

**meu
super**

**MARCA
DA QUINZENA**

De 6 a 17 de
Novembro de 2025

NESCAFÉ

Os 5 melhores clientes
da marca Nescafé em
compras com o Cartão
Continente ganham
100€ em Cartão
Continente. Ação
válida nas lojas Meu
Super em
Portugal Continental e
Madeira.



Regulamento disponível
em loja e em
cartaocontinente.pt

*Não esquecer!
o Meu Super tem
produtos Continente!*

**UM SUPER ANIVERSÁRIO
MERECE SUPER PRESENTES**



• Cartão oferta



• Tablet



• 300€ em cartão



• Torradeira



De 6 a 17 de Novembro de 2025



€2,29 QUEIJO FLAMENGO
ORIGINAL/ -50% GORDURA
TERRA NOSTRA
FATIAS
EMB: 200 G
11,45€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€9.99 CAMARÃO
VANNAMEI 24/40
PESCANOVA
ULTRACONGELADO
EMB: 800 G
12,49€/KG
UND



€3,39 ERVILHAS
IGLO
ULTRACONGELADAS
EMB: 700 G
4,84€/KG
UND



€0,88 LEITE UHT
AGROS
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB: 1 L
UND



€2,19 MANTEIGA
MILHAFRE
C/ SAL
EMB: 250 G
8,76€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€1.59 FARINHA DE TRIGO
BRANCA DE NEVE
FINA C/ FERMENTO
P/ BÓLOS
EMB: 1 KG
UND



IMPERDÍVEL
€1.29 ATUM
BOM PETISCO
EM ÓLEO
EMB: 78 G
16,54€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€2.39 SNACKS DE BATATAS
PRINGLES
VARIAS REFERÊNCIAS
EMB: 175 G/ 185 G
13,66€/KG/ 12,92€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€2.09 ÁGUA C/ GÁS NATURAL
FRIZE
TARA PERDIDA
VÁRIOS SABORES
EMB: 4 X 25 CL
2,09€/L
UND



IMPERDÍVEL
€4.12 CERVEJA C/ ÁLCOOL
CORAL
TARA RETORNÁVEL
(AUMENTA O PREÇO 0,30€ DE
VALOR DE TARA)
EMB: 6 X 33 CL
2,08€/L
UND



€2,99 DETERGENTE
MANUAL P/ LOIÇA
FAIRY
ORIGINAL/ LIMÃO
EMB: 615 ML
4,86€/L
UND



IMPERDÍVEL
€9.99 DETERGENTE
CÁPSULAS/ LÍQUIDO
MÁQUINA ROUPA
PERSIL
VARIAS REFERÊNCIAS
EMB: 40/ 54/ 60/ 76 DOSES
0,25€/ 0,19€/ 0,17€/ 0,13€/DOSE
UND



Frescos

100g
fica a
0,93€



€ 1,59 QUEIJO FRESCO
P/ BARRAR
SANTIAGO
ORIGINAL/ LIGHT/ ALHO & ERVAS
EMB: 150 G
10,60€/KG
UNID

€ 9,29 QUEIJO FLAMENGO
TERRA NOSTRA
BARRA
KG

€ 6,99 LOMBOS DE
SALMÃO ASC
CONTINENTE
ULTRACONGELADO
EMB: 250 G
27,96€/KG
UNID

€ 12,79 POSTAS DE
BACALHAU MSC
CONTINENTE
DEMOLHADO
ULTRACONGELADO
EMB: 800 G
15,99€/KG
UNID

Congelados e Laticínios



IMPERDÍVEL
€ 2,99 NUGGETS DE FRANGO
CAPITÃO IGLO
EMB: 208 G
14,38€/KG
UNID

IMPERDÍVEL
€ 7,99 HAMBÚRGUERES
S/ GLÚTEN
CAPITÃO IGLO
FRANGO/ VACA
EMB: 480 G/ 640 G
16,65€/KG/ 12,48€/KG
UNID

IMPERDÍVEL
€ 2,99 GELADOS
OLÁ
PERNA PAU/ SUPER MAXI/ LIMÃO/
FEAST/ ROL/ MORANGO/ MIX/ COLA
VÁRIAS GRAMAGENS
UNID

IMPERDÍVEL
€ 3,29 GELADOS
CORNETTO
CLASSICO/ CHOCOLATE/ MORANGO
EMB: 6 X 90 ML
6,09€/L
UNID



€ 1,09 LEITE UHT
S/ LACTOSE
GRESSO
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB: 1 L
UNID

€ 1,40 LEITE
C/ CHOCOLATE
GRESSO
EMB: 4 X 200 ML
1,75€/L
UNID

€ 0,85 NATA UHT
GRESSO
EMB: 200 ML
4,25€/L
UNID

IMPERDÍVEL
€ 2,09 IOGURTE MIX IN
KIT KAT/ NESQUIK/ SMARTIES
REGULAR/ MORANGO
EMB: 2 X 115 G/ 2 X 116 G/
2 X 128 G
9,09€/KG/ 9,01€/KG/ 8,16€/KG
UNID

