

**meu
super**

Ficar atento
aos produtos
da marca
Continente!

De 13 a 24 de Março de 2025



€2,12
QUEIJO CURADO
ORIGINAL/ -30%
GORDURA
CASTELÕES
FATIAS
EMB: 200 G/ 150 G
10,60€/KG/ 14,13€/KG
UNID



€6,91
BIFANAS/ TIRAS
ENTRECOSTO
INDUBEIRA
PORCO
KG



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



€0,85
LEITE UHT
GRESSO
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB: 1 L
UNID



€2,14
MANTEIGA
MILHAFRE
C/ SAL
EMB: 250 G
8,56€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€6,37
AZEITE VIRGEM EXTRA
GALLO
SUBLIME
EMB: 0,75 L
8,49€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€1,27
ATUM
BOM PETISCO
NATURAL
EMB: 84 G
15,12€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€4,19
BEBIDA DE CEREAL
MOKAMBO
C/20 % CAFÉ
EMB: 200 G
20,95€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€5,24
REFRIGERANTE
C/GÁS
LARANJADA
EMB: 1 UNID
UNID



IMPERDÍVEL
€4,77
SIDRA C/ÁLCOOL
CORAL
MACA
TARA RETORNÁVEL
(ACRESCER 0,30€ VALOR DE TARA)
EMB: 6 X 25 CL
3,18€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€1,85
PASTA DENTÍFRICA
AQUAFRESH
PROTEÇÃO CÁRIES/ MENTA FRESCA/
MELANCIA/ EUCALIPTO
EMB: 75 ML
24,67€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€9,99
DETERGENTE PÓ/
LÍQUIDO MÁQUINA
ROUPA
SKIP
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 44 DOSES/ 56 DOSES
0,23€/DOSE/ 0,18€/DOSE
UNID



Frescos



IMPERDÍVEL QUEIJO FRESCO BARRAR SANTIAGO ORIGINAL/ LIGHT/ ALHO & ERVAS EMB. 150 G 10,47€/KG UNID

€ **1.57**



IMPERDÍVEL QUEIJO FLAMENGO GRESSO BARRA KG

100g fica a 0,79€

€ **7.91**



IMPERDÍVEL FIAMBRE DA PERNA EXTRA/ PEITO PERU/ FRANGO NOBRE/ CAMPOFRIO KG

100g fica a 1,50€

€ **14.99**



€ **11.87** POSTAS DE BACALHAU CONTINENTE SALGADO SECO EMB. 600 G 19,78€/KG UNID

Congelados e Laticínios



IMPERDÍVEL ERVILHAS PRIMAVERA IGLO ULTRACONGELADAS EMB. 800 G 5,56€/KG UNID

€ **4.45**



IMPERDÍVEL DOURADINHOS CAPITÃO IGLO SALMÃO/ PEIXE EMB. 280 G/ 420 G 17,82€/KG/ 11,88€/KG UNID

€ **4.99**



IMPERDÍVEL MINI PIZZA RISTORANTE PROSCIUTTO/ 3 QUEIJS EMB. 280 G 13,02€/KG UNID

€ **3.75**



IMPERDÍVEL GELADO HÄAGEN-DAZS DOCE DE LEITE/ STRAWBERRY CHEESECAKE/ BELGIAN CHOCOLATE EMB. 460 ML 12,59€/L UNID

€ **5.79**



€ **1.97** LEITE C/ CHOCOLATE S/ LACTOSE AGROS EMB. 4 X 200 ML 2,46€/L UNID



€ **0.87** NATA UHT AGROS EMB. 200 ML 4,35€/L UNID



€ **1.77** CREME P/ BARRAR PLANTA ORIGINAL/ SABOR À MANTEIGA/ MAGRA EMB. 225 G 7,87€/KG UNID



IMPERDÍVEL IOGURTE MIX IN NESTLÉ KIT KAT/ NESQUIK/ SMARTIES/ CHOCAPIC EMB. 2 X 115 G/ 2 X 116 G/ 2 X 128 G 9€/KG/ 8,92€/KG/ 8,09€/KG UNID

€ **2.07**

Mercearia

IMPERDÍVEL

€ **5.85**

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



IMPERDÍVEL

€ **1.49**

SALSICHAS NOBRE PORCO/ AVES 8 UNIDADES EMB. 200 G 7,45€/KG UNID



€ **1.19**

BATATAS FRITAS/ SNACKS SALGADOS MATUTANO/ LAY'S/ LAY'S GOURMET/ RUFFLES/ DORITOS/ CHEETOS VÁRIAS REFERÊNCIAS UNID



IMPERDÍVEL

€ **1.75**

SNACKS FRITOS LAY'S 3D'S MILHO EMB. 85 G 20,59€/KG UNID



IMPERDÍVEL SNACKS DE BATATAS PRINGLES VÁRIOS SABORES EMB. 175 G/ 185 G 13,66€/KG/ 12,92€/KG UNID

€ **2.39**



€ **2.49** SNACKS/ BATATAS FRITAS DORITOS/ LAY'S TEX MEX/ CAMPONESAS/ ORIGINAIS EMB. 170 G/ 200 G/ 215 G 14,65€/KG/ 12,45€/KG/ 11,58€/KG UNID



