

Promoções e preços válidos 25 de fevereiro — 3 de março 2025.

É DE TODOS OS QUE GOSTAM DE ENCONTRAR O QUE PROCURAM



**PREÇO
VENCEDOR**

4,99€
3,99€
KG

BIFANAS
DE PORCO
CONTINENTE



Mais de **10%**
Desconto Direto
4,49€
3,99€
KG

PATO INTEIRO
FRESCO



Apenas

12,99€
KG

BACALHAU
GRAUDO DE 1ª
DA NORUEGA
CONTINENTE
SALGADO SECO
INTEIRO



Apenas

2,49€
KG

CLEMENTINA
ORRI



Apenas

6,99€
KG

ROBALO MÉDIO
200-600G
FRESCO



Mais de **20%**
Desconto Direto
12,99€
9,99€
KG

CHOCO
C/TINTA
200-800G
FRESCO



25%
Desconto Direto
4,99€
1,19€
KG

MAÇÃ GOLDEN
EMB.:1KG



Até **40%**
Sobre
PVPR

NA MARCA

CARTE D'OR



**ESPECIAL
CONGELADOS**

Veja mais no interior.



Até **50%**
Sobre
PVPR

NA MARCA



Mais de **55%**
Sobre
PVPR

NA MARCA

Persil



**MARCA
DA
SEMANA**

Persil

50 CARRINHOS
DE 350€ CADA

CONTINENTE



TROQUE OS SEUS SELOS

ÚLTIMOS DIAS PARA TROCAR OS SEUS SELOS PELOS ARTIGOS DA CAMPANHA.



Frigideira Ø 20 cm

20 selos + 4,99€

ou 10 selos + 14,99€

Frigideira Ø 24 cm

25 selos + 6,99€

ou 10 selos + 16,99€

Frigideira Ø 28 cm

30 selos + 8,99€

ou 15 selos + 18,99€



Tampa de vidro Ø 24 cm

15 selos GRÁTIS

ou 5 selos + 6,99€

Tampa de vidro Ø 28 cm

20 selos GRÁTIS

ou 5 selos + 7,99€

Frigideira Wok Ø 28 cm

30 selos + 9,99€

ou 15 selos + 19,99€



RE-GENERATION



QUER SABER QUANTOS SELOS TEM? CONSULTE:



Na App Cartão Continente



No talão de compra



No leitor de cartões



No apoio ao cliente

ESPECIAL CONGELADOS

APROVEITE AS MELHORES OFERTAS DESTA SEMANA

**Leve 3
Pague 2**

NAS PIZZAS DA MARCA
RISTORANTE BEST SELLER



**Leve 3
Pague 2**

NO CROCANTE CORDON BLEU DE
PORCO DA MARCA IGLO (EMB.: 376G)



**Leve 3
Pague 2**

NOS DOURADINHOS DE
SALMÃO DA MARCA CAPITÃO
IGLO (EMB.: 280G)



APERITIVOS

E SALGADOS



25%
Sobre
PVPR

PVPR 3,99€
2,99€
UNID.

MINI CROUTIS
BONDUELLE
ITALIAN VEGGIE/
MEXICAN VEGGIE
EMB.: 240 G
12,46€/KG



3,49€
UNID.

BOLINHAS
DE ALHEIRA E
CHOURIÇO
CONTINENTE
SELEÇÃO
EMB.: 300 G
11,63€/KG



3,29€
UNID.

COXINHAS DE
FRANGO
CONTINENTE
EMB.: 360 G
9,14€/KG



~~4,29€~~
3,39€
UNID.

GYOZAS
MENG FU
FRANGO
EMB.: 300 G
11,30€/KG



1,90€
UNID.

CREPES
CHINESES
CONTINENTE



30%
Sobre
PVPR

NOS SALGADOS DA MARCA TAKE AWAY



Fritadeira sem óleo

Uma excelente forma de cozinhar sem gordura.
Perfeita para preparar alimentos crocantes,
saborosos e com baixo teor de gorduras, em
poucos minutos.



ÍNDICE





MARISCO CONGELADO

20%
Desconto Direto

~~9,99€~~
7,99€ KG

CAMARÃO MÉDIO 60/80 VANNAMEI CONGELADO



25%
Desconto Direto

~~15,99€~~
11,99€ KG

CAMARÃO BLACK TIGER 20/30 CONGELADO



Mais de **10%**
Desconto Direto

~~44,99€~~
39,99€ KG

CAMARÃO TIGRE SELVAGEM GRANDE CONGELADO



Mais de **25%**
Desconto Direto

~~4,49€~~
3,29€ KG

AMÊIJOA VIETNAMITA CASTANHA CONGELADA



Até **25%**
Desconto Direto

NOS PREPARADOS DE MARISCO CONGELADOS DA MARCA CONTINENTE



Mais de **15%**
Desconto Direto

NO CAMARÃO DE VANNAMEI ULTRA CONGELADO DA MARCA CONTINENTE



Até **20%**
Desconto Direto

NO MARISCO DE MADAGÁSCAR ULTRA CONGELADO DA MARCA CONTINENTE SELEÇÃO



Até **20%**
Sobre PVPR

NO MIOLO DE MARISCO ULTRA CONGELADO DA MARCA PESCANOVA



O BOM, SAI BEM.
www.pescanova.pt



PEIXE CONGELADO

BALCÃO ATENDIMENTO

PESCADA MÉDIA DO CHILE
CONGELADA

25%
Desconto Direto

~~11,99€~~
8,99€
KG

PESCADA GRANDE DO CABO
CONGELADA

15%
Desconto Direto

~~8,49€~~
6,99€
KG

MARUCA MÉDIA
CONGELADA

30%
Desconto Direto

~~12,99€~~
8,99€
KG

POTAS
CONGELADAS

25%
Desconto Direto

~~6,99€~~
4,99€
KG

10%
Desconto Direto

~~15,99€~~
13,99€
KG

POSTA GAROUPA
CONTINENTE
CONGELADA



Apenas

13,99€
KG

CORVINA POSTA
CONGELADA



10%
Desconto Direto

~~10,99€~~
9,49€
KG

POSTA DE PERCA
DO NILO
CONGELADA



5,49€
KG

POSTA TINTUREIRA
CONTINENTE
CONGELADA



20%
Desconto Direto

~~12,99€~~
9,99€
UNID.

LULAS LIMPAS
CONTINENTE
ULTRACONGELADAS
EMB.: 1KG



30%
Desconto Direto

~~8,99€~~
6,29€
UNID.

CHOCO LIMPO
CONTINENTE
ULTRACONGELADO
EMB.: 600 G
10,48€/KG



15%
Desconto Direto

~~5,99€~~
4,99€
UNID.

CARAPAU PELIM
CONGELADO
EMB.: 1KG



Apenas

8,99€
UNID.

POSTAS DE PEIXE
ESPADA PRETO
CONGELADAS
EMB.: 700 G
12,84€/KG



15%
Desconto Direto

~~8,99€~~
7,59€
UNID.

LULAS RECHEADAS C/
CAMARAO
CONTINENTE
ULTRACONGELADAS
EMB.: 500 G
15,18€/KG



10%
Desconto Direto

~~7,99€~~
6,99€
UNID.

TENTÁCULOS DE
POTA COZIDOS
CONTINENTE
CONGELADOS
EMB.: 400 G
17,48€/KG



20%
Desconto Direto

~~15,99€~~
11,99€
KG

POLVO 1,5 A 3 KG
CONTINENTE
CONGELADO



10%
Desconto Direto

~~8,99€~~
7,99€
UNID.

LULAS RECHEADAS C/
CARNE
CONTINENTE
ULTRACONGELADAS
EMB.: 500 G
15,98€/KG



10%
Desconto Direto

~~8,66€~~
7,79€
UNID.

TIRAS DE CHOCO
PANADAS
CONTINENTE
CONGELADAS
EMB.: 300 G
25,97€/KG



ÍNDICE





CONGELADOS DE ELEIÇÃO



O BOM, SAI BEM.
www.pescanova.pt

Até **25%**
Sobre PVPR

NO SALMÃO
ULTRACONGELADO DA
MARCA
PESCANOVA



Mais de **15%**
Sobre PVPR

PVPR 8,73€
6,99€
UNID.

FILETES DE
PERCA GIGANTE
PESCANOVA
ULTRACONGELADOS
EMB.: 400 G
17,48€/KG



Mais de **20%**
Sobre PVPR

PVPR 4,20€
3,29€
UNID.

