

meu
super

De 19 de Fevereiro a 3 de Março de 2026



€4,19

QUEIJO FLAMENGO
ORIGINAL/ LIGHT
TERRA NOSTRA
FATIAS
EMB: 2 X 200 G
10,48€/KG
UNID.

€0,89

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



APENAS

€4,99

CROCANTES DE
FRANGO RECHEADOS
IGLO
CORDON BLEU/ QUEIJO & FIAMBRE
EMB: 200 G/ 204 G
24,95€/KG/ 24,46€/KG
UNID.

APENAS

€1,39

ARROZ
CIGALA
AGULHA
EMB: 1 KG
UNID.



APENAS

€1,19

ATUM
BOM PETISCO
EM OLEO
EMB: 78 G
15,26€/KG
UNID.



APENAS

€14,49

CERVEJA C/ÁLCOOL
SUPER BOCK
TARA PERDIDA, MINI
EMB: 35 X 20 CL
2,07€/L
UNID.

€0,41
GARRAFA



APENAS

€4,79

GEL DE BANHO
DOVE
HYDRATE / VELVET/ PETAL SOFT/
FRESH CARE/ FRUIT NOURISH/ GENTLE
PAMPER
EMB: 720 ML
6,65€/L
UNID.

APENAS

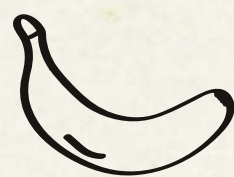
€9,99

DETERGENTE PÓ/
LÍQUIDO MÁQUINA
ROUPA
SKIP
ACTIVE CLEAN/ FRESH/ SENSITIVE/
CORES / BABY / ROUPA ESCURA
EMB: 44 / 52 / 56 DOSES
0,23€/ / 0,19€/ / 0,18€/DOSE
UNID.





Frescos



€5,29 BATATA VERMELHA/
BRANCA
CONTINENTE
EMB: 5 KG
KG



€2,99 MIX FRUTOS SECOS
CONTINENTE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 4X50G/ 5X50G
14,95€/KG/ 11,95€/KG
UNID



€4,59 CHOURIÇO
CORRENTE
PRIMOR
EMB: 800 G
5,74€/KG
UNID



APENAS
€7,99 QUEIJO FLAMENGO
GRESSO
BARRA
KG

100g
fica a
1,50€



€14,99 FIAMBRE DA PERNA
EXTRA/
PEITO DE PERU/
FRANGO
NOBRE/
CAMPOFRIO
KG



€1,69 MINI TOSTAS/ PÃO
HAMBÚRGUER/ HOT
DOG/ PÃO DE
FORMA
BIMBO
NORMAIS/ INTEGRAIS/
REDONDAS/ MAXI BURGER/ C &
S/ CORDA ESPECIAL TORRADAS
VÁRIAS GRAMAGENS
UNID



APENAS
€0,99 NAPOLITANA/ ROLO
PANIDOR
CREME AVELA E CACAU/ ULTRA
CANELA
EMB: 100 G
9,90€/KG
UNID



€2,49 SOPA DE LEGUMES/
AGRIÃO/ CREME DE
CENOURA
COZINHA
CONTINENTE
EMB: 800 G
3,11€/KG
UNID



€5,99 MIOLO DE CAMARÃO/
PREPARADO P/
MARISCADA
CONTINENTE
80/100 SELVAGEM/
S/ GLUTEN PACK POUPANÇA
CONGELADO
EMB: 500 G/ 900 G
11,98€/KG/ 6,66€/KG
UNID



€11,29 POSTA MÉDIA DE
BACALHAU MSC
CONTINENTE
POUPANÇA
DEMOLHADO
ULTRA CONGELADO
EMB: 1,2 KG
9,41€/KG
UNID



Congelados e Laticínios



APENAS
€2,99 BRÓCOLOS/ FAVAS
IGLO
ULTRA CONGELADOS
EMB: 533 G/ 700 G
5,61€/KG/ 4,27€/KG
UNID



APENAS
€3,69 PIZZA
RISTORANTE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 320G/355G/375G/390G
11,53€/ 10,39€/ 9,84€/ 9,46€/KG
UNID



APENAS
€4,99 FILETES DE PESCADA
PANADOS
PESCANOVA
C/ ERVAS AROMÁTICAS/ C/ LIMÃO
EMB: 400 G
12,48€/KG
UNID



€5,19 BARRINHAS DE
OMEGA 3
PESCANOVA
ULTRA CONGELADAS
EMB: 450 G
11,53€/KG
UNID



APENAS
€9,99 HAMBÚRGUERES S/
GLÚTEN
CAPITÃO IGLO
VACA
EMB: 640 G
15,61€/KG
UNID



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



€1,10 LEITE UHT S/
LACTOSE
GRESSO
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB: 1 L
UNID



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



APENAS
€1,99 BEBIDA
ALPRO
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 1 L
UNID



