12.40€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1.79

BOLACHAS S/ GLÚTEN GULLÓN
PASTAS/ CACAU/ CHIPS DE
CHOCOLATE
EMB. 200 G/ 130 G
8.95€/KG / 13.77€/KG
UNID.

as preferidas do João!



IMPERDÍVEL
€ 2.05

BOLACHAS GULLÓN
ZERO
MARIA/ DIGESTIVA/ CHOCOLATE
EMB. 170/ 400/ 270 G
12.06€/ 5.13€/ 7.59€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 2.19

BOLACHAS GULLÓN
ZERO
DORADAS/ MARIA
EMB. 330 G/ 400 G
6.64€/KG / 5.48€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 0.89

FLOCOS DE AVEIA CEM PORCENTO
INTEGRAL
FINOS/ GROSSOS
EMB. 400 G
2.23€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1.39

FLOCOS AVEIA S/ GLÚTEN CEM PORCENTO
FINOS
EMB. 400 G
3.48€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 2.19

GRANOLA CEM PORCENTO
CLÁSSICA
EMB. 375 G
5.84€/KG
UNID.



€ 0.75

INFUSÃO CEM PORCENTO
VÁRIOS AROMAS
EMB. 10 SAQUETAS
0.08€/SAQUETA
UNID.

€ 1.95

LEITE C/ PROTEÍNA PROZIS
BAUNILHA/ CHOCOLATE/
MORANGO
EMB. 330 ML
5.91€/L
UNID.



€ 2.69

INFUSÃO H2O PROZIS
VÁRIOS AROMAS
EMB. 8 X 9 G
37.36€/KG
UNID.



€ 2.79

100% CLARA DE OVO LÍQUIDA PROZIS
EMB. 500 G
5.58€/KG
UNID.



€ 3.59

MANTEIGA DE AMENDOIM PROZIS
CROCANTE/ CREMOSA
EMB. 500 G
7.18€/KG
UNID.



Bebidas

IMPERDÍVEL
€ 1.39

ÁGUA S/ GÁS VITALIS
GARRAFAO
EMB. 6 L
0.23€/L
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1.59

ÁGUA S/ GÁS LUSO FRUTA
FRUTOS VERMELHOS/ LIMÃO
EMB. 1 L
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1.43

SUMO 100% FRUTA COMPAL
LARANJA/ MAÇA/
MALTFRUTOS
EMB. 3 X 200 ML
2.38€/L
UNID.



€ 1.79

KOMBUCHA CONTINENTE BIO
FRAMBOESA/ COCO/
PESEGO & ANANAS
EMB. 370 ML
4.84€/L
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 Minorista (PVPMa) determinados para esta folheta da rede de Franquia Meu Super. O presente folheto é aplicável aos Meus Super aderentes pelo período de 15 a 26 de setembro de 2023, salvo rutura de stocks ou erro tipográfico. Adereços não incluídos. Responsável pela impressão: Modelo Continente Hipermercados S.A. Rua João Mendonça, nº 505 - Senhora da Hora - 4464-503 Matosinhos. Matriculada na CRC do Porto sob o nº 502011475/NIPC. Capital Social: 403.827.000 euros.



meu super

www.meusuper.pt | @ meusuperoficial | f meusuperoficial