CUBOS DE
PANGASIUS
PESCANOVA
ULTRACONGELADOS
EMB.: 400 G
8,23€/KG



Até **30%**
Sobre PVPR

NO PEIXE NATURAL ULTRACONGELADO DA MARCA IGLO



Descubra
ideias de
receitas
e muito
mais



30%
Sobre PVPR

PVPR 8,59€
5,99€
UNID.

FILETES DE
ROBALO ASC
IGLO
ULTRACONGELADOS
EMB.: 200 G
29,95€/KG

Até **15%**
Desconto
Direto

NOS LOMBOS E MEDALHÕES DE PESCADA ULTRACONGELADOS DA MARCA CONTINENTE



Até **15%**
Desconto
Direto

NAS POSTAS MÉDIAS DO CABO P/ COZER E FRITAR EMBALADAS E ULTRACONGELADAS DA MARCA CONTINENTE



25%
Desconto
Direto

~~8,19€~~
6,89€
UNID.

MEDALHÕES DE
PERCA
CONTINENTE
CONGELADOS
EMB.: 400 G
17,23€/KG



Mais de **10%**
Desconto
Direto

~~4,49€~~
3,89€
UNID.

BIFES DE ATUM
CONTINENTE
SELEÇÃO
ULTRACONGELADO
EMB.: 250 G
15,56€/KG



15%
Desconto
Direto

~~7,99€~~
6,79€
UNID.

MISTURA P/
GUIADO DE
CHOCO
FRIP
CONGELADO
EMB.: 800 G
8,49€/KG



Mais de **25%**
Desconto
Direto

~~6,99€~~
4,99€
UNID.

CALDEIRADA DE
LULA /AMEIJOA
FRIP
CONGELADA
EMB.: 700 G
7,13€/KG



PANADOS DE PEIXE



30%
Sobre PVPR

PVPR 19,99€
13,99€
UNID.

**DOURADINHOS DE PEIXE
OMEGA 3
CAPITÃO IGLO**
EMB.: 1.425 KG
9,82€/KG



30%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE
DOURADINHOS DA
MARCA CAPITÃO IGLO



25%
Sobre PVPR

PVPR 4,99€
3,74€
UNID.

**FILETES
PRIMAVERA
IGLO**
ULTRACONGELADOS
ALHO & ERVAS/
ALECRIM & SAL
MARINHO/LIMÃO/
C/ QUINOA & 4
SEMENTES
EMB.: 225 G/ 250 G
16,62€/KG/ 14,96€/KG



NAS BARRINHAS DA MARCA PESCANOVA

20%
Sobre PVPR



A melhor forma de reduzir
o desperdício alimentar
é congelar os alimentos,
permitindo usar apenas
a quantidade necessária.

20%
Sobre PVPR

PVPR 3,14€
2,49€
UNID.

**CAPRICHOS DO
MAR
PESCANOVA**
S/ GLUTEN
ULTRA CONGELADOS
EMB.: 400 G
6,23€/KG



20%
Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DE
FORMATO FAMILIAR
DE PESCADA
PANADA DA MARCA
PESCANOVA



4,95€
UNID.

**FILETES DE
PESCADA C/OVO
CONTINENTE**
EMB.: 600 G
8,25€/KG



3,50€
UNID.

**CAMARÕES
PANADOS
CONTINENTE**
EMB.: 300 G
11,67€/KG



40%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE HAMBÚRGUERES DA MARCA CAPITÃO IGLO



3,99€
UNID.

**HAMBÚRGUER
INFANTIL
CONTINENTE
EQUILIBRIO
MONSTRINHOS**
BOVINO/ FRANGO
EMB.: 360 G
11,08€/KG



30%
Sobre PVPR

PVPR 4,99€
3,49€
UNID.

**BIG BURGER
TAKE AWAY
FRANGO**
EMB.: 227 G
15,37€/KG



25%
Sobre PVPR

PVPR 4,99€
3,74€
UNID.

**CROCANTES DE
FRANGO
IGLO**
PARMESÃO & ERVAS/
ORIGINAL
EMB.: 180 G
20,78€/KG



25%
Sobre PVPR

PVPR 5,34€
3,99€
UNID.

**CROCANTES DE FRANGO
RECHEADOS
IGLO**
CORDON BLEU
EMB.: 200 G
19,95€/KG



CARNE E PANADOS DE CARNE



50%
Sobre PVPR

NOS NUGGETS E DOURADINHOS DE FRANGO DA MARCA
CAPITÃO IGLO



5,99€
UNID.

**NUGGETS PEITO
FRANGO
CONTINENTE
POUPANÇA**
EMB.: 1KG



20%
Sobre PVPR

PVPR 13,78€
10,99€
UNID.

**NUGGETS
PESCANOVA**
FRANGO PANADO
EMB.: 1KG



ÍNDICE



ÍNDICE



ALTERNATIVAS DE PROTEÍNA VEGETAL, ACOMPANHAMENTOS E VEGETAIS



2,29€
UNID.

COUSCOUS
QUINOA E
VEGETAIS
CONTINENTE
ULTRACONGELADO
EMB.: 300 G
7,63€/KG



25%
Sobre PVPR

NA MARCA GREEN CUISINE

5,99€
UNID.

PANADO DE FRANGO
POWERED BY
PLANTS
CONTINENTE
EMB.: 4 UNID
1,50€/UNID



25%
Sobre PVPR

THE VEGETARIAN BUTCHER

NA MARCA THE VEGETARIAN BUTCHER



20%
Sobre PVPR

PVPR 4,99€
3,99€
UNID.

CREME IGLO
ERVILHAS &
COURGETTE/
CENOURA &
ABOBORA
EMB.: 600 G
6,65€/KG



Até **25%**
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE
ERVILHAS DA MARCA
IGLO

A ultracongelação
preserva intactas todas as
propriedades dos alimentos,
mantendo-os frescos por
mais tempo e sem precisarem
de conservantes.

15%
Sobre PVPR

NAS BATATAS PALITO
DA MARCA MCCAIN

1,99€
UNID.

BATATAS
DUCHESSE
CONTINENTE
EMB.: 650 G
3,06€/KG

25%
Sobre PVPR

NOS SALTEADOS DA
MARCA BONDUELLE

1,55€
UNID.

MISTURAS DE
VEGETAIS
CONTINENTE
EMB.: 400 G
3,88€/KG



COZINHA INTERNACIONAL

Ter alimentos congelados permite experimentar pratos típicos de diferentes países (sushi, tacos, dumplings, lasanhas, curries, etc.) sem precisar ir a um restaurante.



4,99€
UNID.

MASSA AL
TARTUFO
CONTINENTE
EMB.: 500 G
9,98€/KG

25%
Sobre PVPR

PVPR 3,99€
2,99€
UNID.

REFEIÇÕES
PRONTAS
TAKE AWAY
EMB.: 300 G
9,97€/KG



20%
Sobre PVPR

PVPR 4,99€
3,99€
UNID.

TIKKA MASALA/
THAI CHICKEN
TAKE AWAY
EMB.: 400 G
9,98€/KG



Desde

3,25€
UNID.

KEBAB
CONTINENTE
FRANGO/VACA
EMB.: 300 G

PIZZAS E REFEIÇÕES PRONTAS

Mais de **25%**
Sobre PVPR

PVPR 5,89€
4,19€
UNID.

PIZZA TRADIZIONALE
PANCETTA DELICATA
EMB.: 390 G
10,74€/KG



Mais de **25%**
Sobre PVPR

PVPR 6,59€
4,79€
UNID.

PIZZA LA MIA GRANDE
PROSCIUTTO FORMAGGI
EMB.: 400 G
11,98€/KG



EXCLUSIVO

25%
Sobre PVPR

PVPR 5,99€
4,49€
UNID.

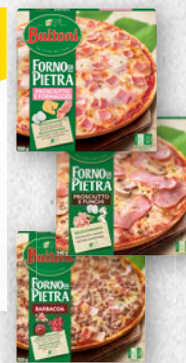
PIZZA BELLA NAPOLI
FIAMBRE
EMB.: 430 G
10,44€/KG



25%
Sobre PVPR

PVPR 4,86€
3,64€
UNID.

PIZZA FORNO D PIETRA
EMB.: 340 G/ 350 G
10,71€/KG/ 10,40€/KG



25%
Sobre PVPR

PVPR 3,99€
2,99€
UNID.

