

meu
super

Ficar atento
aos produtos
da marca
Continente!

De 23 de Julho a 3 de Agosto de 2026.



APENAS
€ 0.99

MELANCIA POUCAS
SEMENTES
INTERA
KG



€ 2.39

QUEIJO FLAMENGO
REGULAR/ -50%
GORDURA
TERRA NOSTRA
FATIAS
EMB. 200 G
11.95€/KG
UNID.



€ 0.88

LEITE UHT
AGROS
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB. 1 L
UNID.



APENAS
€ 2.99

ERVILHAS PRIMAVERA/
BRÓCOLOS/ FAVAS
IGLO
ULTRACONGELADOS
EMB. 500 G/ 533 G/ 700 G
5.98€/KG/ 5.61€/KG/ 4.27€/KG
UNID.



APENAS
€ 0.89

MASSA
MILANEZA
ESPARGHETE
EMB. 500 G
1.78€/KG
UNID.



APENAS
€ 1.59

ATUM EM POSTA
BOM PETISCO
AZEITE
EMB. 78 G
20.38€/KG
UNID.



APENAS
€ 1.49

MAIONESE/ KETCHUP
CALVÉ
TOP DOWN
EMB. 240 G/ 275 G
6.21€/KG/ 5.42€/KG
UNID.



APENAS
€ 0.99

REFRIGERANTE
C/ GÁS
SUMOL
ECLIPSE
+0.10€ VALOR DEPÓSITO
EMB. 0.33 CL
209.09€/L
UNID.

€ 1.89

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



CONTINENTE

185 000 000 1234

APENAS
€ 13.09

WHISKY
GRANT'S
GARRAFA: 70 CL
18.70€/L
UNID.



APENAS
€ 13.19

PROTETOR SPRAY
NIVEA SUN
PROTECT & MOISTURE FPS50+
EMB. 250 ML
52.76€/L
UNID.



APENAS
€ 3.99

AMACIADOR
CONCENTRADO
COMFORT
JASMIM & MIRTILLO/ LÍRIOS &
MORANGO/ MADRESSILVA &
SÂNDALO/ ANGÉLICAS & FLOR DE
BAUNILHA
EMB. 82 DOSES
0.05€/DOSE
UNID.



Não esquecer!



€ **1,29** SALADA CONTINGENTE
LOLLO TANGO/ AROMÁTICA/ IBERIA/ CAMPONESA
EMB: 100 G/ 150 G/ 250 G
12,90€/KG/ 8,60€/KG/ 5,16€/KG UNID



APENAS € **1,99** SALSICHÃO/ CHOURIÇO/ SALAME ELPOZO
EMB: 70 G
28,43€/KG UNID



APENAS € **7,89** PRESUNTO QUARTOS CASA DO MONTE
EMB: 500 G
15,78€/KG UNID

Frescos



€ **2,19** TOMATE CACHO
KG



€ **0,95** AMENDOIM C/SAL CONTINENTE
EMB: 200 G
4,75€/KG UNID



APENAS € **1,39** QUEIJO CREME ERU
REAL/ C/ PRESUNTO/ LIGHT
EMB: 100 G
13,90€/KG UNID



€ **1,69** QUEIJO DA ILHA NOVA AÇORES
FATIAS
EMB: 150 G
11,27€/KG UNID



€ **1,69** QUEIJO REGULAR/ LIGHT A VACA QUE RI
8 PORÇÕES
EMB: 125 G
13,52€/KG UNID



€ **1,79** QUEIJO DA ILHA RALADO DOP SÃO JORGE
EMB: 150 G
11,93€/KG UNID



APENAS € **1,89** QUEIJO FRESCO P/ BARRAR PHILADELPHIA
ERVAS FINAS/ SALMÃO/ CABRA C/ ALECRIM
EMB: 150 G
12,60€/KG UNID



€ **1,89** QUEIJO FRESCO COTTAGE MATINAL
EMB: 180 G
10,50€/KG UNID



€ **2,89** CESTO C/ 3 QUEIJOS MONTIQUEIJO
EMB: 3 X 90 G
10,70€/KG UNID

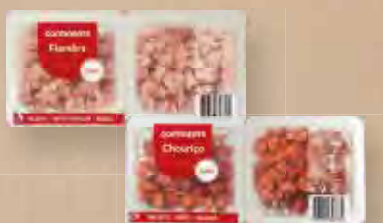


€ **3,49** QUEIJO FLAMENGO BOLA AGROS
1/4
EMB: 350 G
9,97€/KG UNID

100g fica a 0,90€



€ **8,99** QUEIJO FLAMENGO NOVA AÇORES
BARRA
KG



€ **1,39** FIAMBRE/ CHOURIÇO CONTINENTE
CUBOS
EMB: 2 X 75 G
9,27€/KG UNID



€ **2,09** PEITO PERU/ FRANGO FORNO DE LENHA CONTINENTE
EMB: 150 G
13,93€/KG UNID



€ **3,59** SORTIDO LOMBO/ CACHÃO/ PRESUNTO 12/ 9 MESES DE CURA CASA DO MONTE
FATIAS
EMB: 120 G/ 140 G/ 150 G
29,92€/KG/ 25,64€/KG/ 23,93€/KG UNID



