

**Meu
super**

MARCA DA QUINZENA

DE 7 A 18 DE AGOSTO
DE 2025



JOSÉ MARIA
DA FONSECA
• VI •

PERIQUITA
SINCE 1850

Os 5 melhores clientes
das marcas JMF
e Periquita 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

De 7 a 18 de agosto de 2025



€ **5,93**

TÁBUA CLÁSSICA/ DE SABORES
(3 QUEIJOS)
SANTIAGO
EMB. 270 G
21,96€/KG
UND.



€ **13,85**

POLVO LIMPO
NACIONAL
CONTINENTE
ULTRACONGELADO
EMB. 1 KG
UND.

€ **0,85**

LEITE UHT
GRESSO
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB. 1 L
UND.



€ **1,36**

ARROZ
CIGALA
AGULHA
EMB. 1 KG
UND.



IMPERDÍVEL

€ **1,99**

ÓLEO ALIMENTAR
FULA
EMB. 1 L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **4,12**

CERVEJA C/
ÁLCOOL
CORAL
TARA RETORNÁVEL/ACRESCE
AO PREÇO 0,30€ DE VALOR
DE TARA)
EMB. 6 X 33 CL
2,08€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **2,79**

LAVA TUDO
SONASOL
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB. 1 L
2,54€/L
UND.



IMPERDÍVEL

€ **1,99**

DETERGENTE
MANUAL LOIÇA
SUPER POP
LIMÃO/ MAÇA
EMB. 700 ML
2,84€/L
UND.





Frescos



IMPERDÍVEL
€ **1,57**

QUEJO FRESCO P/BARRAR
ORIGINAL/ ALHO E ERVAS/
LIGHT
SANTIAGO
EMB: 150 G
10,47€/KG
UND



€ **6,23**

QUEJO AMANTEIGADO/
MEIO GORDO/
APIMENTADO
PAIVA
UND



€ **6,23**

QUEJO DE VACA/ MEIO
GORDO/ PEQUENO
PIMENTÃO
CASTELOES
EMB: 500 G
12,46€/KG
UND

100g fica a
0,92€



€ **9,20**

QUEJO FLAMENGO
**TERRA
NOSTRA**
BARRA
KG

Laticínios e Congelados



€ **0,87**

LEITE UHT PASTAGEM
TERRA NOSTRA
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB: 1 L
UND



€ **0,89**

NATA UHT
MIMOSA
LIGERA P/CULINARIA/ LIGHT-3,7%
GORDURA/ CREMOSA
EMB: 200 ML
4,45€/L
UND



€ **2,15**

MANTEIGA
MIMOSA
C/ SAL/ S/ SAL
EMB: 250 G
8,60€/KG
UND



€ **2,49**

CREME P/ BARRAR
PLANTA
ORIGINAL/ SABOR A
MANTEIGA
EMB: 400 G
6,23€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **7,84**

HAMBÚRGUERES S/GLÚTEN
CAPITÃO IGLO
FRANGO/ VACA
EMB: 480 G/ 640 G
16,33€/KG/ 12,25€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **2,09**

MOUSSE/ SOBREMESA/
DELÍCIA
A LEITEIRA
VÁRIAS REFERÊNCIAS
VÁRIAS GRAMAGENS
UND



IMPERDÍVEL
€ **2,29**

PUDIM FLAN
A LEITEIRA
EMB: 4 X 100 G
5,73€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **3,29**

GELADO
CORNETTO
CLASSICO/ CHOCOLATE/
MORANGO
EMB: 6 X 90 ML
6,09€/L
UND

Mercearia



IMPERDÍVEL
€ **6,86**

AZEITE VIRGEM EXTRA
GALLO
RESERVA
EMB: 0,75 L
9,15€/L
UND



IMPERDÍVEL
€ **1,56**

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



IMPERDÍVEL
€ **1,59**

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



IMPERDÍVEL
€ **1,27**

ATUM
BOM PETISCO
EM ÓLEO
EMB: 78 G
16,28€/KG
UND



€ **1,99**

POLPA DE TOMATE
GULOSO
EMB: 1 KG
UND



€ **2,39**

BATATA FRITA
PALA-PALA
PALHA
EMB: 365 G
6,55€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **0,75**

FOLHAS DE GELATINA
JERÓNIMOS
5 FOLHAS
EMB: 220 G
8,33€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **1,59**