LASANHA BOLONHESA
TAKE AWAY
IGLO
EMB.: 300 G
9,97€/KG



Até **10%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE REFEIÇÕES DA MARCA PROZIS



Desde

2,19€
UNID.

PIZZA CONTINENTE FÁCIL & BOM
VÁRIOS SABORES
EMB.: 350 G/ 355 G/ 330 G



3,69€
UNID.

PIZZA CONTINENTE SELEÇÃO
CAPRICCIOSA/
SALAMINO
EMB.: 400 G/ 375 G
9,23€/KG/ 9,84€/KG



Até **40%**
Sobre PVPR

MAGNUM



Até **40%**
Sobre PVPR

CORNETTO



GELADOS E SOBREMESAS

40%
Sobre PVPR

PVPR 4,99€
2,99€
UNID.

GELADO INFANTIL
OLA
PERNA DE PAU/
SUPER MAXI
EMB.: 6 X 70 ML/
6 X 65 ML
7,12€/L/ 7,67€/L



40%
Sobre PVPR

PVPR 4,99€
2,99€
UNID.

GELADO OLÁ
FIZZ LIMÃO/ FEAST/
ROL/ MORANGO E
CHOCOLATE
EMB.: 360 ML/
4 X 90 ML/
4 X 78 ML
8,31€/L/ 9,58€/L



40%
Sobre PVPR

PVPR 6,65€
3,99€
UNID.

GELADO SANDWICH
FILIPINOS
OLA
EMB.: 520 ML
7,67€/L



25%
Sobre PVPR

PVPR 5,79€
4,29€
UNID.

GELADOS MARS
EMB.: 6 X 40 G/
6 X 45 G
17,88€/KG/
15,89€/KG



35%
Sobre PVPR

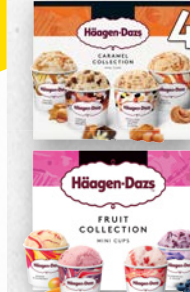
BEN & JERRY'S



25%
Sobre PVPR

PVPR 7,99€
5,99€
UNID.

GELADO HAAGEN-DAZS
MINI CUPS; CARAMEL
COLLECTION/
MINI CUPS; FRUIT
COLLECTION
EMB.: 380 ML
15,76€/L



1,50€
UNID.

CHURROS CONTINENTE
EMB.: 500 G
3€/KG



3,49€
UNID.

GELADOS/ DAIRY FREE
OH MY MOO
VÁRIOS SABORES
EMB.: 500 ML
6,98€/L



ÍNDICE



ÍNDICE



Até **25%** Sobre PVPR

NO BACALHAU ULTRACONGELADO DA MARCA RIBERALVES

BACALHAU **Riberalves®**

PRONTO A SABER BEM

550g LOMBOS

1kg LOMBOS

400g BACALHAU DESFIADO

550g POSTA TRADICIONAL

Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 19,59€
13,99€ UNID.

LOMBOS BACALHAU DE 4 MESES DE CURA MSC RIBERALVES ULTRACONGELADO
EMB.: 550 G
25,44€/KG

Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 19,99€
14,49€ UNID.

POSTA DE LOMBO DE 4 MESES DE CURA MSC RIBERALVES CONGELADOS
EMB.: 750 G
19,32€/KG

25% Sobre PVPR

PVPR 21,52€
15,99€ UNID.

POSTA DE BACALHAU ATLÂNTICO PESCANOVA ULTRACONGELADA
EMB.: 700 G
22,84€/KG

25% Sobre PVPR

PVPR 16,11€
11,99€ UNID.

LOMBO DE BACALHAU PESCANOVA DEMOLHADO ULTRACONGELADO
EMB.: 400 G
29,98€/KG

O BOM, SAI BEM.
www.pescanova.pt

Sabor Típico

ÔMEGA 3

Mais de **10%** Desconto Direto

~~16,49€~~
14,49€ UNID.

LOMBOS DE BACALHAU MSC CONTINENTE SELEÇÃO DEMOLHADO ULTRACONGELADO
EMB.: 600 G
24,15€/KG

Apenas

9,39€ UNID.

POSTA MÉDIA DE BACALHAU MSC CONTINENTE POUPANÇA DEMOLHADO ULTRACONGELADO
EMB.: 1,2 KG
7,83€/KG

Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 13,52€
9,99€ UNID.

BACALHAU DESFIADO PACK POUPANÇA PESCANOVA ULTRACONGELADO
EMB.: 850 G
11,75€/KG

Mais de **20%** Sobre PVPR

PVPR 8,90€
6,99€ UNID.

SUPREMAS BACALHAU PESCANOVA ULTRACONGELADO
EMB.: 400 G
17,46€/KG

Apenas

5,29€ UNID.

BACALHAU DESFIADO MSC CONTINENTE DEMOLHADO ULTRACONGELADO
EMB.: 500 G
10,58€/KG

Apenas

5,49€ UNID.

PALOCO DESFIADO PACK POUPANÇA CONTINENTE CONGELADO
EMB.: 900 G
6,10€/KG

Desde

11,99€ KG

BACALHAU CRESCIDO DE 1ª DA NORUEGA CONTINENTE SELEÇÃO SALGADO SECO INTEIRO

Apenas

10,99€ KG

BACALHAU CRESCIDO 1ª DA NORUEGA CONTINENTE SALGADO SECO INTEIRO

Apenas

4,49€ KG

CARAS DE BACALHAU CONTINENTE SALGADO SECO

Mais de **30%** Desconto Direto

~~2,49€~~
2,29€ UNID.

PALOCO DO PACÍFICO DESFIADO CONTINENTE SALGADO SECO
EMB.: 400 G
5,73€/KG

Mais de **10%** Desconto Direto

~~3,99€~~
3,49€ UNID.

CALDEIRADA BACALHAU CONTINENTE SALGADO SECO
EMB.: 700 G
4,99€/KG

Mais de **10%** Desconto Direto

~~14,99€~~
10,49€ UNID.

POSTAS DE BACALHAU CONTINENTE SALGADO SECO
EMB.: 600 G
17,48€/KG

Apenas

11,99€ KG

BACALHAU CRESCIDO DE 1ª DA NORUEGA ASA BRANCA CONTINENTE SALGADO SECO INTEIRO

Apenas

5,99€ UNID.

BADANAS DE BACALHAU CONTINENTE SALGADO SECO
EMB.: 700 G
8,56€/KG



TODOS OS DIAS O PEIXE MAIS FRESCO DIRETAMENTE DAS LOTAS PORTUGUEASAS PARA AS NOSSAS LOJAS

LOTA de
SESIMBRA

Mais de **10%**
Desconto Direto

~~8,99€~~
7,99€ KG

PEIXE ESPADA
PRETO
FRESCO



25%
Desconto Direto

~~7,99€~~
5,99€ KG

PESCADA MÉDIA
FRESCA



Mais de **20%**
Desconto Direto

~~8,99€~~
6,99€ KG

PARGO MULATO
FRESCO



Mais de **20%**
Desconto Direto

~~8,99€~~
6,99€ KG

DENTÃO
FRESCO



Apenas

2,49€ UNID.

FILETE DE
DOURADA
FRESCO
EMB.: 120 G
20,75€/KG



Apenas

8,99€ KG

SALMÃO INTEIRO
PEQUENO
1-3KG
FRESCO



**PREÇO
VENCEDOR**

~~14,99€~~
9,99€ KG

POSTAS DE
PERCA DO NILO
FRESCAS



Apenas

6,59€ UNID.

FILETE DE
SALMÃO
CONTINENTE
FRESCO
EMB.: 300 G
21,97€/KG



Apenas

4,59€ UNID.

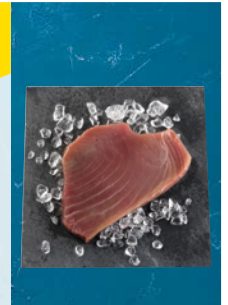
BIFE DE
ESPADARTE
CONTINENTE
EMB.: 200 G
22,95€/KG



Apenas

4,59€ UNID.

BIFE DE ATUM
CONTINENTE
FRESCO
EMB.: 200 G
22,95€/KG



35%
Desconto Direto

~~19,99€~~
12,99€ KG

CAMARÃO
25/35
COZIDO



Mais de **15%**
Desconto Direto

~~7,99€~~
6,49€ UNID.