Mercearia

IMPERDÍVEL
€ 5,85

ÓLEO ALIMENTAR
FULA
EMB: 3 L
1,95€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 4,49 AZEITE REFINADO
OLIVEIRA DA SERRA
PET
EMB: 75 CL
5,99€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 6,49 AZEITE VIRGEM EXTRA
GALLO
CLASSICO/ SUAVE
EMB: 0,75 L
8,65€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€ 1,29 ATUM EM POSTA
BOM PETISCO
NATURAL
EMB: 84 G
15,36€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€ 0,99 SUCULENTOS NO FORNO
MAGGI
ERVAS AROMÁTICAS/ ENTRECOSTO/
BARRISCO/ ALHO
EMB: 28 G/ 30 G/ 32 G/ 36 G/
35,36€/KG/ 33€/KG/ 30,94€/KG/
27,50€/KG
UNID

IMPERDÍVEL
€ 1,49 MAIONESE/ KETCHUP
CAIVÉ
TOP DOWN
EMB: 240 G/ 275 G
6,21€/KG/ 5,42€/KG
UNID

IMPERDÍVEL
€ 2,15 LEITE CONDENSADO
NESTLÉ
TRADICIONAL
EMB: 370 G
5,81€/KG
UNID

IMPERDÍVEL
€ 1,79 BOLO FARCI
MIDI
AVELA/ CACAU/ MORANGO
EMB: 280 G
6,39€/KG
UNID

Mercearia

chocolate Nestlé

BOMBONS PLAISIR NESTLÉ
AVELA/ GINJA/ AMENDOIM
EMB: 154 G/ 158 G/ 166 G
38.90€/KG/ 37.91€/KG/ 36.08€/KG
UNID

BOMBONS NESTLÉ
CAJA ROJA
EMB: 198 G
34.80€/KG
UNID

€5,99

€6,89

IMPERDÍVEL

CEREAIS NESQUIK
EMB: 300 G
6.63€/KG
UNID

€1,99

IMPERDÍVEL

CEREAIS CHOCAPIC
CHOCOLATE
EMB: 375 G
6.11€/KG
UNID

€2,29

IMPERDÍVEL

CAFÉ SOLÚVEL NESCAFÉ
CAPPUCCINO/DESCAFENADO/ MOCHA/ CARAMELO/ KITKAT/ VARIAS GRAMAGENS
UNID

€3,15

IMPERDÍVEL

CAFÉ SOLÚVEL NESCAFÉ
CLASSICO C/ CAFENA/ INTENSO/ CREME
EMB: 100 G
40.90€/KG
UNID

€4,09

IMPERDÍVEL

CEVADA SOLÚVEL DELTA
FRASCO
EMB: 200 G
13.25€/KG
UNID

€2,65

IMPERDÍVEL

CAFÉ TORRADO DELTA
PORTUGAL/ LOTE CHÁVENA
EMB: 220 G/ 250 G
18.14€/KG/ 15.96€/KG
UNID

€3,99

IMPERDÍVEL

CÁPSULAS DE CAFÉ DOLCE GUSTO
SICAL/ DESCAFENADO/ BUCHINI/ INTENSO
EMB: 16 CÁPSULAS
0.35€/CÁPSULA
UNID

€5,59

Cada cápsula fica a 0,35€

Bebidas

IMPERDÍVEL

NÉCTAR UM BONGO
MANGA/ 8 FRUTOS/ BANANA/ MORANGO
EMB: 3 X 20 CL
2.22€/L
UNID

€1,33

IMPERDÍVEL

SUMO VEGGIE/ NÉCTAR COMPAL
TOMATE/ VITAL PROTEÇÃO ANTI-OX/ MORANGO CEREJA/ LARANJA CENOURA MANGA/ FRUTOS VERMELHOS
EMB: 1 L
UNID

€1,41

IMPERDÍVEL

SUMO CAPRI-SUN
LARANJA/ MULTIVITAMINAS
EMB: 10 X 20 CL
2.50€/L
UNID

€5

IMPERDÍVEL

ICE TEA LIPTON
MANGA/ PESSEGO/ LIMÃO
EMB: 6 X 25 CL
2.60€/L
UNID

€3,90

IMPERDÍVEL

REFRIGERANTE C/ GÁS FANTA/ SPRITE
LARANJA/ MARACUJÁ/ GUARANA/ ZENGO/ LARANJA/ ANANÁS/ UVA/ LIMA/ LIMÃO/ ZERO
EMB: 1.5 L
0.66€/L
UNID

€0,99

IMPERDÍVEL

REFRIGERANTE C/ GÁS BRISA
ANANÁS
EMB: 4 X 1 L
UNID

€4,35

IMPERDÍVEL

REFRIGERANTE C/ GÁS BRISA
MARACUJÁ S/ AÇÚCAR
EMB: 4 X 1 L
UNID

€4,49

IMPERDÍVEL

BEBIDA ENERGÉTICA MONSTER
GREEN
EMB: 4 X 50 CL
3€/L
UNID

€5,99

IMPERDÍVEL

VINHO PERIQUITA
PENÍNSULA DE SETÚBAL
TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
4.92€/L
UNID

€3,69

IMPERDÍVEL

VINHO DONA ERMELINDA
DOÇ PALMEIRA
TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
5.32€/L
UNID