€ **3,89** BARRIGA FUMADA FORNO DE LENHA/ CHOURIÇO TRADICIONAL PRISCA
EMB: 150 G/ 180 G
25,93€/KG/ 21,61€/KG UNID



€ **0,25** CACETINHO
EMB: 80 G
3,13€/KG UNID

panidor



€ **0,79** PÃO D'AVÓ PANIDOR
EMB: 360 G
2,19€/KG UNID



€ **1,03** FOLHADO SALSICHA PANIDOR
MANTEIGA
EMB: 120 G
8,56€/KG UNID



APENAS € **2,39**

BAGELS/ PÃO DE FORMA/ OROWEAT BIMBO
NEW YORK BAKERY CLÁSSICO/ SEMENTES/ ARTESENCIA/ ARTESENCIA INTEGRAL/ BROCHE/ SEMENTES SESAMO/ 12 CEREAIS E SEMENTES/ SEMENTES DE GIRASSOL/ CENTEIO
EMB: 300 G/ 500 G/ 550 G
7,97€/KG/ 4,78€/KG/ 4,35€/KG UNID



€ **2,49** LASANHA CONTINENTE
VEGETAIS/ BOLONHESA/ ATUM/ ESPINAFRES E RICOTTA/ FRANGO/ QUEIJO
EMB: 400 G
6,23€/KG UNID



€ **2,89** PIZZA CONTINENTE
VARIAS REFERÊNCIAS
EMB: 400/ 410/ 420/ 440 G
7,23€/ 7,05€/ 6,88€/ 6,57€/KG UNID

Peixaria



APENAS
1.39
€

DELÍCIAS DO MAR S/
GLÚTEN
PESCANOVA
ULTRACONGELADAS
EMB. 250 G
5.56€/KG
UNID.

APENAS
6.39
€

MEDALHÕES DE
PESCADA
PESCANOVA
ULTRACONGELADOS
EMB. 400 G
15.98€/KG
UNID.

7.49
€

FILETE DE PESCADA
BEIRANOVA
ULTRACONGELADA
HIGIENIZADA
KG

APENAS
7.99
€

TRANCHES DE SALMÃO
SELVAGEM MSC
IGLO
ULTRACONGELADAS
EMB. 250 G
31.96€/KG
UNID.

APENAS
8.59
€

LOMBO BACALHAU 4
MESES DE CURA
RIBERALVES
EMB. 240 G
35.79€/KG
UNID.



Congelados e Laticínios



APENAS
3.49
€

NUGGETS/
DOURADINHOS
CAPITÃO IGLO
FRANGO/ & CUBUJO
EMB. 208 G/ 250 G
16.78€/KG/ 13.96€/KG
UNID.

APENAS
4.99
€

DOURADINHOS/
HAMBÚRGUERES S/
GLÚTEN
CAPITÃO IGLO
PEIXE/ SALMÃO/ FRANGO
EMB. 420 G/ 280 G/ 240 G
11.88€/KG/ 17.82€/KG/ 20.79€/KG
UNID.

APENAS
3.74
€

FILETES RECHEADOS
IGLO
ESPINAFRES/ TOMATE E MOZZARELLA
EMB. 300 G
12.47€/KG
UNID.

APENAS
4.99
€

FILETES DE PESCADA
PANADOS
PESCANOVA
C/ ERVAS AROMÁTICAS/ C/ LIMÃO
EMB. 400 G
12.48€/KG
UNID.



7.89
€

FILETE PESCADA
PANADO
PESCANOVA
S/ GLÚTEN
EMB. 1 KG
UNID.

APENAS
3.99
€

BASE DE PIZZA/ PIZZA
TRADIZIONALE
MARGHERITA / SALAME ROMANO/
MOZZARELLA PESTO/ PANCETTA
DELICATA/ SPINACI RICOTTA
EMB. 2 X 305 G/ 350 G/ 385 G/
390 G/ 415 G
6.54€/KG/ 11.40€/KG/ 10.36€/KG/
10.23€/KG/ 9.61€/KG
UNID.

APENAS
3.29
€

GELADO
CARTE D'OR
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB. 825 ML
3.99€/L
UNID.