APENAS
€1,49 CREME P/ BARRAR
TULICREME
CHOCOLATE
EMB: 200 G
7,45€/KG
UNID



€0,91 NATA UHT
MIMOSA
LIGHT-37% GORDURA/
CREMOSA
EMB: 200 ML
4,55€/L
UNID



€2,19 MANTEIGA
MIMOSA
C/ & S/ SAL
EMB: 250 G
8,76€/KG
UNID



€2,96 CREME P/ BARRAR
PLANTA
ORIGINAL/ SABOR A MANTEIGA
EMB: 400 G
7,40€/KG
UNID

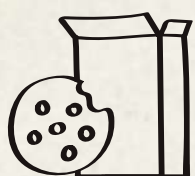


APENAS
€1,99 IOGURTE LÍQUIDO
YOGGI
VÁRIOS AROMAS
EMB: 4 X 160 G
3,11€/KG
UNID



APENAS
€2,09 IOGURTE LÍQUIDO
TRIPLO ZERO
ACTIVA
VÁRIOS AROMAS
EMB: 4 X 155 G
3,37€/KG
UNID

Mercearia



APENAS

€ 1.89

ÓLEO GIRASSOL
FULA
PURO
EMB: 1 L
UNID



APENAS

€ 4.49

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



APENAS

€ 6.49

AZEITE VIRGEM EXTRA
GALLO
CLASSICO/ SUAVE
EMB: 0.75 L
8.65€/L
UNID



APENAS

€ 0.89

ESPARGUETE
MILANEZA
EMB: 500 G
1.78€/KG
UNID



APENAS

€ 1.59

FARINHA DE TRIGO
BRANCA DE NEVE
FINA C/ FERMENTO
P/ BOLOS
EMB: 1 KG
UNID



APENAS

€ 2.25

PURÉ DE BATATA
MOUSLINE
GOURMET / EM FLOCOS
EMB: 195 G/ 250 G
11.54€/KG/ 9€/KG
UNID



APENAS

€ 1.59

CALDOS 8 CUBOS/
SOPAS REGULARES
KNORR
VÁRIOS SABORES
VÁRIAS GRAMAGENS
UNID



€ 1.59

POLPA DE TOMATE
COMPAL
C/ CEBOLA E ALHO/ TRITURADO/
C/ ALGA DA COSTA
EMB: 500 G
3.18€/KG
UNID



€ 1.09

NOODLES BANZAI
CIGALA
CAMARÃO/ GALINHA/ CARNE/
CARIL
EMB: 67 G
16.27€/KG
UNID



APENAS

€ 1.59

BOLACHAS MINI BITES/
BELGAS
SABOROSA
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 150 G/ 198 G/ 220 G
10.60€/KG/ 8.03€/KG/ 7.23€/KG
UNID



APENAS

€ 1.75

BOLACHAS
CHIPS
AHOY!
ORIGINAL
EMB: 128 G
13.67€/KG
UNID



APENAS

€ 3.75

FARINHA N/
LÁCTEA
CERELAC
C/ GLUTEN
EMB: 600 G
6.25€/KG
UNID



APENAS

€ 3.49

CEREAIS
CHOCAPIC
ORIGINAL
EMB: 625 G
5.58€/KG
UNID



APENAS

€ 3.49

ACHOCOLATADO
EM PÓ
NESQUIK
EMB: 390 G
8.95€/KG
UNID



APENAS

€ 2.49

CEVADA SOLÚVEL
DELTA
FRASCO
EMB: 200 G
12.45€/KG
UNID



APENAS

€ 2.99

BEBIDA DE
CEREAL
TOFINA
CEVADA, CHICÓRIA
& CAFÉ
EMB: 200 G
14.95€/KG
UNID

Bebidas



€ 0.60

ÁGUA S/ GÁS
LUSO
EMB: 1.5 L
0.40€/L
UNID



APENAS

€ 0.90

ÁGUA C/GÁS
PEDRAS
SALGADAS
NATURAL PET
EMB: 1 L
UNID



APENAS

€ 4.15

ÁGUA C/ GÁS NATURAL
FRIZE
LIMÃO
EMB: 8 X 25 CL
2.08€/L
UNID



€ 1.09

NÉCTAR
COMPAL
TUTTI FRUTTI/ PÊSSEGO/ MAÇA/
MANGA/ BANANA
EMB: 1 L
UNID



APENAS

€ 1.29

REFRIGERANTE S/ GÁS
B! ICE DRINKS
VÁRIOS SABORES
EMB: 1.5 L
0.86€/L
UNID



APENAS

€ 1.99

ICE TEA
LIPTON
LIMÃO/ PÊSSEGO/ MANGA
EMB: 2 L
1€/L
UNID



APENAS

€ 1.39

BEBIDA ENERGÉTICA
MONSTER
ENERGY GREEN/ ULTRA WHITE/
MANGO LOCO
EMB: 50 CL
2.78€/L
UNID



APENAS

€ 0.99

CERVEJA C/ ÁLCOOL
SUPER BOCK
LATA
EMB: 50 CL
1.98€/L
UNID



€ 0.75 GARRAFA

APENAS

€ 4.49

CERVEJA C/ÁLCOOL
HEINEKEN
ORIGINAL
TARA PERDIDA
EMB: 6 X 25 CL
2.99€/L
UNID



€ 0.53 GARRAFA

APENAS

€ 7.99

CERVEJA C/ ÁLCOOL
SAGRES
TARA PERDIDA, MINI
EMB: 1.5 X 25 CL
2.13€/L
UNID

Bebidas



APENAS
€ 3.99

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



APENAS
€ 1.95

VINHO
TERRAS D'EL REI
ALENTEJO TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
2.60€/L
UNID