CAMARÃO
CONTINENTE
30/50
COZIDO
EMB.: 600 G
10,82€/KG



Apenas

12,99€ KG

AMÊJOA
BRANCA GRANDE
FRESCA



Mais de **25%**
Desconto Direto

~~4,99€~~
2,19€ KG

MEXILHÃO
FRESCO



ÍNDICE





FRUTAS E LEGUMES

SABOR E FRESCURA EM CADA BAGO

Apenas

2,99€
UNID.

UVA BRANCA S/ GRAINHA CONTINENTE
EMB.: 500 G
5,98€/KG

Apenas

2,29€
UNID.

UVA ROSADA S/ GRAINHA CONTINENTE
EMB.: 500 G
4,58€/KG

20%
Desconto Direto

~~4,99€~~
3,99€
KG

ABACAXI PREMIUM DE AVIAO INTEIRO

Mais de **10%**
Desconto Direto

~~3,99€~~
3,49€
KG

KIWI

Apenas

3,89€
KG

PAPAIA DE AVIAO INTEIRA

Apenas

3,99€
KG

AMEIXA PRETA/VERMELHA

Apenas

5,99€
UNID.

MIRTILO
EMB.: 500 G
11,98€/KG

Mais de **40%**
Desconto Direto

~~1,09€~~
0,99€
KG

COUVE LOMBARDA INTEIRA

Apenas

1,10€
KG

BATATA VERMELHA CONTINENTE
EMB.: 3 KG

3 KG FICA A **3,29€**

Mais de **10%**
Desconto Direto

~~1,69€~~
1,49€
KG

PEPINO

35%
Desconto Direto

~~1,99€~~
1,29€
UNID.

ALHO FRANCÊS CORTADO CONTINENTE
EMB.: 300 G
4,30€/KG

FRUTAS E LEGUMES

ÍNDICE



15%
Sobre
PVPR

PVPR 1,99€
1,69€
UNID.

ESPINAFRE
FLORETTE
EMB.: 175 G
9,66€/KG



10%
Sobre
PVPR

PVPR 1,09€
0,98€
UNID.

SALADA
MOMENT OLIVA
VITACRESS
EMB.: 75 G
13,07€/KG



CONTINENTE

Mais
de
20%
Sobre
PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA QAMPO



20%
Sobre
PVPR

NA FRUTA DESIDRATADA DA MARCA FRUBIS



ZERO RESÍDUOS DE PESTICIDAS



Apenas

1,29€
KG

ABÓBORA
BUTTERNUT
ZERO RESÍDUOS
DE PESTICIDAS



Apenas

1,69€
KG

MACÃ GALA
ALCOBAÇA
ZERO RESÍDUOS DE
PESTICIDAS



BIOLÓGICOS



Apenas

2,19€
UNID.

ABACATE
BIOLOGICO
CONTINENTE BIO
EMB.: 300 G
7,30€/KG



Apenas

1,59€
UNID.

LIMÃO
BIOLOGICO
CONTINENTE BIO
EMB.: 500 G
3,18€/KG



Mais
de
25%
Desconto
Direto

~~2,99€~~
2,19€
UNID.

AIPO BIOLÓGICO
CONTINENTE BIO
EMB.: 350 G
6,26€/KG



Apenas

1,69€
UNID.

ESPINAFRE
BIOLOGICO
CONTINENTE BIO
EMB.: 300 G
5,63€/KG



Mais
de
15%
Desconto
Direto

~~2,39€~~
1,99€
UNID.

AMÊNDOA C/
PELE
CONTINENTE BIO
EMB.: 150 G
13,27€/KG





TALHO

BOVINO

Apenas

6,99€
UNID.

ENTRECÔTE
DE BOVINO
AMÉRICA DO SUL
CONTINENTE
SELEÇÃO
EMB.: 200 G
34,95€/KG



Apenas

6,99€
UNID.

PICANHA
DE BOVINO
AMÉRICA DO SUL
CONTINENTE
SELEÇÃO
EMB.: 200 G
34,95€/KG



Apenas

19,99€
KG

VAZIA DE BOVINO
AMÉRICA DO SUL
CONTINENTE
(CONGELADA)



Apenas

15,99€
KG

FRALDINHA DE
BOVINO
(EMBALADA)



Apenas

4,99€
UNID.

VAZIA DE BOVINO
AMÉRICA DO SUL
CONTINENTE
SELEÇÃO
EMB.: 200 G
24,95€/KG



Apenas

19,99€
KG

ENTRECÔTE
DE BOVINO
AMÉRICA DO SUL
CONTINENTE
(CONGELADO)



Apenas

17,99€
KG

TOMAHAWK
DE BOVINO
CONGELADO
BLUE SMOKE



TALHO TALHO

GRANDES OPORTUNIDADES

COSTELA/ABA C/OSSO DE VITELÃO CONTINENTE
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)

Apenas **9,99€**
KG

PÁ DE PORCO C/OSSO CONTINENTE

Apenas **4,49€**
KG

COELHO INTEIRO CONTINENTE
(EMBALADO)

Apenas **6,49€**
KG

CARNE DE AVES PICADA LUSIAVES
EMB.: 400 G
7,73€/KG

Mais de **10%**
Sobre PVPR
PVPR 3,49€
3,09€
UNID.

BORREGO

Apenas

10,99€
KG

PERNA DE BORREGO CONGELADA CONTINENTE



PORCO

Apenas

4,99€
KG

COSTELETAS MISTAS DE PORCO CONTINENTE



Apenas

6,29€
KG

ENTRECOSTO DE PORCO CONTINENTE



Apenas

5,29€
KG

LOMBO DE PORCO S/OSSO CONTINENTE



Apenas

5,29€
KG

CACHAÇO DE PORCO P/ASSAR S/OSSO CONTINENTE



Apenas

4,89€
KG

ENTREMEADA DE PORCO CONTINENTE



Apenas

6,99€
KG

LOMBINHOS DE PORCO CONTINENTE



Apenas

8,49€
KG

BOCHECHAS DE PORCO CONTINENTE
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Apenas

4,99€
KG

ROJÕES DE PORCO CONTINENTE
(EMBALADOS)



ÍNDICE





AVES

Apenas

2,29€
KG

FRANGO INTEIRO
CONTINENTE



Apenas

4,49€
KG

FRANGO DO
CAMPO INTEIRO
C/MIÚDOS
CONTINENTE
SELEÇÃO



Apenas

3,49€
KG

FRANGO P/
CHURRASCO
CONTINENTE
(EMBALADO)



Apenas

6,49€
KG

PEITO DE
FRANGO
CONTINENTE
(BALCÃO DE
ATENDIMENTO)



Apenas

2,99€
KG

PERNA DE
FRANGO
CONTINENTE
(BALCÃO DE
ATENDIMENTO)



Apenas

6,59€
KG

COXAS DE
FRANGO
DESSADAS
(BALCÃO DE
ATENDIMENTO)



Apenas

3,99€
UNID.

COXAS DE
FRANGO
CONTINENTE
CONGELADAS
EMB.:1KG



Apenas

7,99€
KG

PEITO DE PERU
CONTINENTE
(BALCÃO DE
ATENDIMENTO)



Apenas

4,49€
KG

PERNA DE PERU
CONTINENTE
(BALCÃO DE
ATENDIMENTO)



Apenas

1,99€
UNID.

MOELAS DE
FRANGO
CONGELADAS
EMB.:1KG



PREPARADOS

Mais de **10%**
Desconto Direto

~~8,99€~~
7,79€ KG

ROLO MISTO
MASSA FOLHADA
EXTRA QUEIJO/
FIAMBRE
CONTINENTE
SELEÇÃO
(BALCÃO DE
ATENDIMENTO)



Mais de **10%**
Desconto Direto

~~12,99€~~
11,69€ KG

ROLO DE CARNE
DE NOVILHO
RECHEADO
C/ QUEIJO E
FIAMBRE
CONTINENTE
SELEÇÃO
(BALCÃO DE
ATENDIMENTO)



Mais de **10%**
Desconto Direto

~~10,99€~~
9,89€ KG

LOMBINHO
DE PORCO
RECHEADO
CONTINENTE
C/ FARINHEIRA E
CASTANHA / C/
QUEIJO CHEDDAR &
LINGUIÇA (BALCÃO
DE ATENDIMENTO)



Mais de **10%**
Desconto Direto

~~8,99€~~
8,09€ KG

ROTI DE PORCO
RECHEADO
CONTINENTE
C/ FARINHEIRA &
ESPARGOS (BALCÃO
DE ATENDIMENTO)



Mais de **10%**
Desconto Direto

~~10,49€~~
9,39€ KG

FOLHADO DE
BOVINO C/
QUEIJO E BACON
CONTINENTE
(BALCÃO DE
ATENDIMENTO)



ÍNDICE



Carne com certificação
Internacional em
Bem-Estar Animal - Welfair®

ABERDEEN ANGUS CONTINENTE

Mais de **10%**
Desconto Direto

~~4,19€~~
3,69€ UNID.