APENAS
3.99
€

GELADO
MAGNUM
MINI
3 CHOCOLATES/ AMENDOAS
EMB. 6 X 55 ML
12.09€/L
UNID.



APENAS
5.95
€

GELADO
HÄAGEN-DAZS
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB. 460 ML
12.93€/L
UNID.

0.88
€

LEITE UHT
NOVA AÇORES
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB. 1 L
UNID.

0.94
€

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

2.97
€

LEITE + PROTEÍNA S/
LACTOSE
MIMOSA
CACAU/ MORANGO/ CAFÉ
EMB. 3 X 250 ML
3.96€/L
UNID.



APENAS
1.19
€

GO CHILL
DELTA
CAPPUCCINO / CAFFÈ LATTE/
DOUBLE ESPRESSO/ CARAMEL
MACCHIATO/ COOKIES & CREAM/
CHOCOLATTE
EMB. 230 ML
5.17€/L
UNID.

2.19
€

MANTEIGA
MILHAFRE
C/ SAL
EMB. 250 G
8.76€/KG
UNID.

2.59
€

CREME CULINÁRIO
BECEL
EMB. 450 G
5.76€/KG
UNID.

3.89
€

CREME P/BARRAR
BECEL
ORIGINAL/ SABOR
A MANTEIGA
EMB. 450 G
8.64€/KG
UNID.

0.89
€

NATA UHT
AGROS
EMB. 200 ML
4.45€/L
UNID.

Não esquecer!



APENAS
2.99
€

PIZZA
FORNO DI PIETRA
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB. 300/ 340/ 350/ 380 G
9.97€/ 8.79€/ 8.54€/ 7.87€/KG
UNID.



Laticínios



APENAS
€ 1.29

IOGURTE SÓLIDO
PROTEÍNA
YO PRO
BAUNILHA/ MANTEIGA AMENDOIM/
MIRTLÓ/ MORANGO
EMB. 160 G
8.06€/KG
UNID.



APENAS
€ 1.39

IOGURTE LÍQUIDO
LONGA VIDA
MORANGO/ E BANANA/ FRUTOS
TROPICAIS
EMB. 4 X 160 G
2.17€/KG
UNID.



APENAS
€ 2.49

IOGURTE PEDAÇOS
ACTIVIA
CEREAIS/ CHIA E AMÊNDOA/ AVEIA &
NOZ/ CEREAIS/ FRUTOS SECOS
EMB. 4 X 115 G
5.41€/KG
UNID.



APENAS
€ 3.09

IOGURTE LÍQUIDO
DANACOL
MORANGO/ NATURAL/ FRUTOS
EXOTICOS/ AVEIA/ NOZ
EMB. 6 X 100 G
5.15€/KG
UNID.



APENAS
€ 2.19

IOGURTE MIX IN
KIT KAT/ NESQUIK/ SMARTIES
REGULAR/ MORANGO
EMB. 2X115G/2X116G/2X128G
9.52€/KG/ 9.44€/KG/ 8.55€/KG
UNID.

Bio e Saudável



€ 1.10

LEITE UHT S/
LACTOSE
GRESSO
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB. 1 L
UNID.



€ 4.49

CREME P/ BARRAR
PRO ACTIV
SABOR A MANTEIGA/ ORIGINAL
EMB. 450 G
9.98€/KG
UNID.



APENAS
€ 2.99

VEGGIE BOWLS
IGLO GREEN CUISINE
TRIGO SARRACENO/ QUINOA/
COUSCOUS
EMB. 350 G
8.54€/KG
UNID.



€ 1.59

BARRA PROTEÍNA
PROZIS
AMÊNDOA/ PEANUT & WHITE
CHOCOLATE
EMB. 65 G
24.46€/KG
UNID.



€ 3.79

MANTEIGA DE
AMENDOIM
PROZIS
CREMOSA/ CROCANTE
EMB. 500 G
7.58€/KG
UNID.

Mercearia



APENAS
€ 6.39

ÓLEO ALIMENTAR
FULA
EMB. 3 L
2.13€/L
UNID.



APENAS
€ 4.49

AZEITE REFINADO
OLIVEIRA DA SERRA
PET
EMB. 75 CL
5.99€/L
UNID.



APENAS
€ 5.99

AZEITE VIRGEM EXTRA
GALLO
SUBLIME
EMB. 0.75 L
7.99€/L
UNID.



APENAS
€ 1.15

FARINHA DE TRIGO
NACIONAL
EXTRA FINA/ C/FERMENTO T55/ T65/
P/BOLOS
EMB. 1 KG/ 1KG + 10%
UNID.



APENAS
€ 1.69

FARINHA TRIGO
BRANCA DE NEVE
SUPER FINA C/ FERMENTO
EMB. 1 KG
UNID.



