

**meu
super**

A minha lista de compras...

Tem tudo o que preciso!

De 8 a 19 de Janeiro de 2026



QUEIJO REGULAR/
LIGHT
A VACA QUE RI
8 PORÇÕES
EMB. 125 G
14,32€/KG
UNID.

€ **1,79**



IMPERDÍVEL
TAPAS CHOURIÇO
GRANDDOBLON/
SALAME/ SALSICHÃO
CAMPOFRIO
EMB. 80 G
19,88€/KG
UNID.

€ **1,59**



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

€ **0,87**



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

€ **2,19**



ERVILHAS
IGLO
ULTRACONGELADAS
EMB. 700 G
5,13€/KG
UNID.

€ **3,59**

IMPERDÍVEL
€ **1,99**

ÓLEO ALIMENTAR
FULA
EMB. 1 L
UNID.



IMPERDÍVEL
ATUM EM ÓLEO
PITÉU
EMB. 72 G
12,36€/KG
UNID.

€ **0,89**



IMPERDÍVEL
SALSICHAS
NOBRE
PORCO / AVES
8 UNIDADES
EMB. 200 G
6,95€/KG
UNID.

€ **1,39**

€ **5,36**

REFRIGERANTE
C/ GÁS
BRISA
MACAÍ/ ANANÁS/
MARACUJÁ
EMB. 4 X 1 L
UNID.



IMPERDÍVEL
CERVEJA C/ÁLCOOL
CORAL
TARRA RETORNÁVEL (ACRESCE AO
PREÇO 1,68€)
EMB. 24 X 20 CL
2,50€/L
UNID.

€ **11,99**



IMPERDÍVEL
PASTA DENTÍFICA
TOTAL
COLGATE
ORIGINAL/ BRANQUEADORA/ CARVÃO
EMB. 75 ML
39,87€/L
UNID.

€ **2,99**



IMPERDÍVEL
DETERGENTE MANUAL
P/ LOIÇA
FAIRY
ORIGINAL/ LIMÃO
EMB. 615 ML
4,80€/L
UNID.

€ **2,95**

Não esquecer!
o Meu Super tem
produtos Continente!



Frescos



€ 1,84
QUEIJO CREME / FRESCO
PHILADELPHIA
ORIGINAL/ LIGHT/ S/LACTOSE
EMB. 150 G
12,27€/KG
UNID.

100g
fica a
0,80€



IMPERDÍVEL
€ 7,99
QUEIJO FLAMENGO
MIMOSA
BARRA
KG



€ 3,49
PALMIERS/
BISCOITOS CANELA
EMB. 720 G/ 750 G
4,85€/KG/ 4,65€/KG
UNID.



€ 3,79
PERNAS/ COXAS/
PERNINHAS DE
FRANGO INTEIRAS
CONTINENTE
CONGELADAS
EMB. 1 KG
UNID.

Laticínios e Congelados

€ 0,89

LEITE UHT PASTAGEM
TERRA NOSTRA
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB. 1 L
UNID.



€ 1,15

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



€ 2,96

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



IMPERDÍVEL
€ 2,19

IOGURTE MIX IN
KIT KAT/ NESQUIK/ SMARTIES
REGULAR/ MORANGO
EMB. 2X115G/2X116G/2X128G
9,52€/9,44€/8,55€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 5,19
BARRINHAS DE
PESCADA ÔMEGA 3
PESCANOVA
ULTRACONGELADAS
EMB. 450 G
11,53€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 5,99
HAMBÚRGUERES S/
GLÚTEN
CAPITÃO IGLO
VACA
EMB. 320 G
18,72€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 3,69
PIZZA
RISTORANTE
VARIAS REFERENCIAS
VARIAS GRAMAGENS
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 2,99
GELADO
OLA
ROL/ FEAST / FIZZ LIMÃO/ SUPER
MAXI/ PERNA PAU
EMB. VARIAS GRAMAGENS
8,31€/L/ 7,67€/L/ 7,12€/L
UNID.

Mercearia



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



IMPERDÍVEL
€ 1,69
FARINHA
MAIZENA
EMB. 400 G
4,23€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1,19
POLPA DE TOMATE
COMPAL
EMB. 500 G
2,38€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1,49
MAIONESE/ KETCHUP
CALVÉ
TCH DOWN
EMB. 240 G/ 275 G
6,21€/KG/ 5,42€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1,29
PASTA POTS
KNORR
VARIAS REFERENCIAS
VARIAS GRAMAGENS
UNID.



