

**meu
super**

Ficar atento
aos produtos
da marca
Continente!

De 26 de Junho a 7 de Julho de 2025



IMPERDÍVEL
QUEIJO FLAMENGO
ORIGINAL/ -50%
GORDURA
TERRA NOSTRA
FATIAS
EMB. 200 G
11,30€/KG
UND.

€ **2.26**



€ 1.19
AMENDOIM
TORRADO/
C/ PIRIPIRI
CONTINENTE
EMB. 200 G
5,95€/KG
UND.



€ 0.90
LEITE UHT
MIMOSA
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB. 1 L
UND.



€ 2.49
MANTEIGA MAGRA
MATINAL
EMB. 250 G
9,96€/KG
UND.



IMPERDÍVEL
€ 3.29
GELADO
CORNETTO
CLÁSSICO/ CHOCOLATE/ MORANGO
EMB. 6 X 90 ML
6,09€/L
UND.



IMPERDÍVEL
€ 1.99

ÓLEO ALIMENTAR
FULA
EMB. 1 L
UND.



IMPERDÍVEL
€ 0.87
ATUM
PITÉU
EM ÓLEO
EMB. 72 G
12,08€/KG
UND.



IMPERDÍVEL
€ 1.27
ATUM
BOM PETISCO
NATURAL
EMB. 84 G
15,12€/KG
UND.



IMPERDÍVEL
€ 1.29

REFRIGERANTE
C/ GÁS
BRISA
S/ AÇÚCAR, MARACUJÁ/
MAÇA / LARANJA
EMB. 1 L
UND.



IMPERDÍVEL
€ 1.59

CERVEJA C/ ÁLCOOL
CORAL
BRANCA, TAPA RETORNÁVEL
(ACRESCE AO PREÇO 0,20€ VALOR
DE TAPA)
EMB. 1 L
UND.



IMPERDÍVEL
€ 2.87
CHAMPÔ/
CONDICIONADOR
PANTENE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB. 225 ML/ 160 ML
12,76€/L/ 17,94€/L
UND.



IMPERDÍVEL
€ 7.99

DETERGENTE LÍQUIDO
MÁQUINA ROUPA
PERSIL
LAVANDA/ UNIVERSAL/ COLOR/
SABÃO AZUL E BRANCO
EMB. 44 DOSES/ 60 DOSES
0,18€/DOSE/ 0,13€/DOSE
UND.