APENAS
€ 1.05

MASSA
MILANEZA
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB. 500 G
2.10€/KG
UNID.



APENAS
€ 3.89

ATUM
BOM PETISCO
EM ÓLEO
EMB. 251 G
15.50€/KG
UNID.



APENAS
€ 1.75

FEIJÃO E GRÃO DE
BICO
COMPAL
BRANCO/ ENCARNADO/ FRADE/
MANTEIGA/ PRETO
EMB. 468 G
3.74€/KG
UNID.



APENAS
€ 1.35

PASTA POTS
KNORR
VÁRIAS REFERÊNCIAS
VÁRIAS GRAMAGENS
UNID.



APENAS
€ 0.99

TOMATE
CONCENTRADO
COMPAL
EMB. 140 G
7.07€/KG
UNID.



APENAS
€ 1.09

TEMPERO
MAGGI
AIRFRYER
FAJITAS/ TEX MEX/ CHEESE CRISPY
CHICKEN
EMB. 27 G/ 66 G
40.37€/KG/ 16.52€/KG
UNID.



€ 1.94

MOLHO/
MOSTARDA/
MAIONESE
CALVÉ
TOP DOWN/ FONDUE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
VÁRIAS GRAMAGENS
UNID.



APENAS
€ 1.69

BUGLES 3D/ SNACK
MIX
LAY'S/ MATUTANO
MILHO
EMB. 85 G/ 125 G
19.86€/KG/ 13.52€/KG
UNID.



€ 1.69

BATATA FRITA
RUFFLES
ORIGINAL/ PRESUNTO/ KETCHUP
EMB. 125 G/ 115 G
13.52€/KG/ 14.70€/KG
UNID.



APENAS
€ 3.09

PIPOCAS
WERTHER'S
DOCES/ CARAMELO SALGADO
EMB. 140 G
22.07€/KG
UNID.

Mercearia



APENAS
€2,89

TABLETE DE CHOCOLATE P/ CULINÁRIA
NESTLÉ
44% CACAU
EMB: 200 G
14,45€/KG
UNID



APENAS
€0,99

GOMAS INTERDOCES
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 90 G/ 100 G
11€/KG/ 9,90€/KG
UNID



APENAS
€3,69

DRAGEIAS DE CHOCOLATE
MALTESERS/ M&M'S
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 135 G/ 176 G/ 200 G
27,33€/KG/ 20,97€/KG/ 18,45€/KG
UNID



APENAS
€1,09

BOLACHAS WAFERS
WAFER LAND!
AVELÁ/ CACAU
EMB: 175 G
6,23€/KG
UNID



APENAS
€2,09

BOLO FARCI
MIDI
MORANGO/ CACAU/
AVELÁ/ TRAMISU
EMB: 280 G
7,46€/KG
UNID



APENAS
€2,69

PURÉ DE FRUTA
GOGO SQUEEZ
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 4 X 90 G
7,47€/KG
UNID



APENAS
€1,99

BARRAS DE CEREAIS
FITNESS
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 6 X 23,5 G/ 6 X 22,5 G
14,11€/KG/ 14,74€/KG
UNID



APENAS
€1,99

BARRAS DE CEREAIS
CHOCAPIC/ NESQUIK/ GOLDEN GRAHAMS
EMB: 6 X 25 G
13,27€/KG
UNID



APENAS
€2,49

CEREAIS
CHOCAPIC/ NESQUIK
CHOCOLATE/ MORANGO
EMB: 375 G/ 310 G
6,64€/KG/ 8,03€/KG
UNID



APENAS
€2,95

CEREAIS
TRIX/ KIT KAT/ CHEERIOS/ CINI MINIS/ COOKIE CRISP/ CRUNCH/ GOLDEN GRAHAMS/ LION
VÁRIAS REFERÊNCIAS
VÁRIAS GRAMAGENS
UNID



APENAS
€2,49

MANTEIGA DE AMENDOIM
CALVÉ
CREMOSA/ C/PEDAÇOS
EMB: 350 G
7,11€/KG
UNID



APENAS
€2,49

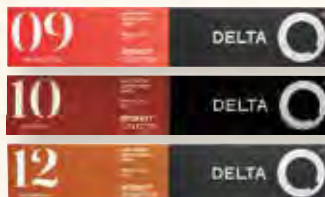
CEVADA SOLÚVEL
DELTA
FRASCO
EMB: 200 G
12,45€/KG
UNID