HAMBÚRGUER
DE NOVILHO
ABERDEEN
ANGUS
CONTINENTE
SELEÇÃO
EMB.: 300 G
12,30€/KG



Mais de **10%**
Desconto Direto

~~4,29€~~
3,79€ UNID.

ALMÔNDegas DE
NOVILHO ANGUS
CONTINENTE
SELEÇÃO
EMB.: 300 G
12,63€/KG



Mais de **10%**
Desconto Direto

~~4,99€~~
4,49€ UNID.

CARNE PICADA
DE NOVILHO
ANGUS
CONTINENTE
SELEÇÃO
EMB.: 400 G
11,23€/KG



100% PROTEÍNA VEGETAL
ALTO TEOR A FERRO E FIBRA

19% DE PROTEÍNA VEGETAL POR CADA 100 G

Mais de **10%**
Desconto Direto

NESTA
SELEÇÃO DE
PRODUTOS
VEGAN DA MARCA
CONTINENTE





CHARCUTARIA E QUEIJOS

25%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE QUEIJOS FATIADOS DA MARCA TERRA NOSTRA (EMB.: 200G)



25%
Sobre PVPR

PVPR 2,75€
2,05€ UNID.

QUEIJO FLAMENGO CURADO/ PROTEÍNA TERRA NOSTRA FATIAS EMB.: 180 G 11,39€/KG



25%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE QUEIJOS FATIADOS DA MARCA LIMIANO (EMB.: 2X200G)



Mais de 15%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE QUEIJOS FATIADOS DA MARCA CASTELÕES



Mais de 15%
Sobre PVPR

PVPR 4,89€
3,99€ UNID.

QUEIJO BIPACK MILHAFRE FATIAS EMB.: 2X200 G 9,98€/KG



Mais de 10%
Sobre PVPR

PVPR 4,45€
3,89€ UNID.

QUEIJO FLAMENGO LIGHT CAMPAINHA FATIAS EMB.: 2X200 G 9,73€/KG



PVPR 7,49€
6,99€ UNID.

QUEIJO FLAMENGO GROSSO FATIAS EMB.: 2X350 G 9,99€/KG



15%
Sobre PVPR

PVPR 3,49€
2,95€ UNID.

QUEIJO DE VACA REGULAR/ LIGHT A VACA QUE RI 16 PORÇÕES EMB.: 250 G 11,80€/KG



10%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE QUEIJOS CREME DA MARCA PRÉSIDENT



15%
Sobre PVPR

PVPR 1,99€
1,69€ UNID.

QUEIJO FRESCO COTTAGE MATINAL EMB.: 180 G 9,39€/KG



Apenas

2,89€ UNID.

ALHEIRA TRADICIONAL PRISCA S/ GLUTEN EMB.: 180 G 16,06€/KG



15%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE QUEIJOS DA MARCA KERRYGOLD



10%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA GALBANI



CHARCUTARIA E QUEIJOS

ÍNDICE



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 4,29€
3,79€ UNID.

QUEIJO FLAMENGO TERRA NOSTRA 1/4
EMB.: 350 G
10,83€/KG

Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 10,49€
9,49€ KG

QUEIJO FLAMENGO AGROS BOLA

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 7,29€
5,99€ UNID.

QUEIJO MEIO GORDO/ PIMENTÃO CASTELOES
EMB.: 500 G
11,98€/KG

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 5,99€
4,99€ UNID.

QUEIJO DE CABRA PEQUENO LAGOS

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 13,15€
10,99€ KG

QUEIJO PRATO A QUEJEIRA

Mais de **15%** Desconto Direto

PVPR 22,74€
18,89€ KG

QUEIJO AMANTEIGADO OVELHA SEIA SEIA DO TAVARES

Mais de **30%** Desconto Direto

PVPR 12,49€
8,99€ KG

QUEIJO DE VACA REGULAR/ BARRADO ALAVÃO

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 6,59€
5,59€ UNID.

QUEIJO DE VACA E OVELHA ALVELHE

Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 5,49€
4,89€ UNID.

QUEIJO DA ILHA SAO MIGUEL CUNHA SAO MIGUEL
EMB.: 300 G
16,30€/KG

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 4,19€
3,55€ UNID.

QUEIJO MISTURA SERRAS DE PENELA

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 7,99€
7,39€ UNID.

QUEIJO DE CABRA GUILHERME
EMB.: 230 G
32,13€/KG

Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 8,49€
7,41€ UNID.

QUEIJO SERPA DOP MERENDEIRA GUILHERME

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 4,99€
4,19€ UNID.

TÁBUA QUEIJOS DE VACA C/ ESPECIARIAS PAIVA
EMB.: 3 X 80 G
17,46€/KG

Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 4,59€
3,99€ UNID.

QUEIJO CABRA FRESCO SEGREDOS DE BARRANCOS
EMB.: 2 UNID

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 4,59€
3,69€ UNID.

QUEIJO DE CABRA ATABAFADO SEGREDOS DE BARRANCOS
EMB.: 160 G
23,06€/KG

Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 7,19€
6,45€ UNID.

QUEIJO NISA DOP HERDADE DA MAIA
1/4
EMB.: 225 G
28,67€/KG

BALCÃO DE ATENDIMENTO

Mais de **20%** Desconto Direto

PVPR 19,99€
15,99€ KG

PEITO FRANGO FORNO LENHA CAMPOFRIO

Mais de **15%** Desconto Direto

PVPR 16,79€
13,39€ KG

PAIO YORK SUAVE SABOR NOBRE

Mais de **20%** Desconto Direto

PVPR 19,99€
15,99€ KG

FIAMBRE DA PERNA EXTRA NOBRE

Mais de **20%** Desconto Direto

PVPR 19,99€
15,99€ KG

PEITO PERU FORNO LENHA CAMPOFRIO

ÍNDICE



20%
Sobre PVPR

PVPR 2,75€
2,19€
UNID.

PEITO PERU/
FRANGO
CAMPOFRIO
FATIAS
EMB.: 120 G
16,25€/KG

FORNO DE LENHA

PEITO DE PERU CLASSICAS

110g

Mais de 15%
Sobre PVPR

PVPR 4,09€
3,29€
UNID.

PEITO FRANGO/
PERU FORNO
LENHA
CAMPOFRIO
FATIAS FINAS
EMB.: 200 G
16,45€/KG

FORNO DE LENHA

MAIS POUPANÇA
PEITO DE FRANGO FINAS

200g

FORNO DE LENHA

MAIS POUPANÇA
PEITO DE PERU FINAS

200g

20%
Sobre PVPR

PVPR 3,99€
3,19€
UNID.

FIAMBRE PERNA
EXTRA
NOBRE
FATIAS FINAS
EMB.: 220 G
14,50€/KG

NOBRE

Finíssimos

Fiambre da PERNA EXTRA
FATIAS FINISSIMAS
+POUPANÇA
SEM CONSERVAS
ALTO DE PROTEÍNA
EMBALAGEM FAMILIAR
220g

Apenas

1,49€
UNID.

FIAMBRE PÁ
EXTRA
IZIDORO
FATIAS FINAS
EMB.: 150 G
9,93€/KG

IZIDORO O CHARCUTIEIRO

FIAMBRE DA PÁ EXTRA

150g

Mais de 10%
Sobre PVPR

PVPR 2,29€
1,99€
UNID.

PEITO PERU/
FIAMBRE PERNA
EXTRA
IZIDORO
FATIAS FINAS
EMB.: 120 G
+ 30G
16,58€/KG

IZIDORO O CHARCUTIEIRO

PEITO DE PERU
FATIAS FINAS
GRÁTIS 30g

120g

IZIDORO O CHARCUTIEIRO

FIAMBRE PERNA EXTRA
FATIAS FINAS
GRÁTIS 30g

120g

OFERTA INCLUÍDA NA EMBALAGEM

10%
Sobre PVPR

PVPR 4,09€
3,65€
UNID.