CONTINENTE

185 000 030 1234

Frescos



IMPERDÍVEL
QUEIJO CREME
ERUPÇÃO
REAL / C/ PRESUNTO
EMB: 100 G
13,60€/KG
UND

€ **1,36**



€ **1,35** FIAMBRE DA PERNA/
DA PÁ / CHOURIÇÃO
SICASAL
EMB: 100 G / 120 G
13,50€/KG / 11,25€/KG
UND



€ **1,49** CHOURIÇO CARNE
CORRENTE
SICASAL
EMB: 200 G
7,45€/KG
UND



€ **12,86** POSTA PESCADA DO
CHILE Nº5
CONTINENTE
HIGIENIZADA
KG

Laticínios e Congelados



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



€ **1,36** LEITE C/
CHOCOLATE
GRESSO
EMB: 4 X 200 ML
1,70€/L
UND



IMPERDÍVEL
CREME P/ BARRAR
BECCEL
ORIGINAL / SABOR A MANTEIGA
EMB: 450 G
7,91€/KG
UND

€ **3,56**



IMPERDÍVEL
IOGURTE
OIKOS
VÁRIOS AROMAS
EMB: 4 X 110 G
4,70€/KG
UND

€ **2,07**



IMPERDÍVEL
ERVILHAS PRIMAVERA
IGLO
ULTRACONGELADAS
EMB: 500 G
5,92€/KG
UND

€ **2,96**



IMPERDÍVEL
BATATAS MEDITERRÂNEAS/
PALITOS
MC CAIN
ULTRACONGELADAS
POTATOES / TRADITION
EMB: 750 G / 1 KG
3,89€/KG
UND

€ **2,92**



IMPERDÍVEL
HAMBÚRGUERES S/
GLÚTEN
CAPITÃO IGLO
FRANGO / VACA
EMB: 240 G / 320 G
18,71€/KG / 14,03€/KG
UND

€ **4,49**



IMPERDÍVEL
BARRINHAS ÔMEGA 3
PESCANOVA
ULTRACONGELADAS
EMB: 450 G
10,51€/KG
UND

€ **4,73**



IMPERDÍVEL
AZEITE REFINADO
OLIVEIRA DA
SERRA
PET
EMB: 0,75 L
5,88€/L
UND

€ **4,41**



IMPERDÍVEL
AZEITE VIRGEM EXTRA
GALLO
CLASSICO / SUAVE
EMB: 0,75 L
8,49€/L
UND

€ **6,37**



IMPERDÍVEL
PURÉ DE BATATA
MOUSLINE
EM FLOCOS
EMB: 250 G
9€/KG
UND

€ **2,25**



IMPERDÍVEL
SALSICHAS
NOBRE
PORCO / AVES
8 UNIDADES
EMB: 200 G
7,95€/KG
UND

€ **1,59**



IMPERDÍVEL
POLPA DE TOMATE
GULOSO
EMB: 500 G
2,38€/KG
UND

€ **1,19**



IMPERDÍVEL
MAIONESE/ KETCHUP
CALVÉ
TOP DOWN
EMB: 240 G / 275 G
6,21€/KG / 5,42€/KG
UND

€ **1,49**



€ **1,59** BATATA FRITA
LAY'S
ORIGINAIS / CAMPONESAS
EMB: 125 G / 115 G
12,72€/KG / 13,83€/KG
UND



IMPERDÍVEL
SNACKS FRITOS
LAY'S / MATUTANO
3DS / MILHO
EMB: 85 G / 130 G
20,59€/KG / 13,46€/KG
UND

€ **1,75**

Mercearia



IMPERDÍVEL

BOLACHAS OREO
ORIGINAL/ GOLDEN
EMB. 220 G
9,05€/KG
UNID.

€ **1.99**



IMPERDÍVEL

FLOCOS DE AVEIA CEM PORCENTO
GROSSOS/ FINOS INTEGRAL
EMB. 400 G
2,23€/KG
UNID.

€ **0.89**



IMPERDÍVEL

FLOCOS DE CEREAIS NESTUM
MEL
EMB. 300 G
7,50€/KG
UNID.

€ **2.25**



€ **4.21**

FARINHA N/ LÁCTEA CERELAC
C/ GLUTEN
EMB. 600 G
7,02€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL

CEREAIS ESTRELITAS/ NESQUIK
MEL/ CHOCOLATE
EMB. 270 G/ 300 G
7,37€/KG/ 6,63€/KG
UNID.

€ **1.99**



IMPERDÍVEL

CAFÉ TORRADO DELTA
MOIDO SACO/ MÁQUINA/ GRÃO
EMB. 250 G
14,36€/KG
UNID.

€ **3.59**



IMPERDÍVEL

CEVADA SOLÚVEL DELTA
FRASCO
EMB. 200 G
13,45€/KG
UNID.

€ **2.69**



IMPERDÍVEL

CAFÉ SOLÚVEL NESCAFÉ
CLÁSSICO C/ CAFÉINA
EMB. 100 G
39,90€/KG
UNID.

€ **3.99**

Bebidas



IMPERDÍVEL

ÁGUA C/ GÁS NATURAL FRIZE
TARA PERDIDA
LATA, ORIGINAL
EMB. 4 X 25 CL
2,09€/L
UNID.

€ **2.09**



€ **1.49**

SUMO 100% FRUTA COMPAL
MAÇA/ MULTIFRUTOS
EMB. 1 L
UNID.



IMPERDÍVEL

€ **0.99**

REFRIGERANTE C/ GÁS SPRITE
LIMA LIMÃO ORIGINAL/ ZERO
EMB. 1,5 L
0,66€/L
UNID.

IMPERDÍVEL

€ **0.99**

REFRIGERANTE C/ GÁS FANTA
LARANJA/ MARACUJÁ ZERO
EMB. 1,5 L
0,66€/L
UNID.



€ **4.99**

REFRIGERANTE C/ GÁS COCA-COLA
LATA, ORIGINAL
EMB. 6 X 33 CL
25,26€/L
UNID.

IMPERDÍVEL

€ **1.65**

ÁGUA TÓNICA SCHWEPES
ORIGINAL
GARRAFA: 1 L
UNID.



€ **2.15**

CERVEJA C/ ÁLCOOL SUPER BOCK
TARA PERDIDA
GARRAFA: 1 L
UNID.



€ **0.62**

IMPERDÍVEL

€ **3.69**

CERVEJA C/ÁLCOOL CORAL
TARA RETORNÁVEL
(ACRESCE 0,30€ PREÇO DE TARA)
EMB. 6 X 20 CL
3,08€/L
UNID.



IMPERDÍVEL

€ **6.99**

VINHO SÓ PIAS
TINTO
EMB. 5 L
1,40€/L
UNID.

IMPERDÍVEL

€ **3.59**

VINHO MATEUS
ORIGINAL/ ARAGONEZ, ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
4,79€/L
UNID.



€ **4.99**

VINHO PLANALTO
RESERVA, DOC DOURO, BRANCO
GARRAFA: 75 CL
6,65€/L
UNID.



IMPERDÍVEL

€ **2.24**

VINHO JP
PENÍNSULA DE SETÚBAL
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
2,99€/L
UNID.



IMPERDÍVEL

€ **1.79**

VINHO GALITOS
ALENTEJO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
2,39€/L
UNID.