APENAS
€6,99

BEBIDA DE CAFÉ E CHICÓRIA
RICORÉ
EMB: 260 G
26,88€/KG
UNID

Cada cápsula fica a 0,40€



APENAS
€3,99

CÁPSULAS DE CAFÉ
DELTA Q
VÁRIOS AROMAS
EMB: 10 CÁPSULAS
0,40€/CÁPSULA
UNID

Cada cápsula fica a 0,35€



APENAS
€5,59

CÁPSULAS DE CAFÉ
DOLCE GUSTO
BUONDI ORIGINAL/ INTENSO/
ROBUSTO/
SICAL/ MEIA LEITE/
DESCAFINADO
EMB: 16 CÁPSULAS
0,35€/CÁPSULA
UNID

Cada cápsula fica a 0,35€



APENAS
€13,99

CÁPSULAS DE CAFÉ
L'OR
BARISTA/ ONYX/ RISTRETTO/
COLOMBIA
EMB: 40 CÁPSULAS
0,35€/CÁPSULA
UNID

Bebidas

APENAS
€1,49

ÁGUA S/ GÁS
SERRA ESTRELA
EMB: 6 L
0,25€/L
UNID



APENAS
€2,29

ÁGUA C/ GÁS NATURAL
PEDRAS SABORES
TARA PERDIDA
LIMÃO/ ANANÁS / TANGERINA/ AÇAÍ/
MARACUJÁ/ FRUTOS VERMELHOS
EMB: 6 X 25 CL
2,29€/L
UNID



APENAS
€1,49

SUMO 100%
COMPAL
MAÇA/ MULTIFRUTOS/ MANGA/
PESSEGO
EMB: 1 L
UNID



APENAS
€1,99

NÉCTAR
COMPAL
CLÁSSICO, MARACUJÁ/ ORIGENS,
LARANJA DO ALGARVE
EMB: 1 L
UNID



APENAS
€1,83

ICE TEA
LIPTON
LIMÃO/ PESSEGO/ MANGA
EMB: 1 L
UNID



APENAS
€4,32

REFRIGERANTE C/
GÁS
FANTA/ SPRITE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
+0,60€ VALOR DEPÓSITO
EMB: 6 X 33 CL
2,18€/L
UNID



APENAS
€4,86

REFRIGERANTE C/
GÁS
COCA-COLA
ORIGINAL/ S/ AÇÚCAR/ S/
CAFEÍNA/ LIMA/ BAUNILHA
+0,60€ VALOR DEPÓSITO
EMB: 6 X 33 CL
2,45€/L
UNID



APENAS
€1,27

BEBIDA ISOTÔNICA
POWERADE
ICE STORM/ ORANGE/ BLOOD
ORANGE
+0,10€ VALOR DEPÓSITO
GARRAFA: 50 CL
2,54€/L
UNID

Não esquecer!



APENAS
€0,69

REFRIGERANTE C/
GÁS
SEVEN UP/ PEPSI
MINT ZERO
+0,10€ VALOR DEPÓSITO
EMB: 33 CL
2,09€/L
UNID



APENAS
€0,99

REFRIGERANTE C/
GÁS
SEVEN UP/ PEPSI
MINT / STRAWBERRY ZERO
+0,10€ VALOR DEPÓSITO
EMB: 1 L
UNID

Bebidas



APENAS

€ 16.49

SIDRA C/ÁLCOOL
SOMERSBY
TARA PERDIDA
EMB. 24 X 20 CL
3.44€/L
UNID.

APENAS

€ 0.62

CERVEJA C/ÁLCOOL
SAGRES
+0.10€ VALOR DEPÓSITO
EMB. 33 CL
1.88€/L
UNID.

APENAS

€ 4.59

CERVEJA C/ & S/
ÁLCOOL
HEINEKEN
ORIGINAL
TARA PERDIDA
EMB. 6 X 25 CL
3.06€/L
UNID.

APENAS

€ 7.99

CERVEJA C/ ÁLCOOL
SAGRES
MINI TARA PERDIDA
EMB. 15 X 25 CL
2.13€/L
UNID.

APENAS

€ 14.95

CERVEJA C/ÁLCOOL
SUPER BOCK
MINI TARA PERDIDA
EMB. 30 X 25 CL
1.99€/L
UNID.



APENAS

€ 2.09

VINHO
FAISÃO
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
2.79€/L
UNID.



APENAS

€ 6.79

VINHO
PAPA FIGOS
DOURO, BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
9.05€/L
UNID.



APENAS

€ 5.59

VINHO
CABEÇA DE
TOIRO
RESERVA, DOC TEJO
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
7.45€/L
UNID.



APENAS

€ 3.99

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



APENAS

€ 1.79

VINHO
GALITOS
ALENTEJO
TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
2.39€/L
UNID.



APENAS

€ 2.99

VINHO
ADEGA DE
BORBA
ALENTEJO TINTO
GARRAFA: 75 CL
3.99€/L
UNID.



APENAS

€ 3.49

VINHO
MONSARAZ
TRADIÇÃO, ALENTEJO
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
4.65€/L
UNID.