PRESUNTO
SERRANO
NOEL
EMB.: 120 G
30,42€/KG

PRESUNTO SERRANO NOEL

120g

15%
Sobre PVPR

PVPR 4,59€
3,89€
UNID.

TIRAS DE BACON
MARION
EMB.: 2 X 130 G
14,96€/KG

MARION

TIRAS DE BACON FUMADO

2 X 130g

15%
Desconto Direto

Arroz Serrano

CONTINENTE

Castelo Serrano

CONTINENTE

Pernil Fumado

CONTINENTE

Bancho

CONTINENTE

15%
Sobre PVPR

PVPR 9,29€
7,89€
KG

CABEÇA/PERNIL
FUMADO
PRIMOR

CABEÇA/PERNIL FUMADO PRIMOR

7,89€/KG

Mais de 15%
Sobre PVPR

PVPR 10,99€
8,99€
KG

PERNIL FUMADO
FATIADO
STEC

PERNIL FUMADO FATIADO STEC

8,99€/KG

Mais de 10%
Desconto Direto

~~1,79€~~
1,59€
UNID.

ALHEIRA DE
CAÇA
CONTINENTE
EMB.: 200 G
7,95€/KG

Alheira de Caça

CONTINENTE

TRÁS-OS-MONTES

Apenas

~~2,19€~~
1,99€
UNID.

ALHEIRA
SIGNATURE
CONTINENTE
SELEÇÃO
EMB.: 180 G
11,06€/KG

Alheira Signature

CONTINENTE

SELEÇÃO

15%
Sobre PVPR

PVPR 3,19€
2,69€
UNID.

LINGUIÇA
CALABRESA
IPANEMA
EMB.: 280 G
9,61€/KG

LINGUIÇA CALABRESA IPANEMA

280g

Mais de 20%
Sobre PVPR

PVPR 3,79€
2,99€
UNID.

SALSICHA
TOSCANA
IPANEMA
EMB.: 340 G
8,79€/KG

SALSICHA TOSCANA IPANEMA

340g

10%
Desconto Direto

~~2,19€~~
1,95€
UNID.

FARINHEIRA DE
ARGANIL
CONTINENTE
EMB.: 250 G
7,80€/KG

Farinheira de Arganil

CONTINENTE

ARGANIL

10%
Desconto Direto

~~2,19€~~
1,95€
UNID.

MORCELA DE
ARGANIL
CONTINENTE
EMB.: 250 G
7,80€/KG

Morcele de Arganil

CONTINENTE

ARGANIL

10%
Desconto Direto

~~2,99€~~
2,69€
UNID.

CHOURIÇO
MOURO ARGANIL
CONTINENTE
EMB.: 250 G
10,76€/KG

Chouriço Moura

CONTINENTE

ARGANIL

Mais de 10%
Desconto Direto

~~2,59€~~
3,19€
UNID.

CHOURIÇO DE
CARNÉ DE
ARGANIL
CONTINENTE
EMB.: 220 G
14,50€/KG

Chouriço de Carne

CONTINENTE

ARGANIL

A PADARIA DE TODA A GENTE

ÍNDICE



0,39€
UNID.

BOLADE
CENTEIO



Apenas

1,59€
UNID.

PÃO DE CENTEIO
EMB.: 400 G
3,98€/KG



Apenas

2,09€
UNID.

BROA DE MILHO
SERRA DA
ESTRELA
MUSEU DO PÃO
EMB.: 500 G
4,18€/KG



0,99€
UNID.

FOCACCIA
AZEITE E
ALECRIM
EMB.: 120 G
8,25€/KG



Apenas

EXCLUSIVO

2,59€
UNID.

PÃO DE FORMA
BRIOCHE RIO
MAIOR
EMB.: 500 G
5,18€/KG



Apenas

2,29€
UNID.

PÃO MASSA
MAE C/CARVÃO
VEGETAL
EMB.: 400 G
5,73€/KG



Apenas

1,29€
UNID.

PÃO ALENTEJANO
C/MASSA MAE
EMB.: 400 G
3,23€/KG



Apenas

1,69€
UNID.

PÃO RÚSTICO
MASSA MAE
EMB.: 500 G
3,38€/KG



2,59€
UNID.

LANCHE MISTO
PACK POUPANÇA
EMB.: 3 UNID
0,86€/UNID



3,55€
UNID.

CROISSANT
BRIOCHE PACK
POUPANÇA
EMB.: 6 UNID
0,59€/UNID



3,19€
UNID.

PÃO DE DEUS
PACK POUPANÇA
EMB.: 4 UNID
0,80€/UNID



Apenas

1,79€
UNID.

NOSSE
CROISSANT C/
OVOS MOLES



Apenas

1,19€
UNID.

CRONUT
ACUCARADO/
CHOCOLATE



Apenas

3,50€
UNID.

MINI COTTON
CHEESECAKE/
CHOCOLATE
NIJI
EMB.: 115 G
30,43€/KG



Apenas

2,99€
UNID.

BISCOITOS
CANELA/ CACAU
EMB.: 750 G
3,99€/KG



4,59€
UNID.

TORTA DE
CHOCOLATE
EMB.: 400 G
11,48€/KG



4,19€
UNID.

TARTE COCO
EMB.: 400 G
10,48€/KG



Mais
de 15%
Desconto
Direto

9,99€
UNID.

BOLO MORENO
EMB.: 800 G
12,49€/KG



20%
Sobre
PVPR

2,39€
UNID.

TOSTAS
ROSMANINHO/
CLASSICAS
LA MOLE
EMB.: 250G



15%
Sobre
PVPR

NOS MINI BURGUEIS
E HOT DOGS DA
MARCA ROBERTO

Macios
e
Gulosos!



20%
Sobre
PVPR

NOS PÃES S/CÓDEA
DA MARCA BIMBO



Mais
de 10%
Sobre
PVPR

NOS BAGELS DA
MARCA BIMBO



20%
Sobre
PVPR

NOS PÃES ESPECIAL
TORRADAS DA MARCA
PANRICO



1,49€
UNID.

PÃO DE LEITE
DULÇA
EMB.: 6 UNID
0,25€/UNID



ÍNDICE



Cozinha

CONTINENTE

Nem toda a gente quer o mesmo,
mas todos gostam de comer o que é bom



Saiba mais sobre
a nossa cozinha

11,99€
KG

CARNE DE
PORCO À
PORTUGUESA
COZINHA
CONTINENTE

0,99€
UNID.

EMPADA VITELA/
COZIDO/
FRANGO/ PATO
COZINHA
CONTINENTE

7,99€
KG

PERNA FRANGO
ASSADA
COZINHA
CONTINENTE

2,49€
UNID.

CREME DE
CENOURA
COZINHA
CONTINENTE
EMB.: 800 G
3,11€/KG

12,79€
KG

BACALHAU
C/ NATAS
GRATINADO
COZINHA
CONTINENTE

12,79€
KG

BACALHAU À
BRAS
COZINHA
CONTINENTE

3,99€
UNID.

FUSILLI C/
LEGUMES MOLHO
TOMATE E
FRANGO/
NOODLES/
LEGUMES/
CARBONARA
LEGUMES AO
VAPOR
COZINHA
CONTINENTE
EMB.: 320 G/ 325 G
12,47€/KG/ 12,28€/KG

4,99€
UNID.

CANNELLONIS
BOLONHESA
CONTINENTE
EMB.: 1KG

1,35€
UNID.

MASSA FOLHADA
RETANGULAR
CONTINENTE
EMB.: 375 G
3,60€/KG

1,89€
UNID.

TOFU BIOLÓGICO
CONTINENTE BIO
EMB.: 400 G
4,73€/KG

2,79€
UNID.

PIZZA FIAMBRE
DUPLA
MOZZARELLA/
PEPPERONI/
BARBECUE
CONTINENTE
EMB.: 440 G/ 380 G/
430 G
6,34€/KG/ 7,34€/KG/
6,49€/KG

25%
Sobre
PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA VEGALIA



15%
Sobre
PVPR

NOS HUMMUS DA MARCA TARWI



MERCEARIA

ÍNDICE



Até
55%
Sobre
PVPR

NA MARCA OLIVEIRA DA SERRA



20%
Sobre
PVPR

NA MARCA MOURA



2,63€
UNID.

ARROZ EXTRA
LONGO
CAÇAROLA
AGULHA
EMB.: 2 KG
1,32€/KG



20%
Sobre
PVPR

NUMA SELEÇÃO DE
AZEITES DA MARCA
HERDADE ESPORÃO



Mais de
55%
Sobre
PVPR

PVPR 15,89€
6,39€
UNID.