€ 1,59
BATATA FRITA
RUFFLES
ORIGINAL/ FRESUNTO
EMB. 125 G/ 115 G
12,72€/KG/ 13,83€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 2,19
TABLETE DE CHOCOLATE
EXTRAFINO
LEITE/ C/ AMENDOAS/ C/ AVELAS
EMB. 125 G/ 123 G
17,52€/KG/ 17,80€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1,29
BOLACHAS VITALDAY
CROCANTE
GULLÓN
ORIGINAL/ FRUTA E FIBRA
EMB. 265 G/ 300 G
4,87€/KG/ 4,30€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
€ 1,49
BOLACHA
TRIUNFO
AVEIA ORIGINAL
EMB. 190 G
7,84€/KG
UNID.

Mercearia



IMPERDÍVEL
BOLACHAS/
COOKIES
MILKA
MINI COOKIES/ WAFERS/
COOKIE & CHOCO
EMB: 110 G/ 135 G
17,18€/KG/ 14€/KG
UNID.

IMPERDÍVEL
BOLO FARCI
MIDI
MORANGO/ CACAU/ AVELA
EMB: 280 G
7,46€/KG
UNID.

IMPERDÍVEL
SAQUETAS
DE FRUTA
NESTLÉ
VÁRIOS SABORES
EMB: 90 G
7,22€/KG
UNID.

IMPERDÍVEL
FLOCOS DE
CEREAIS
NESTUM
MEL
EMB: 600 G
5,32€/KG
UNID.

IMPERDÍVEL
FARINHA
LÁCTEA
CERELAC
C/ GLUTEN - 40%
AÇÚCAR
EMB: 900 G
5,54€/KG
UNID.



IMPERDÍVEL
CEREAIS
ESTRELITAS/
NESQUIK
MEL/ CHOCOLATE
EMB: 270 G/ 300 G
5,52€/KG/ 4,97€/KG
UNID.

IMPERDÍVEL
ACHOCOLATADO EM
PÓ
NESQUIK
EMB: 390 G
8,95€/KG
UNID.

IMPERDÍVEL
CAFÉ TORRADO
MOIDO
DELTA
MOAGEM UNIVERSAL
RITUAL/ VIETNAM/ TIMOR/ ANGOLA/
BRASIL
EMB: 220 G
17,68€/KG
UNID.

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

Bebidas

€0,65
ÁGUA S/ GÁS
LUSO
EMB: 1,5 L
0,43€/L
UNID.



IMPERDÍVEL
ÁGUA C/ GÁS NATURAL
FRIZE
TÁRA PERDIDA
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 4 X 25 CL
2,09€/L
UNID.



€1,33
NÉCTAR
UM BONGO
MANGA/ 8 FRUTOS/ BANANA
MORANGO
EMB: 3 X 20 CL
2,22€/L
UNID.



€1,41
NÉCTAR ORIGENS
COMPAL
AMEIXA/ MANGA MADALENA/
GOIABA BRASIL
EMB: 1 L
UNID.



IMPERDÍVEL
€1,80
REFRIGERANTE C/ GÁS
COCA-COLA
ORIGINAL
EMB: 1,5 L
1,20€/L
UNID.



€4,99
REFRIGERANTE C/
GÁS
COCA-COLA
LATAS, ORIGINAL/ S/ AÇÚCAR/ &
S/ CAFEÍNA/ LIMA
EMB: 6 X 33 CL
2,53€/L
UNID.



€1,27
BEBIDA ISOTÓNICA
POWERADE
ICE STORM/ ORANGE/ MANGO /
BLOOD ORANGE
GARRAFA: 50 CL
2,54€/L
UNID.



€2,15
CERVEJA C/
ÁLCOOL
SUPER BOCK
TÁRA PERDIDA
GARRAFA: 1 L
UNID.



IMPERDÍVEL
VINHO
SÓ PIAS
TINTO/ BRANCO
EMB: 5 L
1,40€/L
UNID.



IMPERDÍVEL
VINHO
ARCOS DO CONVENTO
TINTO/ BRANCO
EMB: 5 L
1,50€/L
UNID.



IMPERDÍVEL
€2,65
VINHO
MULA VELHA
LISBOA
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
3,53€/L
UNID.



IMPERDÍVEL
€2,24
VINHO
JP
PENÍNSULA DE SETÚBAL
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
2,99€/L
UNID.