IMPERDÍVEL BOLACHAS BELGAS SABOROSA ORIGINAL/ CHOCOLATE EMB. 220 G/ 198 G 7,23€/KG/ 8,03€/KG UNID

€ **1.59**



IMPERDÍVEL TABLETE DE CHOCOLATE MILKA LEITE/ AVELÃS/ STRAWBERRY YOGHURT/ OREO/ CARAMELO EMB. 90 G/ 100 G 19,44€/KG/ 17,50€/KG UNID

€ **1.75**

Mercearia



€0,78 SAQUETAS DE FRUTA
NESTLÉ
VÁRIOS SABORES
EMB: 90 G
8,67€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€3.68 FARINHA N/ LÁCTEA
CERELAC
C/ GLUTEN
EMB: 600 G
6,13€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€2.99 CEREAIS
ESTRELITAS/ NESQUIK
MEL/ CHOCOLATE
EMB: 550 G/ 625 G
5,44€/KG/ 4,78€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€2.29 CEVADA SOLÚVEL
DELTA
FRASCO
EMB: 200 G
11,45€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€2.89 CAFÉ TORRADO
DELTA
MOAGEM UNIVERSAL
SACO/ MAQUINA/ GRÃO/ PORTUGAL
EMB: 250 G/ 220 G
11,56€/KG/ 13,14€/KG
UNID



IMPERDÍVEL
€5.95 CAFÉ SOLÚVEL
DELTA
FRASCO
EMB: 200 G
29,75€/KG
UNID

Cápsula
fica a
0,30€



IMPERDÍVEL
€2.99 CÁPSULAS DE CAFÉ
BUONDI
VÁRIOS AROMAS
EMB: 10 CÁPSULAS
UNID

Cápsula
fica a
0,38€



IMPERDÍVEL
€3.79 CÁPSULAS DE CAFÉ
DELTA Q
VÁRIOS AROMAS
EMB: 10 CÁPSULAS
UNID

Bebidas



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



€1,33 NÉCTAR
COMPAL
VÁRIOS SABORES
EMB: 3 X 20 CL
2,22€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€5 SUMO
CAPRI-SUN
LARANJA/ MULTIVITAMINAS
EMB: 10 X 20 CL
2,50€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€1.99 ICE TEA
LIPTON
LIMÃO/ PÊSSEGO/ MANGA
EMB: 2 L
16/L
UNID



IMPERDÍVEL
€1.29 REFRIGERANTE S/ GÁS
B! ICE DRINKS
LIMONADA/ MARACUJÁ/ MAÇÃ/
LARANJA
EMB: 1,5 L
0,86€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€1.76 REFRIGERANTE C/ GÁS
COCA-COLA
ORIGINAL
EMB: 1,5 L
1,17€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€1.14 CERVEJA C/ÁLCOOL
SUPER BOCK
LATA
EMB: 33 CL
3,45€/L
UNID



€2,19 CERVEJA C/
ÁLCOOL
SUPER BOCK
TARA PERDIDA
EMB: 1 L
UNID



€21,60 CERVEJA C/
ÁLCOOL
SUPER BOCK
MINI
TARA PERDIDA
EMB: 24 X 20 CL
4,50€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€1.99 VINHO
CAVES DE PEGÕES
PENÍNSULA DE SETÚBAL
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
2,65€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€2.19 VINHO
PORTA DA RAVESSA
DOC ALENTEJO
TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
2,92€/L
UNID



IMPERDÍVEL
€2.89 VINHO
ADEGA DE BORBA
DOC ALENTEJO
TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
3,85€/L
UNID

Bebidas

€ **9.49**

APERITIVO
MARTINI
ROSSO/ BIANCO
GARRAFA: 75 CL
12.65€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **13.39**

WHISKY
WILLIAM LAWSON'S
GARRAFA: 70 CL
19.13€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **18.23**

WHISKY
JAMESON
GARRAFA: 70 CL
26.04€/L
UND.



€ **21.99**

WHISKY
JACK DANIEL'S
ORIGINAL/ TENNESSE
HONEY/ APPLE
GARRAFA: 70 CL
31.41€/L
UND.



Higiene e Limpeza do Lar



IMPERDÍVEL

€ **13.49**

FRALDAS BEBÊ SECO
DODOT
EXTRA
T3+/ T4+/ T5+/ T6+
EMB: 66/ 62/ 56/ 48 UND
0.20€/ 0.22€/ 0.24€/ 0.28€/UND
UND.