APENAS

€ 3.99

VINHO
EA
ALENTEJO
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
5.32€/L
UNID.



APENAS

€ 5.59

VINHO
TRINCA BOLOTAS
ALENTEJO
TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
7.45€/L
UNID.



APENAS

€ 3.99

COCKTAIL
CASAL GARCIA
FRUITZY
MELÃO/ MORANGO/ PÊSSEGO/
MARACUJÁ
GARRAFA: 75 CL
5.32€/L
UNID.



APENAS

€ 8.39

MARTINI
ROSSO, PACK
EMB. 10 X 5.5 CL
15.25€/L
UNID.



APENAS

€ 13.99

LICOR
SAFARI
ROSSO, PACK
GARRAFA: 70 CL
19.99€/L
UNID.



APENAS

€ 15.83

GIN
BEEFEATER
GARRAFA: 70 CL
22.61€/L
UNID.

Não esquecer!



LICOR
BEIRÃO
MAS AFINAL,
O QUE É QUE SE BEBE AQUI?

EXOTICAMENTE
TUGA

Oferta Copo

€ 11.99

LICOR
BEIRÃO
C/ PEGA E
PALHINHA
EMB. 70 CL
17.13€/L
UNID.

Seja responsável. Beba com moderação.

Pet Care



APENAS

€ 1.87

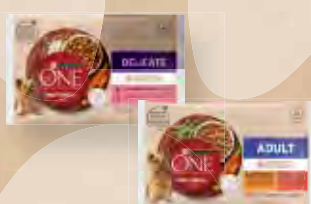
ALIMENTO SECO
P/ GATO
FRISKIES
JÚNIOR/ ATUM & LEGUMES/
COELHO
EMB. 400 G
4.68€/KG
UNID.



APENAS

€ 2.24

ALIMENTO HÚMIDO
P/GATO
WHISKAS
CARNE/ PEIXE/ AVES/ SENIOR
AVES/ TASTY CHEF/ COUNTRY
EMB. 4 X 85 G
6.59€/KG
UNID.



APENAS

€ 2.24

ALIMENTO HÚMIDO P/
CÃO
PURINA ONE MINI
DELICATE/ ADULTO/ ACTIVE/
CONTROLO DE PESO
EMB. 4 X 85 G
6.59€/KG
UNID.



APENAS

€ 2.70

SNACK P/CÃO
PEDIGREE
DENTASTIX RAÇAS MÉDIAS
EMB. 7 UNID
0.39€/UNID
UNID.



APENAS

€ 7.99

ALIMENTO SECO P/
CÃO
PURINA ONE MINI
ADULTO/ ACTIVE/ JÚNIOR FRANGO/
DELICATE/ PELE E PELO
EMB. 1.5 KG
5.33€/KG
UNID.