Bebidas

IMPERDÍVEL

€ **3.99**

VINHO
MONTE VELHO
ALENTEJO
TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
5,32€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **13.09**

WHISKY
GRANT'S
GARRAFA: 70 CL
18,70€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **13.99**

GIN
GORDON'S
LONDON DRY
GARRAFA: 70 CL
19,99€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **14.31**

WHISKY
J&B
RARE
GARRAFA: 70 CL
20,44€/L
UNID



Higiene e Limpeza do Lar



IMPERDÍVEL

€ **3.22**

PASTA DENTÍFICA
SENSODYNE
BRANQUEADORA/ FLUOR
EMB: 75 ML
42,93€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **15.99**

FRALDAS ACTIVITY
EXTRA
DODOT
T3+ T4+ T5+
EMB: 60 / 52 / 48 UNID
0,27€/0,31€/0,33€/UNID



IMPERDÍVEL

€ **2.39**

PENSOS HIGIÉNICOS
EVAX
MAXPLUS/ MAXI
EMB: 30 UNID/ 40 UNID
0,08€/UNID/ 0,06€/UNID



IMPERDÍVEL

€ **3.99**

CHAMPÔ
ELVIVE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 400 ML
9,98€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **2.69**

GEL DE BANHO
NATURALS
PALMOLIVE
LEITE / MEL / AMENDOIM / OLIVA
EMB: 500 ML
5,38€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **2.69**

DESODORIZANTE ROLL
ON / SPRAY
REXONA
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 50 ML / 150 ML
53,80€/L / 17,93€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **3.48**

SABONETE SÓLIDO
FENO
AROMA DA NATUREZA / MEL / OLIVA
EMB: 4 X 90 G
9,67€/KG
UNID



IMPERDÍVEL

€ **3.57**

LOÇÃO CORPORAL
NIVEA
NUTRITIVO / HIDRATANTE / SUAVIZANTE
EMB: 250 ML
14,28€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **1.99**

DETERGENTE MANUAL
LOIÇA
SUPER POP
LIMÃO / MACA
EMB: 700 ML
2,84€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **2.69**

TIRA GORDURAS
MISTOLIN
EMB: 545 ML
4,94€/L
UNID

IMPERDÍVEL

€ **1.82**

LIXÍVIA
NEOBLANC
TRADICIONAL
EMB: 2 L
0,91€/L
UNID



IMPERDÍVEL

€ **9.99**

DETERGENTE LÍQUIDO /
CAPSULAS MAQUINA
ROUPA
SURF
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 5,2 DOSES / 84 DOSES
0,19€/DOSE / 0,12€/DOSE
UNID



IMPERDÍVEL

€ **5.99**

AMACIADOR /
+INTENSIFICADOR
COMFORT
AZUL / LEVEZA / SINFRESH / PURE / 2EM1
FRESH / SENSATIONS
EMB: 4 L / 45 DOSES
1,50€/L / 0,13€/DOSE
UNID



IMPERDÍVEL

€ **6.89**

PAPEL HIGIÉNICO
COLHOGAR
PROTECT ROSA
3 FOLHAS
EMB: 12 ROLOS
0,57€/ROLO
UNID



Petcare



IMPERDÍVEL

€ **2.59**

SNACK P/CÃO
PEDIGREE
DENTASTIX RAÇAS MÉDIAS
EMB: 7 UNID
0,37€/UNID



IMPERDÍVEL

€ **0.65**

ALIMENTO HÚMIDO
P/GATO
GOURMET GOLD
GOLDMOUSE PEIXE/
TERRINA / TARTELETTE FRANGO
EMB: 85 G
7,65€/KG
UNID

**meu
super**

CANIÇAL

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

PAZES

MORADA:
CAMINHO DO LOMBO DA ROCHA Nº99

CANHAS

MORADA:
ESTRADA DOS SALÕES - SERRADO E
COWA Nº 3, EDIFÍCIO FLOR DO SOL R/C

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 SARAMAGO S/N

BOM SUCESSO

MORADA:
ESTRADA DA RUA NOVA, Nº15,
9660-001 FUNCHAL

ESTRELA DA CALHETA

MORADA:
ESTRADA REGIONAL 222,
EDIFÍCIO TRÊS ESTRELAS Nº688

PORTO MONIZ II

MORADA:
R. DO LUGAR 31, 9270-186 PORTO MONIZ,
PORTUGAL

CENTROMAR

MORADA:
RUA DA PONTA DA CRUZ,
CENTRO COMERCIAL LOJA 38

MACHICO

MORADA:
EDIFÍCIO PARQUE, RUA MANUEL
PASSOS, MV 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 8 a 19 de Janeiro 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 hora - 4464-503 Matosinhos, Matriculada na GRC do Porto sob. O nr 502011475 / NIPC: Capital Social: 385.827.000,00€.