AZEITE VIRGEM
EXTRA
OLIVEIRA DA
SERRA
SELECIONADO
EMB.: 0,75 L
8,52€/L



Leve 2
por **3,50€**

1,99€
UNID.

ARROZ BASMATI
CONTINENTE
EMB.: 1KG



UNID FICA A **1,75€**

Leve 2
por **2,58€**

1,45€
UNID.

ARROZ AGULHA
SELECIONADO
CONTINENTE
EMB.: 1KG



UNID FICA A **1,29€**

Até
65%
Sobre
PVPR

NOS AZEITES, VINAGRES E PIRIPÍRI
DA MARCA GALLO



Mais de
55%
Sobre
PVPR

PVPR 33,69€
13,99€
UNID.

AZEITE SUBTIL
GALLO
EMB.: 2 L
7€/L



20%
Sobre
PVPR

NA MARCA BOM SUCESSO



Mais de
30%
Desconto
Direto

~~8,99€~~
5,99€
UNID.

AZEITE VIRGEM
EXTRA
5 SOLDOS
SUPERIOR
EMB.: 0,75 L
7,99€/L



EXCLUSIVO

30%
Desconto
Direto

~~8,49€~~
5,89€
UNID.

AZEITE VIRGEM
EXTRA
5 SOLDOS
ESSENCIAL
EMB.: 0,75 L
7,85€/L



EXCLUSIVO

3,99€
UNID.

ARROZ BASMATI
ORIENTE
EMB.: 2 KG
2€/KG



Mais de
20%
Sobre
PVPR

PVPR 2,28€
1,78€
UNID.

ARROZ PATO REAL
CAROLINO
MALANDRINHO
EMB.: 1KG



~~7,49€~~
6,99€
UNID.

AZEITE VIRGEM
EXTRA RESERVA
CONTINENTE
SELEÇÃO
EMB.: 750 ML
9,32€/L



EXCLUSIVO

Apenas

5,25€
UNID.

AZEITE VIRGEM
EXTRA
CONTINENTE
EMB.: 0,75 L
7€/L



EXCLUSIVO

15%
Sobre
PVPR

PVPR 1,63€
1,38€
UNID.

ARROZ CIGALA
VAPORIZADO
EMB.: 1KG



Mais de
20%
Sobre
PVPR

PVPR 1,89€
1,49€
UNID.

ARROZ CAROLINO
CIGALA
EXTRA LONGO
EMB.: 1KG



Até
30%
Sobre
PVPR

NA MARCA FULA



30%
Sobre
PVPR

PVPR 2,70€
1,89€
UNID.

ÓLEO GIRASSOL
FULA
PURO
EMB.: 1L

PVPR 2,39€
2,09€
UNID.

ARROZ CIGALA
THAI
EMB.: 1KG



ÍNDICE



30%
Sobre PVPR

PVPR 1,26€
0,88€
UNID.

ESPARGUETE MILANEZA
EMB.: 500 G
+10%
1,76€/KG

MILANEZA
DECE 1933
SPAGHETTI
FRANCIGI
NATURAL 100% TRIGO DURO
550g x 1
+10% GRÁTIS

20%
Sobre PVPR

PVPR 1,99€
1,59€
UNID.

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

BRANCA DE NEVE
FINA
Farinha
para bolos
SELF-RAISING
SEM NECESSIDADE DE EMPREGAR FERMENTO

35%
Sobre PVPR

PVPR 1,99€
1,29€
UNID.

ATUM BOM PETISCO
NATURAL
EMB.: 84 G
15,36€/KG

BOM
PETISCO
Atum em Pó
40 natural

OFERTA INCLuíDA NA EMBALAGEM

Até 40%
Sobre PVPR

NA MARCA MILANEZA

MILANEZA
DECE 1933
PENNONI RIGATI
MACARONETE 88
NATURAL 100% TRIGO DURO
8-10 MIN 500g x 1

MILANEZA
DECE 1933
FUSILLI
FUSIGAL
NATURAL 100% TRIGO DURO
8-10 MIN 500g x 1

MILANEZA
DECE 1933
PENNE RIGATE
MACARONETE RISCADO
NATURAL 100% TRIGO DURO
8-10 MIN 500g x 1

Até 50%
Sobre PVPR

NA MARCA BARILLA

Barilla
PENNE RIGATE N°73
Barilla
SPAGHETTI N°5
Barilla
PESTO Rosso
Barilla
SAPOLETANA

Mais de 30%
Sobre PVPR

PVPR 1,88€
1,26€
UNID.

MASSAS TRICOLOR MILANEZA
ESPIRAIS/ LAÇOS/ SPAGHETTI/ LÍRIOS
EMB.: 500 G
2,52€/KG

MILANEZA
DECE 1933
FUSILLI TRICOLOR
MILANEZA
DECE 1933
FUSILLI TRICOLOR
MILANEZA
DECE 1933
FUSILLI TRICOLOR

20%
Sobre PVPR

NAS MASSAS DA MARCA GAROFALO

Garofalo
COUSCOUS
Garofalo
GNOCCHI DI PATATE
Garofalo
FUSILLI

Leve 2 por 1,38€
0,79€
UNID.

MASSA PENNE CONTINENTE
EMB.: 500 G
1,58€/KG

CONTINENTE
Penne
CONTINENTE
Cotovinhos
CONTINENTE
Cotovinhos

MASSAS COTOVELO/ COTOVELINHOS CONTINENTE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB.: 500 G
1,30€/KG

25%
Sobre PVPR

PVPR 2,99€
2,24€
UNID.

PURÉ DE BATATA MOUSLINE
EM FLOCOS
EMB.: 250 G
8,96€/KG

Mousline
Purê de Batata
Mousline

25%
Sobre PVPR

NO ATUM EM ÓLEO DA MARCA BOM PETISCO
(EMB.:130G E 251G)

BOM
PETISCO
BOM
PETISCO
BOM
PETISCO

25%
Sobre PVPR

NAS FARINHAS DA MARCA FERBAR

Ferbar
TAPIOCA
MASSA PRONTA
Ferbar
FARINHA DE MANDIOCA
FARINHA DE MANDIOCA
Ferbar
POLVILHO DOCE

PVPR 1,59€
1,44€
UNID.

ACÚCAR AMARELO SIDUL
EMB.: PLÁSTICO
EMB.: 1KG

Sidul
ACÚCAR AREADO AMARELO

20%
Sobre PVPR

PVPR 0,99€
0,79€
UNID.

SARDINHAS EM CONSERVA LIDER
ÓLEO/ TOMATE/ TOMATE PICANTE
EMB.: 84 G/ 78 G
9,40€/KG/ 10,13€/KG

Lider
Sardinhas Portuguesas
Lider
Sardinhas Portuguesas
Lider
Sardinhas Portuguesas

Até 25%
Sobre PVPR

NA MARCA CANDEREL GREEN

Canderel
Eritritol & Stevia
Canderel
Eritritol & Stevia
Canderel
Eritritol & Stevia

Mais de 25%
Sobre PVPR

PVPR 9,49€
6,99€
UNID.

ADOÇANTE CANDEREL ERITRITOL C/STEVIA
EMB.: 500 G
13,98€/KG

Canderel
Eritritol & Stevia

25%
Sobre PVPR

NA MARCA PITÉU

pitêu
pota com alho
pitêu
lulas recheadas
pitêu
pota com alho

30%
Sobre PVPR

PVPR 1,49€
1,04€
UNID.

SALSICHAS FRANKFURT NOBRE PORCO 6 UNIDADES EMB.: 120 G 8,67€/KG



Mais de **15%**
Sobre PVPR

PVPR 2,09€
1,74€
UNID.

FEIJÃO/GRÃO COMPAL EMB.: 468 G 3,72€/KG



Até **25%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE POLPAS DE TOMATE DA MARCA GULOSO



Mais de **30%**
Sobre PVPR

NO ATUM EM ÓLEO DA MARCA MINERVA



20%
Sobre PVPR

NA MARCA TENORIO



25%
Sobre PVPR

NAS PASSATAS E MOLHO PIZZA DA MARCA GULOSO



Até **25%**
Sobre PVPR

NAS CONSERVAS VEGETAIS DA MARCA FERBAR



~~1,29€~~
1,14€
UNID.

COGUMELOS CONTINENTE LAMINADOS EMB.: 185 G 6,16€/KG



1,15€
UNID.