Tão Tão

DODOT

sensitive

★★★★★

Uma noite até

100% livre de fugas

e cuidado da pele

12 horas

APENAS

€33.99

FRALDA DODOT SENSITIVE T2+

EMB: 174 UNID

0.20€/UNID

UNID

PACK POUPANÇA

DODOT sensitive

2

4-6

EXTRA ABSORÇÃO

DODOT sensitive

40

10-15

EXTRA ABSORÇÃO

DODOT sensitive

50

12-17

APENAS

€29.59

FRALDA DODOT SENSITIVE EXTRA T5+/ T4+

EMB: 88 UNID/ 96 UNID

0.34€/UNID/ 0.31€/UNID

UNID

PANTENE

HIDRATAÇÃO NON-STOP

POTENCIADA PELO CALOR

APENAS

€5.95

CHAMPÔ/CONDICIONADOR PANTENE PRO MIRACLES HIDRATAÇÃO & BRILHO

EMB: 250 ML/ 160 ML

23.80€/L/ 37.19€/L

UNID

APENAS

€7.49

TRATAMENTO CABELO PANTENE HYDRA

EMB: 135 ML

55.48€/L

UNID

APENAS

€4.94

MÁSCARA PANTENE HYDRA

EMB: 300 ML

16.47€/L

UNID

TAMPAX

Confortável o dia todo? estou IN

APENAS

€3.43

TAMPÕES TAMPAX C/ APLICADOR: PEARL COMPAK REGULAR/ SUPER/ PLUS

EMB: 16 UNID

0.21€/UNID

UNID

evax

APENAS

€2.39

PENSOS HIGIENICOS EVAX MAXPLUS/ MAXI

EMB: 30 UNID/ 40 UNID

0.08€/UNID/ 0.06€/UNID

UNID

APENAS

€2.80

PENSOS HIGIENICOS LIBERTY EVAX

VÁRIAS EMBALAGENS

EMB: 12 UNID/ 10 UNID/ 9 UNID

0.23€/UNID/ 0.28€/UNID/ 0.31€/UNID

UNID

Herbal Essences bio-renew

APENAS

€3.99

CHAMPÔ/CONDICIONADOR HERBAL

VÁRIAS REFERÊNCIAS

EMB: 350 ML/ 250 ML

11.40€/L/ 15.96€/L

UNID

APENAS

€5.27

ÓLEO/CONDICIONADOR SPRAY HERBAL CAMOMILA/ ROSA

EMB: 145 ML

36.34€/L

UNID

h&s

100% LIVRE DE CASPA

Nº1 em champôs anticaspa

APENAS

€9.97

CHAMPÔ HEAD SHOULDERS CLASSIC/ 2 EM 1/ CITRUS/ MENTOL

EMB: 800 ML

12.46€/L

UNID

APENAS

€4.94

CHAMPÔ HEAD SHOULDERS CLASSIC/ 2 EM 1/ CITRUS/ MENTOL

EMB: 330 ML

14.97€/L

UNID

Oral-B

100% dentes mais limpos

para prevenir a acumulação de tártaro*

APENAS

€59.99

ESCOVA ELÉTRICA ORAL-B

IO2 PRETA/ VERDE/ ROSA

UNID

APENAS

€4.39

PASTA DENTÍFICA ORAL-B

VÁRIAS REFERÊNCIAS

EMB: 75 ML

58.53€/L

UNID

NOVO

Old Spice

24/7 FRESCURA ÉPICA

APENAS

€3.84

DESODORIZANTE STICK/ SPRAY/ GEL DE BANHO OLD SPICE

VÁRIAS REFERÊNCIAS

EMB: 50 ML/ 150 ML/ 400 ML

76.80€/L/ 25.60€/L/ 9.60€/L

UNID

APENAS

€5.94

GEL BANHO OLD SPICE NIGHTPANTHER/ BEARGLOVE

EMB: 675 ML

8.80€/L

UNID

Gillette Labs

APENAS

€15.99

MÁQUINA DE BARBEAR SILVER GILLETTE

C/ SUPORTE

EMB: 2 X 1 UNID

UNID

APENAS

€12.79

MÁQUINA DE BARBEAR GILLETTE BODY + INTIMATE

CABO + 1 RECARGA + SUPORTE

EMB: 1 UNID

UNID

Venus Gillette Intimate

Diz adeus à irritação e aos pelos encravados*

Desenhado para zonas íntimas

APENAS

€11.19

MÁQUINA DEPILATÓRIA GILLETTE SATIN CARE ZONA ÍNTIMA

C/1 RECARGA

EMB: 1 UNID

UNID

APENAS

€9.74

EXFOLIANTE CORPO/ GEL 2 EM 1 GILLETTE SATIN CARE ZONA ÍNTIMA

EMB: 177 ML/ 190 ML

55.03€/L/ 51.26€/L

UNID

APENAS

€3.99

DETERGENTE MANUAL LOIÇA/ SPRAY FAIRY

MAXI PODER ORIGINAL/ LIMÃO

EMB: 660 ML/ 500 ML

6.05€/L/ 7.98€/L

UNID

APENAS

€2.99

DETERGENTE MANUAL MAXI PODER FAIRY

LIMÃO/ ORIGINAL

EMB: 450 ML

6.64€/L

UNID

APENAS

€12.99

DETERGENTE EM CÁPSULAS MÁQUINA DA LOIÇA FAIRY

PLATINUM PLUS LIMÃO

EMB: 48 DOSES

0.27€/DOSE

UNID

APENAS

€6.99

SPRAY + RECARGA FAIRY

BUNDLE LIMÃO

EMB: 2 X 500 ML

6.99€/L

UNID

APENAS

€3.49

SPRAY RECARGA FAIRY

LIMÃO

EMB: 500 ML

6.98€/L

UNID

Lenor

PERFUME IRRESISTÍVEL! PARA A TUA ROUPA

APENAS

€3.99

PÉROLAS UNSTOPPABLES LENOR

FRESH/ AREL

EMB: 150 G

26.60€/KG

UNID

APENAS

€5.99

AMACIADOR DE ROUPA/ PÉROLAS LENOR

VÁRIAS REFERÊNCIAS

EMB: 87 DOSES/ 195 G

0.07€/DOSE/ 30.72€/KG

UNID

Não esquecer! ✓



APENAS
€ 4.94

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



APENAS
€ 2.69

DESODORIZANTE
ROLL ON/ SPRAY
NARTA
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 50 ML/ 200 ML
53.80€/L/ 13.45€/L
UNID.