BOLACHAS BELGAS
SABOROSA
ORIGINAL/ CHOCOLATE
EMB: 220 G/ 198 G
7,23€/KG/ 6,03€/KG
UND

Mercearia



IMPERDÍVEL
€ **2.99**

CEREAIS ESTRELITAS/ NESQUIK
CHOCOLATE
EMB. 550 G/ 625 G
5.44€/KG/ 4.78€/KG
UND

€ **5.88**

FARINHA LÁCTEA CERELAC
C/ GLUTEN/ 40% MENOS AÇÚCAR
EMB. 900 G
6.53€/KG
UND

€ **3.79**

FLOCOS DE CEREAIS NESTUM
MEL/ INTEGRAIS
EMB. 600 G
6.32€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **3.99**

CAFÉ TORRADO DELTA
MODO/ MÁQUINA/ GRÃO
EMB. 250 G
15.96€/KG
UND

IMPERDÍVEL
€ **4.19**

BEBIDA DE CEREAL MOKAMBO
C/ 20% CAFÉ
EMB. 200 G
20.95€/KG
UND



IMPERDÍVEL
€ **6.99**

CAFÉ SOLÚVEL DELTA
FRASCO
EMB. 200 G
34.95€/KG
UND



Cada Cápsula fica a 0,33€



IMPERDÍVEL
€ **3.29**

CÁPSULAS DE CAFÉ BUONDI
VÁRIOS AROMAS
EMB. 10 CÁPSULAS
0.33€/CÁPSULA
UND

Cada Cápsula fica a 0,40€



IMPERDÍVEL
€ **3.99**

CÁPSULAS DE CAFÉ DELTA Q
VÁRIOS AROMAS
EMB. 10 CÁPSULAS
0.40€/CÁPSULA
UND

Cada Cápsula fica a 0,33€



€ **5.29**

CÁPSULAS DE CAFÉ DOLCE GUSTO
BUONDI/ INTENSO/ SICAL/ DESCARTEINADO
EMB. 16 CÁPSULAS
0.33€/CÁPSULA
UND



Bebidas

€ **1.79**

ÁGUA S/GÁS LUSO
EMB. 5.4 L
0.33€/L
UND



€ **1.26**

NÉCTAR COMPAL
CLASSICO
PERA/ ANANÁS/ LARANJA/ FRUTOS VERMELHOS/ ALPERCE
EMB. 1 L
UND



IMPERDÍVEL
€ **5.19**

CONCENTRADO SUNQUICK
LARANJA/ FRUTOS TROPICAIS/ GROSSELHA/ MANGA/ MARACUJÁ MIX
EMB. 70 CL
7.41€/L
UND

IMPERDÍVEL
€ **6.20**

REFRIGERANTE C/ GÁS LARANJADA
EMB. 4 X 1.5 L
1.03€/L
UND



IMPERDÍVEL
€ **5.12**

REFRIGERANTE C/ GÁS BRISA
MARACUJÁ
EMB. 4 X 1 L
2.79€/L
UND



€ **4.49**

REFRIGERANTE C/ GÁS COCA-COLA
LATAS, ORIGINAL
EMB. 6 X 33 CL
2.27€/L
UND



€ **5.99**

BEBIDA ENERGÉTICA MONSTER
GREEN
EMB. 4 X 50 CL
3€/L
UND



IMPERDÍVEL
€ **1.20**

CERVEJA C/ÁLCOOL CORAL
LATA, BRANCA
EMB. 50 CL
2.40€/L
UND

€ **2.09**

VINHO ADEGA GRANDE
RESERVA, TEJO, TINTO
GARRAFA, 75 CL
2.79€/L
UND



IMPERDÍVEL
€ **2.99**

VINHO MONTE DOS AMIGOS
ALENTEJO
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA, 75 CL
3.99€/L
UND



IMPERDÍVEL
€ **2.99**

VINHO PÊRA DOCE
ALENTEJO
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA, 75 CL
3.99€/L
UND



IMPERDÍVEL
€ **3.99**

VINHO MONTE VELHO
ALENTEJO
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA, 75 CL
5.32€/L
UND



Bebidas

IMPERDÍVEL
€ **3.99**

COCKTAIL CASAL GARCIA FRUITZY
VÁRIOS SABORES
GARRAFA 75 CL
5,32€/L
UND.



€ **4.29**

PORTO CONTEMPORAL
TAWNY RUBY WHITE
GARRAFA 75 CL
5,72€/L
UND.



€ **11.69**

LICOR MACIEIRA
GARRAFA 70 CL
16,70€/L
UND.



€ **16.99**

LICOR BEIRÃO
C/ JARRO E COLHER
DE SANGRIA
GARRAFA 70 CL
24,27€/L
UND.