IMPERDÍVEL

€ **4.19**

PENSOS
INCONTINÊNCIA
TENA
DISCREET
NORMAL/ EXTRA
EMB: 24 UND/ 20 UND
0.17€/UND/ 0.21€/UND
UND.



IMPERDÍVEL

€ **4.19**

PENSO INCONTINÊNCIA
AUSERIA DISCREET
NORMAL/ EXTRA
EMB: 24 UND/ 20 UND
0.17€/UND/ 0.21€/UND
UND.



IMPERDÍVEL

€ **4.24**

PENSOS HIGIÉNICOS
EVAX
COTTONLIKE C/ ABAS
NORMAL PLUS/ NOITE
EMB: 28 UND/ 18 UND
0.15€/UND/ 0.24€/UND
UND.



IMPERDÍVEL

€ **3.95**

CHAMPÔ/
CONDICIONADOR
PANTENE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 300 ML/ 325 ML/ 275 ML
13.17€/L/ 12.15€/L/ 14.36€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **3.99**

ESPUMA/ LACA
PANTENE
CARACOIS/ ONDAS/ VOLUME
FIXAÇÃO FLEXÍVEL/ FORTE/ VOLUME
EMB: 200 ML/ 250 ML
19.95€/L/ 15.96€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **4.94**

COLORAÇÃO
PALETTE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 1 UND
UND.



IMPERDÍVEL

€ **3.95**

LOÇÃO CORPORAL
NIVEA
NUTRITIVO/ HIDRATANTE
EMB: 250 ML
15.80€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **9.74**

CREME DE ROSTO
L'OREAL
REVITALIFT
OLHOS/ DIA/ FRAGRANCE FREE
EMB: 15 ML/ 50 ML
649.33€/L/ 194.80€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **4.99**

DETERGENTE MANUAL
FAIRY
LOIÇA
ORIGINAL/ LIMÃO
EMB: 1.25 L
3.99€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **2.09**

LAVA TUDO
SONASOL
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 1.25 L/ 1.3 L
1.67€/L/ 1.61€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **9.99**

DETERGENTE PÓ/
LÍQUIDO MÁQUINA
SURF
ROUPA
TROPICAL/ FRUTOS EXÓTICOS/
COCO
EMB: 84 DOSES
0.12€/DOSE
UND.



IMPERDÍVEL

€ **3.99**

AMACIADOR
CONCENTRADO
COMFORT
CREATIONS
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 76 DOSES/ 100 DOSES
0.05€/DOSE/ 0.04€/DOSE
UND.



IMPERDÍVEL

€ **1.79**

ROLO COZINHA
RENOVA
MAXI ABSORPTION XXL
EMB: 2-4 ROLOS
EMB: 2 ROLOS
0.90€/ROLO
UND.



IMPERDÍVEL

€ **0.65**

ALIMENTO HÚMIDO
P/GATO
GOURMET GOLD
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 85 G
7.65€/KG
UND.



IMPERDÍVEL

€ **8.44**

ALIMENTO SECO
P/ CÃO
FRISKIES
MINI MENU VACA
EMB: 3 KG
2.81€/KG
UND.

Petcare

**meu
super**

CANIÇAL

MORADA:
R. DE SÃO SEBASTIÃO 9,
9200-939 CANIÇAL

PRAZERES

MORADA:
CAMINHO DO LOMBO DA ROCHA N°99

CANHAS

MORADA:
ESTRADA DOS SALGOS - SERRADO E
CÓVA Nº 3, EDIFÍCIO FLOR DO SOL 8 C
FRACÇÃO A

GAULA

MORADA:
ESTRADA SÃO JOÃO, EDIFÍCIO VIEIRA

SANTA CRUZ

MORADA:
RUA BELA SÃO JOSÉ Nº19

SÃO MARTINHO

MORADA:
AVENIDA DO COLEGIO MILITAR, Nº30

SÃO VICENTE

MORADA:
SÍTIO DO SARRAMAGO S/N

EIRAS

MORADA:
RUA DIÓGENES CONJUNTO HABITACIONAL
9125-131 - CANICÓ

ESTRELA DA CALHETA

MORADA:
ESTRADA REGIONAL 222,
EDIFÍCIO TRÊS ESTRELAS Nº68

BOM SUCESSO

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

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:
ESTRADA PARQUE RUA MANUEL
PASSOS, Nº 38 E 40 LOJA E 9200-134
MACHICO, PORTUGAL

Os preços indicados correspondem aos preços de venda ao Público Máximos (PVP Máx) determinados para este folheto da rede de Franquia Meu Super. O presente folheto é aplicável aos Meu Super aderentes pelo período de 13 a 24 de Março 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€.