€3,99

IMPERDÍVEL

VINHO FIUZA
3 CASTAS TEJO
TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
3.99€/L
UNID

€2,99

IMPERDÍVEL

VINHO REGUENGOS
DOÇ ALENTEJO
TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
3.45€/L
UNID

€2,59

Bebidas

IMPERDÍVEL

€ 3.99

COCKTAIL
CASAL GARCIA
FRUITZY
MELÃO/MORANGO/ ANANÁS/
PESSEGO
GARRAFA: 75 CL
5.326/L
UNID



€ 15.99

LICOR
BEIRÃO
GARRAFA: 1 L
UNID



IMPERDÍVEL

€ 13.99

GIN
GORDON'S
LONDON DRY
GARRAFA: 70 CL
19.996/L
UNID



€ 21.99

WHISKY
JACK DANIEL'S
ORIGINAL/ TENNESSE HONEY/
APPLE
GARRAFA: 70 CL
31.416/L
UNID



Higiene e Limpeza do Lar



IMPERDÍVEL

€ 1.99

PASTA DENTÍFICA
COLGATE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 75 ML
26.536/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ 2.55

TAMPÃO
OB
NORMAL/ SUPER PLUS
EMB: 16 UNID
0.166/UNID
UNID

IMPERDÍVEL

€ 3.99

CHAMPÔ/ RECARGA
ELVIVE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 400 ML/ 500 ML
9.986/L/ 7.986/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ 4.94

CHAMPÔ/ MÁSCARA/
CONDICIONADOR
PANTENE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 300 ML/ 350 ML
16.476/L/ 14.116/L
UNID



PRODUTO DE ANIVERSÁRIO



PRODUTO DE ANIVERSÁRIO

IMPERDÍVEL

€ 3.57

GEL DE BANHO/
DESODORIZANTE
STICK/ SPRAY
OLD SPICE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 400 ML/ 50 ML/ 150 ML
8.936/L/ 71.406/L/ 23.806/L
UNID



PRODUTO DE ANIVERSÁRIO

IMPERDÍVEL

€ 4.37

GEL DE BANHO
DOVE
ADVANCED NOURISHING
SILK/ DEEPLY CARE/ ANTI STRESS
EMB: 600 ML
7.286/L
UNID



PRODUTO DE ANIVERSÁRIO

IMPERDÍVEL

€ 2.99

DESODORIZANTE ROLL
ON/ SPRAY
DOVE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 50 ML/ 150 ML
59.806/L/ 19.936/L
UNID

oferta incluída
na embalagem



IMPERDÍVEL

€ 11.99

LÂMINAS DESCARTÁVEIS
GILLETTE
BLUE3 SMOOTH
EMB: 14 + 2 UNID
0.866/UNID
UNID



IMPERDÍVEL

€ 1.99

DETERGENTE MANUAL
LOIÇA
SUPER POP
LIMÃO/ MACÁ
EMB: 700 ML
2.846/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ 2.24

LAVA TUDO
AJAX
FESTA DAS FLORES
LAVANDA/ FLORAL/ MONTANHA/
PRIMAVERA
EMB: 1.25 L
1.796/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ 2.99

BLOCOS SANITÁRIOS
BREF
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 2 UNID
1.506/UNID
UNID

IMPERDÍVEL

€ 9.99

DETERGENTE PÓ/
LÍQUIDO MÁQUINA
DA ROUPA
SKIP
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 44/ 54/ 56 DOSES
0.236/ 0.196/ 0.186/DOSE
UNID



IMPERDÍVEL

€ 3.99

AMACIADOR
CONCENTRADO
COMFORT
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 76 DOSES/ 100 DOSES
0.056/DOSE/ 0.046/DOSE
UNID



IMPERDÍVEL

€ 2.99

ROLOS COZINHA
FOXY
MEGA EMB: 2-6 ROLOS
EMB: 2 ROLOS
1.506/ROLO
UNID

Petcare



PRODUTO DE ANIVERSÁRIO



IMPERDÍVEL

€ 0.64

ALIMENTO HÚMIDO
P/ GATO
SHEBA
PATE SALMÃO/ FRANGO
EMB: 85 G
7.536/KG
UNID

IMPERDÍVEL

€ 11.62

ALIMENTO SECO
P/ CÃO
PURINA ONE
MÉDIO/ MAX ADULTO
FRANGO/
SALMÃO/ JUNIOR FRANGO
EMB: 2.5 KG
4.656/KG
UNID

AS SUAS MARCAS JUNTAM-SE À FESTA!

de 1 a 30 de novembro



Os preços indicados correspondem aos Preços de Venda ao Público Máximos (PVPMáx) determinados para este folheto da rede de Franquia Meu Super. O presente folheto é aplicável aos Meu Super aderentes pelo período de 6 a 17 de Novembro 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: 385,82700000€.