

**meu
super**

De 29 de abril a 11 de maio de 2025



IMPERDÍVEL
€ 0.99

**QUEIJO QUARK
SANTIAGO**
NATURAL
EMB. 200 G
4,95€/KG
UNID.

€ 0.98

**LEITE UHT
BEM ESPECIAL
MIMOSA**
CÁLCIO
MEIO GORDO / MAGRO
EMB. 1 L
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1.89

**IOGURTE MAGRO LÍQUIDO
CORPOS DANONE**
MORANGO / KIWI & FRAMBOESA /
PIRACOLADA / FRUTOS TROPICAIS
EMB. 4 X 155 G
3,05€/KG
UNID.

IMPERDÍVEL
€ 3.19

**MIX FRUTOS
VERMELHOS
ORIGENS BIO**
EMB. 300 G
10,63€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1.29

**ATUM
BOM PETISCO**
NATURAL
EMB. 84 G
15,36€/KG
UNID.

€ 0.60

**ÁGUA S/ GÁS
LUSO**
EMB. 1,5 L
0,40€/L
UNID.



Frescos



€2,19
ABACATE/ TOMATE
CACHO/ CEBOLA
CONTINENTE BIO
BIOLOGICO
EMB: 300 G/ 500 G/ 750 G
7,30€/KG/ 4,38€/KG/ 2,92€/KG
UND



€1,39
SEMENTES
CEM PORCENTO
GIRASSOL/ SESAMO/ LINHACA/
LINHACA DOURADA MOIDA
EMB: 150 G/ 200 G/ 250 G
9,27€/KG/ 6,95€/KG/ 5,56€/KG
UND



€2,09
QUEIJO FRESCO
LONGA DURAÇÃO
MATINAL
+PROTEINA/ REGULAR/ MAGRO/
S/LACTOSE
EMB: 210 G/ 216 G
9,95€/KG/ 9,68€/KG
UND

€2,09

QUEIJO
BIOLOGICO
**TERRA
NOSTRA**
FATIAS
EMB: 150 G
13,93€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€2,19
FIAMBRE PERNA EXTRA/
PEITO PERU/ FRANGO
NOBRE
CUIDA-T- FATIAS FINAS
REGULAR/ C/ CENOURA/ FUMADO
EMB: 110 G
19,91€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€3,29
HAMBÚRGUER/ ESCALOPE/
FINGERS/ PIZZA
NOBRE
VEGETARIANO/ VEGAN
BERINGELA/ ESPINAFRES/ LEGUMES
EMB: 160 G/ 360 G
20,56€/KG/ 9,14€/KG
UND



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

panidor.



€2,35
PÃO ABÓBORA & NOZ
PANIDOR
EMB: 350 G
6,71€/KG
UND

Congelados



IMPERDÍVEL
€3,09
PEDAÇOS VEGAN
**THE VEGETARIAN
BUTCHER**
EMB: 160 G
19,31€/KG
UND



€5,75
LASANHA
ORIGENS BIO
VEGETAIS/ QUEIJO & NOZ
EMB: 340 G
16,91€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€2,59
TARTE GELADA
VIENNETTA
BAUNILHA/ CHOCOLATE/
CARAMELO
EMB: 650 ML
3,98€/L
UND



IMPERDÍVEL
€2,99
GELADOS
OLÁ
VARIAS REFERÊNCIAS
VARIAS GRAMAGENS
UND

Laticínios

€0,99

LEITE UHT
MATINAL
SELECIONADO
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB: 1 L
UND



€1,08

LEITE UHT
MATINAL
SELECIONADO LEVE
GARRAFA: 1 L
UND



€1,18

LEITE UHT
PASTAGEM S/
LACTOSE
**NOVA
ACORES**
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB: 1 L
UND



€1,18

LEITE PASTAGEM
BIOLOGICO
MILHAFRE
MEIO GORDO
EMB: 1 L
UND



€1,14

LEITE UHT S/
LACTOSE
MIMOSA
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB: 1 L
UND