Higiene e Limpeza do Lar



IMPERDÍVEL
€ **3.34**

SABONETE SÓLIDO FENO
OLIVA/ MEL/ AROMA DA NATUREZA
EMB. 4 X 90 G
9,28€/KG
UND.

IMPERDÍVEL
€ **5.99**

RECARGA AMBIENTADORA ACTIVE FRESH AIRWICK
JASMIM/ LAVANDA
UND.



IMPERDÍVEL
€ **3.59**

LIMPA MÓVEIS PRONTO
CLASSIC/ LAVANDA/ LIMÃO/ REVITALIZA
EMB. 250 ML
14,36€/L
UND.



IMPERDÍVEL
€ **4.09**

RESTAURADOR DE MÓVEIS PRONTO
NORMAL/ ESCURO
EMB. 100 ML
40,90€/L
UND.



IMPERDÍVEL
€ **1.99**

SPRAY MULTIUSOS SONASOL
DESINFECTANTE
EMB. 500 ML
3,98€/L
UND.

IMPERDÍVEL
€ **1.49**

ABRASIVO SANITÁRIO GEL NEOBLANC
C/ LIXÍVIA/ DESINCROSTANTE/ BRISA DO MAR/ FLORES
EMB. 700 ML
2,13€/L
UND.



IMPERDÍVEL
€ **2.99**

LIXÍVIA NEOBLANC
TRADICIONAL
EMB. 4 L
0,75€/L
UND.



IMPERDÍVEL
€ **4.49**

LIXÍVIA DELICADA NEOBLANC GENTIL
GENTIL
EMB. 2 L
2,25€/L
UND.



€ **2.49**

DETERGENTE MANUAL ROUPA OMO
PO
EMB. 540 G
4,61€/KG
UND.



€ **5.49**

DETERGENTE LÍQUIDO MÁQUINA ROUPA OMO
EMB. 40 DOSES
+15 GRÁTIS
0,14€/DOSE
UND.



IMPERDÍVEL
€ **6.99**

DETERGENTE LÍQUIDO MÁQUINA ROUPA WOOLITE
CORES/ PROTEÇÃO ESCUROS
EMB. 30 DOSES
0,23€/DOSE
UND.



IMPERDÍVEL
€ **9.99**

DETERGENTE LÍQUIDO MÁQUINA ROUPA XAU
SABÃO NATURAL
EMB. 89 DOSES
0,11€/DOSE
UND.



IMPERDÍVEL
€ **3.99**

AMACIADOR CONCENTRADO QUANTO
FRUTOS VERMELHOS/ OURO/ RUBI/ VIOLETAS/ FLORES SILVESTRES
EMB. 95 DOSES
0,04€/DOSE
UND.



IMPERDÍVEL
€ **3.99**

LIMPA MÁQUINAS XAU
ORIGINAL/ LIMÃO/ LAVANDA/ EXPRESS
EMB. 250 ML
15,96€/L
UND.



IMPERDÍVEL
€ **2.99**

BLOCOS SANITÁRIOS BREF
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB. 2 UND
1,50€/UND
UND.



IMPERDÍVEL
€ **5.88**

PAPEL HIGIÊNICO RENOVA
GRAND ROYAL 4 FOLHAS
EMB. 12 ROLOS
0,49€/ROLO
UND.

meu super

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

PRAZERES
MORADA:
CAMINHO DO LOMBO
DA ROCHA Nº99

CANHAS
MORADA:
ESTRADA DOS SALÕES - SERRADO E
COVA Nº3, EDIFÍCIO FLOR DO SOL R/C
FRACÇÃO A

GAULA
MORADA:
ESTRADA DE 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 D. DINIS
CONJUNTO HABITACIONAL
1125-131 CANIÇO

ESTRELA DA CALHETA
MORADA:
ESTRADA REGIONAL 222
EDIFÍCIO TRÊS ESTRELAS Nº668

BOM SUCESSO
MORADA:
ESTRADA DE 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 ALFERES MANUEL JOAQUIM
LOPES, Nº58

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

Número de apoio ao cliente 214 244 325. Custo da chamada para a rede fixa nacional. 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 7 a 18 de agosto de 2025, salvo rutura de stocks ou erro tipográfico. Adereção não incluída. Responsável pela impressão: Modelo Continente Hipermercados S.A., Rua João Mendonça, nº 505 - Senhora da Hora - 4464-503 Matosinhos. Matrícula na CRC do Porto sob o nº 502011475 / NIPC. Capital Social 3.855.827.000,00 euros.