APENAS
€ 9.99

DETERGENTE
LÍQUIDO MÁQUINA
ROUPA
PERSIL
UNIVERSAL/ SABÃO AZUL &
BRANCO/ COLOR
EMB: 60 DOSES/ 76 DOSES
0.17€/DOSE/ 0.13€/DOSE
UNID.



APENAS
€ 3.10

LIXÍVIA
NEOBLANC
TRADICIONAL
EMB: 4 L
0.78€/L
UNID.

LIXÍVIA
NEOBLANC
TRADICIONAL
EMB: 4 L
0.78€/L
UNID.



APENAS
€ 2.99

PASTA DENTÍFRICA
TOTAL
COLGATE
ORIGINAL/ BRANQUEADOR/
FRESCURA ATIVA/ CARVÃO
EMB: 75 ML
39.87€/L
UNID.



APENAS
€ 4.19

GEL DE BANHO
NIVEA
CARE/ SMOOTH/ ALOÉ
EMB: 750 ML
5.59€/L
UNID.



APENAS
€ 4.72

LACA P/ CABELO
SUNSILK
NORMAIS/ SECOS/ OLEOSOS
EMB: 300 ML
15.73€/L
UNID.



APENAS
€ 2.49

SPRAY MULTISUPERFÍCIES
CIF
MADEIRA/ ANTI BOLORES
EMB: 435 ML
5.72€/L
UNID.



APENAS
€ 9.99

DETERGENTE PÓ/
LÍQUIDO MÁQUINA
ROUPA
SKIP
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 44/ 52/ 56 DOSES
0.23€/ 0.19€/ 0.18€/DOSE
UNID.



APENAS
€ 1.05

TOALHITAS
NUNEX
SENSITIVE
EMB: 54 UNID
0.02€/UNID
UNID.



APENAS
€ 4.49

SABONETE SÓLIDO
DOVE
ARGAN&OIL/ SHEA BUTTER
EMB: 4 X 90 G
12.47€/KG
UNID.



APENAS
€ 5.17

GEL BARBEAR
NIVEA
SENSITIVE
NORMAL/ COOL
EMB: 200 ML
25.85€/L
UNID.



APENAS
€ 2.09

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



APENAS
€ 2.99

AMACIADOR
CONCENTRADO/
QUANTO
FLORES SILVESTRES/ OURO
EMB: 74 DOSES
0.04€/DOSE
UNID.



APENAS
€ 12.59

CUECA INCONTINÊNCIA
TENA
PLUS L
EMB: 14 UNID
0.90€/UNID
UNID.



APENAS
€ 3.89

DESODORIZANTE
SPRAY
AXE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 150 ML/ 100 G
25.93€/L/ 38.90€/KG
UNID.



APENAS
€ 1.99

DETERGENTE MANUAL
LOIÇA
SUPER POP
LIMÃO/ MAÇA
EMB: 700 ML
2.84€/L
UNID.



APENAS
€ 1.94

ABRASIVO SANITÁRIO
LÍQUIDO
PATO
OCEANO/ FRESCOR
EMB: 750 ML
2.59€/L
UNID.



APENAS
€ 5.99

INTENSIFICADOR DE
PERFUME PÉROLA ELIXIR
COMFORT
BRISA/ FLORES/ PURE/ LILY/ AZUL/
ESSENCIA DE VERÃO
EMB: 460 ML
13.02€/L
UNID.



APENAS
€ 3.89

CHAMPÔ
FRUCTIS
HIDRA CARACOIS/ FORÇA
E BRILHO/ 2EM1
EMB: 400 ML
9.73€/L
UNID.



APENAS
€ 4.99

COLORAÇÃO
PERMANENTE
KOLESTON
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 1 UNID
UNID.



APENAS
€ 6.99

DETERGENTE PASTILHAS
MÁQUINA LOIÇA
FINISH
QUANTUM/ ULTIMATE
EMB: 20 + 10 DOSES/ 27 DOSES
0.35€/DOSE/ 0.26€/DOSE
UNID.



APENAS
€ 4.50

AMBIENTADOR
ELÉTRICO
GLADE
RELAXING ZEN/ SENSUAL
SANDALWOOD & JASMINE/ VANILLA/
PURE CLEAN LINEN
EMB: 1 UNID
UNID.



APENAS
€ 6.89

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

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 23 de Julho a 3 de Agosto de 2026, salvo rutura de stocks ou erro tipográfico. Adereções não incluídas. Responsável pela impressão: Modelo Contínente 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: 385.827.000.006.



Fomos premiados com o **SELO DE EXCELÊNCIA** em Franchising

Abra uma loja Meu Super

Saiba mais em meusuper.pt

* Prémio de reconhecimento das empresas com as melhores práticas de gestão em franchising

**meu
super**

**Selo
22
Excelência
Prémios**