IMPERDÍVEL
€1,99

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



IMPERDÍVEL
€1,79

BEBIDA VEGETAL
VIVE SOY
SOJA
CHOCOLATE/ BAUNILHA
FRUTOS SECOS S/ AÇÚCAR
EMB: 1 L
UND



IMPERDÍVEL
€1,79

BEBIDA VEGETAL
PLENO
AMENDOIM/ AVEIA/ COCO
EMB: 1 L
UND



Laticínios



€ **1,43**

LEITE UHT
MATINAL
SELECIONADO LEVE
EMB: 3 X 200 ML
2,38€/L
UNID



€ **1,77**

LEITE S/LACTOSE
MIMOSA
BEM ESPECIAL
MEO GORDO
EMB: 4 X 200 ML
2,21€/L
UNID



€ **1,69**

LEITE
AROMATIZADO
MIMOSA
CEREAIS/ CHOCOLATE/
MORANGO/ BAUNILHA
EMB: 4 X 200 ML
2,11€/L
UNID



€ **2,69**

LEITE + PROTEÍNA
S/ LACTOSE
MIMOSA
CAFÉ/ MORANGO
EMB: 3 X 250 ML
3,59€/L
UNID



€ **3,15**

OVOS
BIOLOGICOS
MATINADOS
ML
EMB: 0,5 DUZIA
6,30€/DUZIA
UNID



€ **2,78**

MANTEIGA
ORIGENS BIO
S/SAL
EMB: 125 G
22,24€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **2,99**

YOFU LÍQUIDO
ALPRO
SOJA
MORANGO & CEREJA/ MANGA
& MARACUJÁ
EMB: 750 G
3,99€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **1,47**

IOGURTE LÍQUIDO
LONGA VIDA
FRUTOS TROPICAIS/
MORANGO E BANANA
EMB: 4 X 160 G
2,30€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **1,99**

IOGURTE LÍQUIDO
YOGGI
VÁRIOS AROMAS
EMB: 4 X 160 G
3,11€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **2,19**

IOGURTE LÍQUIDO S/
LACTOSE
YOGGI
MORANGO/ & BANANA/
FRUTOS TROPICAIS/ SILVESTRES
EMB: 4 X 160 G
3,42€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **1,69**

PUDIM PROTEICO
YO PRO
CARAMELO/ AVELÃ/ BAUNILHA
EMB: 150 G
11,27€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **1,53**

GELATINA PRONTA
ZERO
ROYAL
VÁRIOS SABORES
EMB: 4 X 90 G
4,25€/KG
UNID

Mercearia

€ **2,49**

ÓLEO COCO
BIOLOGICO
CONTINENTE
BIO
EMB: 200 ML
12,45€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ **1,99**

ESPIRAIS/
ESPARGUETE
MILANEZA
S/ GLUTEN
EMB: 500 G
3,98€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **2,09**

FARINHA DE
MANDIOCA
FERBAR
EMB: 500 G
4,18€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **1,09**

SAL ROSA DOS
HIMALAIAS
ORIGENS
GROSSO
EMB: 500 G
2,18€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **1,99**

SARDINHAS
BIOLOGICAS
BOM PETISCO
EM AZETE/ TOMATE
EMB: 84 G
23,69€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **2,19**

ATUM BIOLÓGICO
BOM PETISCO
EM AZETE
EMB: 75 G
28,08€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **2,89**