APENAS
€ 2.59

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



€ 4.99

MOSCATEL DO
**DOURO
FAVAIOS**
GARRAFA: 75 CL
6.65€/L
UNID



€ 11.99

WHISKY
LABEL 5
PREMIUM BLACK
GARRAFA: 70 CL
17.13€/L
UNID



Higiene e Limpeza do Lar



APENAS
€ 3.22

PASTA DENTÍFRICA
SENSODYNE
BRANQUEADORA/ FLUÓR/ LIMPEZA
& FRESCURA
EMB: 75 ML
42.93€/L
UNID



APENAS
€ 4.19

PENSOS
INCONTINÊNCIA
TENA
EXTRA DISCREET
EMB: 20 UNID
0.21€/UNID
UNID



APENAS
€ 3.97

CHAMPÔ/
CONDICIONADOR
PANTENE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 325 ML/ 275 ML
12.22€/L/ 14.44€/L
UNID



APENAS
€ 4.94

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



APENAS
€ 4.99

COLORAÇÕES
KOLESTON
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 1 UNID
UNID



APENAS
€ 4.37

GEL DE BANHO
NIVEA
CARE/ SMOOTH/ ALOE/
ROSE & ALMOND MILK
EMB: 750 ML
5.83€/L
UNID



APENAS
€ 4.49

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



APENAS
€ 2.99

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



APENAS
€ 19.59

CREME/ SÉRUM
NIVEA
CELLULAR LUMINOUS
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 15 ML/ 30 ML/ 40 ML
1.306€/L/ 653€/L/ 489.75€/L
UNID



APENAS
€ 6.99

CREME DEPILATÓRIO
VEET
DUCHE/ SEDA
PELES NORMAIS/ SENSÍVEIS
EMB: 150 ML/ 200 ML
46.60€/L/ 34.95€/L
UNID



APENAS
€ 2.95

DETERGENTE MANUAL
LOIÇA
FAIRY
ORIGINAL/ LIMÃO
EMB: 615 ML
4.80€/L
UNID



€ 2.79

CREME DE LIMPEZA
CIF
ORIGINAL/ LIXÍVIA/ LIMÃO/ PINK
FLOWERS
EMB: 700 ML
3.99€/L
UNID



APENAS
€ 2.79

LAVA TUDO
SONASOL
MADERA/ FLORAL EUPHORIA/
UNIVERSAL/ EUCALIPTO
EMB: 1.1 L
2.54€/L
UNID



APENAS
€ 2.49

SPRAY MULTISUPERFÍCIES
CILLIT BANG
BOLOR/ LIXÍVIA/ VIDROS
EMB: 500 ML
4.98€/L
UNID

APENAS
€ 5.99

DESENTUPIDOR
MR. MUSCLE
CANOS
EMB: 1 L
UNID



APENAS
€ 9.99

DETERGENTE
CÁPSULAS/ LÍQUIDO
MÁQUINA ROUPA
PERSIL
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 40/ 54/ 60/ 76 DOSES
0.25€/ 0.19€/ 0.17€/ 0.13€/DOSE
UNID



APENAS
€ 5.99

AMACIADOR DE
ROUPA/
+INTENSIFICADOR
COMFORT
FRESH/ SENSATIONS/ AZUL LEVEZA/
PURE/ SUNFRESH
EMB: 45 DOSES/ 4 L
0.13€/DOSE/ 1.50€/L
UNID



APENAS
€ 3.16

PAPEL HIGIÊNICO
RENOVA
COMPACT EXTRA XXL
EMB: 6=15 ROLOS
0.53€/ ROLO
UNID

Pet Care



APENAS
€ 2.24

ALIMENTO HÚMIDO P/
GATO
FELIX
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 4 X 80 G/ 4 X 85 G
7€/KG/ 6.59€/KG
UNID



APENAS
€ 6.62

SNACK P/CÃO
PEDIGREE
DENTASTIX P/RAÇAS PEQUENAS
EMB: 28 UNID
0.24€/UNID
UNID

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

Abra uma loja Meu Super

Saiba mais em meusuper.pt

**Meu
super**

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

22 Selo
Excelência
Prémios

Os 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 19 de Fevereiro a 3 de Março de 2026, 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 horta – 4464-503 Matosinhos. Matriculada na CRC do Porto sob. O nº 502011475/ NIPC: Capital Social: 385 827 000,00€.