Bebidas

€ **13.49**

LICOR WHISKY
CAROLANS
ORIGINAL
GARRAFA: 70 CL
19.27€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **12.60**

WHISKY
GRANT'S
GARRAFA: 70 CL
18€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **14.39**

WHISKY
J&B
RARE
GARRAFA: 70 CL
20.56€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **18.28**

GIN
TANQUERAY
GARRAFA: 70 CL
26.11€/L
UNID



Higiene e Limpeza do Lar



IMPERDÍVEL

€ **2.99**

PASTA DENTÍFICA
PRO-EXPERT
ORAL-B
PROTEÇÃO PROFESSIONAL
EMB: 75 ML
39.87€/L
UNID



€ **0.98**

TOALHITAS
DODOT
BÁSICO
EMB: 54 UNID
0.02€/UNID
UNID



IMPERDÍVEL

€ **3.22**

TAMPÕES
TAMPAX
C/ APLICADOR PEARL COMPAK
REGULAR/ SUPER/ PLUS
EMB: 16 UNID
0.20€/UNID
UNID



IMPERDÍVEL

€ **4.94**

CHAMPÔ
LINIC
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 360 ML
13.72€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **3**

GEL DE BANHO
NATURAL HONEY
ARGÃO/ COCO/ HIDRATANTE
EMB: 600 ML/ 675 ML
5€/L 4.44€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **5.10**

LOÇÃO CORPORAL
NIVEA
NUTRITIVO/
PUMP SMOOTH/ EXPRESS
EMB: 400 ML
12.75€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **2.99**

DESODORIZANTE
STICK/ ROLL ON/ SPRAY
NIVEA
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 50 ML/ 150 ML
59.80€/L 19.93€/L
UNID



€ **4.97**

COLORAÇÃO
PERMANENTE
PALETTE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 1 UNID



IMPERDÍVEL

€ **1.49**

DETERGENTE MANUAL
LOIÇA
CIF
LIMÃO/ VERDE
EMB: 600 ML
2.48€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **2.49**

SPRAY MULTISUPERFÍCIES
CILLIT BANG
WC
EMB: 500 ML
4.98€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **2.99**

SPRAY VITROFAST/
INOX
MISTOLIN
ADVANCED
EMB: 500 ML
5.98€/L
UNID

IMPERDÍVEL

€ **1.76**

LIXÍVIA
NEOBLANC
TRADICIONAL
EMB: 2 L
0.88€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **8.99**

DETERGENTE CÁPSULAS
MÁQUINA ROUPA
SKIP
ACTIVE CLEAN/ FRESH/ COLOR
ULTIMATE SABÃO NATURAL
EMB: 32 DOSES/ 40 DOSES
0.28€/DOSE/ 0.22€/DOSE
UNID



IMPERDÍVEL

€ **6.89**

PAPEL HIGIÊNICO
COLHOGAR
PROTECT ROSA
3 FOLHAS
EMB: 12 ROLOS
0.57€/ROLO
UNID

Petcare



IMPERDÍVEL

€ **2.59**

SNACK P/ CÃO
PEDIGREE
DENTASTIX RAÇAS MÉDIAS
EMB: 7 UNID
0.37€/UNID
UNID



IMPERDÍVEL

€ **2.62**

ALIMENTO HÚMIDO
P/ GATO
PURINA ONE
STERILCAT MOLHO SALMÃO/
ADULT FRANGO/ VACA
EMB: 4 X 85 G
7.71€/KG
UNID

**meu
super**

CANIÇAL

MORADA:
R. DE SÃO SEBASTIÃO 9,
9200-039 CANIÇAL

PRAZERES

MORADA:
CAMINHO DO LOMBO DA ROCHA Nº99

CANHAS

MORADA:
ESTRADA DOS SALÓES - SERRADO E
COVA Nº 3, EDIFÍCIO FLOR DO SOL R/C
FRACÇÃO A

GAULA

MORADA:
ESTRADA SÃO JOÃO, EDIFÍCIO VIEIRA

SANTA CRUZ

MORADA:
RUA BELA SÃO JOSÉ Nº19

SÃO MARTINHO

MORADA:
AVENIDA DO COLÉGIO MILITAR, Nº30

SÃO VICENTE

MORADA:
SÍTIO DO SARAMAGO S/N

EIRAS

MORADA:
RUA DIÓGENES CONJUNTO HABITACIONAL
9125-131- CANICO

ESTRELA DA CALHETA

MORADA:
ESTRADA REGIONAL 222,
EDIFÍCIO TRÊS ESTRELAS Nº608

BOM SUCESSO

MORADA:
ESTRADA DA BOA NOVA, Nº15,
9060-001 FUNCHAL

CENTROMAR

MORADA:
RUA DA PONTA DA CRUZ,
CENTRO COMERCIAL LOJA 38

PORTO MONIZ II

MORADA:
R. DO LUGAR 31, 9270-156 PORTO MONIZ,
PORTUGAL

RIBEIRO REAL

MORADA:
RUA ALFONSE MANUEL JOAQUIM LOPES, Nº 58

MACHICO

MORADA:
EDIFÍCIO PARQUE, RUA MANUEL
PASSOS, MV 38 E 40 LOJA E 9200-134
MACHICO, PORTUGAL

O's preços indicados correspondem aos Preços de Venda ao Público Máximos (PVPMax) determinados para este folheto da rede de Franquia Meu Super. O presente folheto é aplicável aos Meu Super aderentes pelo período de 26 de Junho a 7 de Julho de 2025, 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 GRC do Porto sob. O nr 502011475 / NIPC: Capital Social: 385,827.000,00€.