FILETE DE ATUM
TENÓRIO
EM AZETE BIOLOGICO
EMB: 78 G
37,05€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ **2,55**

LEITE DE COCO
BIOLOGICO
ORIGENS BIO
ORIGINAL/ LIGHT
EMB: 400 ML
6,38€/L
UNID



Mercearia



IMPERDÍVEL

€ **2.95**

**REFEIÇÕES VEGAN
COMPAL**
S/ GLÚTEN
BOLONHESA DE LENTILHAS/ CARIL DE
GRÃO/ CHILI DE FEIJÃO
EMB: 360 G
8.19€/KG
UND



IMPERDÍVEL

€ **1.45**

**GELATINAS EM PÓ
0%
ROYAL**
VARIAS REFERÊNCIAS
EMB: 31 G
46.77€/KG
UND

IMPERDÍVEL

€ **1.49**

**BOLACHAS DOS
MARINHEIROS
CUÉTARA**
CLASSICAS/ CHIA/ ARROZ/
MILHO
EMB: 150 G
9.93€/KG
UND



IMPERDÍVEL

€ **1.85**

**BOLACHAS FRUIT & FORM
MCVITIE'S**
FRUTOS DO BOSQUE/ MAÇÃ & CANELA
EMB: 218 G
8.49€/KG
UND



€ **2.19**

**FLOCOS DE AVEIA
INTEGRAIS
CONTINENTE BIO**
FINOS
EMB: 400 G
5.48€/KG
UND



IMPERDÍVEL

€ **2.79**

**CEREAIS CORN FLAKES
NESTLE**
GO FREE S/ GLÚTEN
REGULAR/ CHOCOLATE
EMB: 375 G
7.44€/KG
UND



IMPERDÍVEL

€ **2.59**

**FLOCOS PROTEÍNA
NESTUM**
CEREAIS/ MORANGO
EMB: 250 G
10.36€/KG
UND



IMPERDÍVEL

€ **3.79**

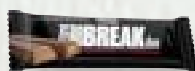
**FLOCOS DE CEREAIS
NESTUM**
INTEGRAIS
EMB: 600 G
6.32€/KG
UND



IMPERDÍVEL

€ **1.79**

**SNACK BIOLÓGICO
GERBER**
FRAMBOESA/ BANANA/ MANGA
EMB: 35 G
51.14€/KG
UND



€ **1.09**

**BARRA PROTEÍNA
PROZIS**
ZERO BREAK DUO
CHOCOLATE
EMB: 21.5 G
50.70€/KG
UND



€ **1.45**

**BARRA PROTEÍNA
PROZIS**
ZERO
CARAMELO/ FUDGE BROWNIE
EMB: 40 G
36.25€/KG
UND



€ **2.69**

**INFUSÃO H2O
PROZIS**
ANANÁS/ MELANCIA/
PESSEGO/ LARANJA/ LIMÃO
EMB: 8 X 9 G
37.34€/KG
UND



€ **0.99**

**PROTEÍNA
WAYUP**
SAQUETA
CHOCOLATE/ MORANGO/ BAUNILHA
EMB: 30 G
33.6€/KG
UND



€ **1.15**

**BARRA 30% PROTEÍNA
WAYUP**
CARAMELO/ AMENDOIM
EMB: 50 G
23.6€/KG
UND



€ **1.25**

**BARRA 50% PROTEÍNA
WAYUP**
CHOCOLATE/ COOKIE & CREAM
EMB: 50 G
25.6€/KG
UND



€ **1.49**

**BOLACHAS PROTEICAS
WAYUP**
MORANGO/ CARAMELO SALGADO
EMB: 54 G
27.59€/KG
UND



Bebidas



€ **2.95**

**ÁGUA C/ GÁS NATURAL
PEDRAS
SALGADAS**
TARA PERDIDA
EMB: 6 X 33 CL
1.49€/L
UND

€ **1.49**

**SUMO 100%
FRUTA
COMPAL**
MAÇÃ/ MULTIFRUTOS/
MANGA/ PESSEGO
EMB: 1 L
UND



IMPERDÍVEL

€ **1.49**

**KOMBUCHA
LIPTON**
LATA
MANGA & MARACUJÁ/
MORANGO & HORTELÃ/
FRAMBOESA
EMB: 33 CL
4.52€/L
UND



IMPERDÍVEL

€ **1.39**

**ICE TEA
LIPTON**
ZERO
PESSEGO/ LIMÃO
EMB: 1 L
UND



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 (PVPM) determinados para este folheto da rede de Franquia Meu Super. O presente folheto é aplicável aos Meu Super aderentes pelo período de 29 de abril a 11 de maio de 2025, salvo a runta de stocks ou erro tipográfico. Adereços não incluídos. Responsável pela impressão: Modelo Continente Hipermercados S.A. Rua João Mendonça, n.º 505 - Senhora da Hora - 4464-503 Matosinhos. Matriculada na CRC de Porto sob o n.º 502011475 / NIPC: Capital Social: 385 827 000,00 euros. Impressão LDBRGRAF | Sustentable Printing | empresa certificada no âmbito do Sistema de Gestão Ambiental ISO 14001:2015 (PT-2006/AMB0261), e com certificação de papel proveniente de fontes controladas. Recolha e recicle papel usado.

**meu
super**

www.meusuper.pt | @ meusuperoficial | f meusuperoficial