KETCHUP NATURAL CONTINENTE EMB.: 560 G 2,05€/KG



40%
Sobre PVPR

PVPR 1,49€
0,89€
UNID.

SALSICHAS FRANKFURT SICASAL 8 UNIDADES EMB.: 200 G 4,45€/KG



50%
Sobre PVPR

NAS SALSICHAS FAMILIARES DA MARCA IZIDORO



Até **35%**
Sobre PVPR

NA MARCA CRISTAL



Mais de **50%**
Sobre PVPR

PVPR 4,09€
1,98€
UNID.

SALSICHAS IZIDORO BOCKWURST/ AVES EMB.: 245 G 8,08€/KG



25%
Sobre PVPR

NAS SALSICHAS CUIDA-T+ DA MARCA NOBRE



35%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE MOLHOS DA MARCA HEINZ (EMB.: 150ML, 220ML E 400ML)



25%
Sobre PVPR

PVPR 3,89€
2,91€
UNID.

VINAGRE BALSÂMICO MONARI EMB.: 500 ML 5,82€/L



35%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO VEGGIE LOVERS DA MARCA IZIDORO



25%
Sobre PVPR

NAS REFEIÇÕES DA MARCA NOBRE



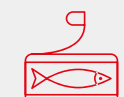
35%
Sobre PVPR

NOS KETCHUPS DA MARCA HEINZ

SÓ PODIA SER **HEINZ**
EST. 1869



ÍNDICE



ÍNDICE



25%
Sobre PVPR

NO TOMATE PEDAÇOS E PELADO DA MARCA GULOSO

25%
Sobre PVPR

NA MARCA TABASCO

PVPR 2,39€
2,09€
UNID.

BATATAS FRITAS RUFFLES SAL EMB.: 248 G 8,43€/KG

25%
Sobre PVPR

NAS ESPECIARIAS DA MARCA MARGÃO

25%
Sobre PVPR

NAS ESPECIARIAS BIO DA MARCA MARGÃO

PVPR 1,59€
1,49€
UNID.

BATATAS FRITAS ONDULADAS RUFFLES KETCHUP EMB.: 150 G 9,93€/KG

25%
Sobre PVPR

NA MARCA KNORR

35%
Sobre PVPR

NAS MAIONESES DA MARCA HEINZ

25%
Sobre PVPR

SNACKS DE BATATAS FORNO LAY'S C/ SAL/ CAMPONESAS EMB.: 150 G/ 130 G 9,93€/KG/ 11,46€/KG

Até 40%
Sobre PVPR

NA MARCA HELLMANN'S

35%
Sobre PVPR

MOLHO FONDUE CALVE ALHO/ WHISKY COCKTAIL EMB.: 250 G 7,76€/KG

PVPR 1,59€
1,29€
UNID.

BATATAS FRITAS LAY'S CAMPONESA EMB.: 150 G 8,60€/KG

25%
Sobre PVPR

NA MARCA PALADIN

35%
Sobre PVPR

NOS MOLHOS P/ FRANCESINHA DA MARCA DOM DUARTE

PVPR 1,59€
1,29€
UNID.

BATATAS FRITAS LAY'S 0% SAL EMB.: 140 G 9,21€/KG

Mais de 25%
Sobre PVPR

LEITE DE COCO JERONIMOS LIGHT EMB.: 400 ML 6,20€/L

30%
Sobre PVPR

NOS LEITES E CREME DE COCO DA MARCA KOALA

30%
Sobre PVPR

BATATAS FRITAS PALA-PALA RODELAS EMB.: 300 G 5,97€/KG

Mais de 20%
Sobre PVPR

BATATAS FRITAS PALA-PALA PALHA EMB.: 365 G 5,45€/KG

26

CONTINENTE

loja, site e app

40%

Sobre PVPR

PVPR 2,69€
1,59€
UNID.BATATAS FRITAS GOURMET LAY'S ORIGINAL
EMB.: 170 G
9,35€/KG

40%

Sobre PVPR

PVPR 1,99€
1,19€
UNID.SNACKS FRITOS LAY'S 3D'S MILHO
EMB.: 85 G
14€/KG

25%

Sobre PVPR

NA MARCA MEXIFOODS



ÍNDICE



20%

Sobre PVPR

PVPR 2,99€
2,39€
UNID.SNACKS DE BATATAS PRINGLES
EMB.: 175 G / 185 G
13,66€/KG / 12,92€/KG

COLECIONA-AS!



EDIÇÃO LIMITADA

FAZ SCAN PARA TERES A OPORTUNIDADE DE

**GANHAR**

UM PRÊMIO DA NINTENDO SWITCH

1,45€
UNID.BATATAS FRITAS CONTINENTE AZEITE
EMB.: 150 G
9,67€/KG0,99€
UNID.SAQUETAS SUPER BREAKFAST CONTINENTE EQUILIBRIO VÁRIOS SABORES
EMB.: 120 G
8,25€/KG

Mais de 30%

Sobre PVPR

PVPR 1,74€
1,19€
UNID.SNACKS TAKIS
EMB.: 90 G
13,22€/KG

Mais de 30%

Sobre PVPR

PVPR 2,99€
1,99€
UNID.PIPOCAS / MICRO-ONDAS POPZ CARAMELO
EMB.: 270 G
7,37€/KG3,20€
UNID.NOODLES INDOMIE CAMARÃO / FRANGO / VEGETAIS
EMB.: 5 X 70 G / 5 X 75 G
9,14€/KG / 8,53€/KG

30%

Sobre PVPR

NOS WRAPS DA MARCA KOALA



PEQUENO-ALMOÇO

Até 25%

Sobre PVPR



NA MARCA FITNESS



25%

Sobre PVPR

NA MARCA CHOCAPIC (EXCETO PACKS PROMOCIONAIS)



25%

Sobre PVPR

PVPR 4,69€
3,49€
UNID.CEREAIS KELLOGG'S CORN FLAKES
EMB.: 500 G
6,98€/KG

30%

Sobre PVPR

NA MARCA GOGO SQUEEZ (EXCETO FRUIT FRIENDZ)



25%

Sobre PVPR



NA MARCA QUAKER



30%

Sobre PVPR

NA MARCA ESTRELITAS



30%

Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE CEREAIS CRIANÇA DA MARCA NESTLE



25%

Sobre PVPR

NOS CEREAIS, BARRAS E GRANOLAS DA MARCA NACIONAL



25%

Sobre PVPR



NA MARCA GO FREE

1,55€
UNID.CORN FLAKES CONTINENTE
EMB.: 500 G
3,10€/KG0,84€
UNID.BOLAS ENERGÉTICAS CONTINENTE EQUILIBRIO VÁRIOS SABORES
EMB.: 2 X 17 G
24,71€/KG / 29,71€/KG24,99€
UNID.MÁQUINA DE CAFÉ GRAZIE CONTINENTE PRETO / AZUL / VERDE / CINZENTO
EMB.: 1 UNID.



loja, site e app

MIX PAPAS DE AVEIA, MAÇÃ E CANELA É DE QUEM QUER COMER BEM SEM CONTAR CALORIAS



~~2,29€~~
1,99€
UNID.
SUPER
BREAKFAST MIX
AVEIA, MAÇÃ E
CANELA
CONTINENTE
EQUILÍBRIO
EMB.: 300 G
6,63€/KG



ACEDA AO 'CAÇA PRODUTOS'
NA APP CARTÃO CONTINENTE
> ACEDA A MENU 'MAIS' > 'CAÇA PRODUTOS'
> SIGA OS PASSOS E ADQUIRA O CUPÃO

ZERO
AÇÚCARES
ADICIONADOS

ADOÇADO
NATURALMENTE
COM FRUTA

ALTO TEOR
EM FIBRA E
SEM GLÚTEN

CONTINENTE
continente

A SUA CAFETARIA

PARA TODOS OS GOSTOS

18,99€
UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ
DOLCE GUSTO
BARISTA/ ARDENZA/
VÁRIOS AROMAS/
NAPOLI
EMB.: 64 CÁPSULAS



CÁPSULA FICA A 0,30€

10,19€
UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ
DOLCE GUSTO
VÁRIOS AROMAS/ VÁRIAS
INTENSIDADES
EMB.: 30 CÁPSULAS



CÁPSULA FICA A 0,34€

Mais de **15%**
Sobre PVPR

PVPR 5,99€
4,99€
UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ
DOLCE GUSTO
BUONDI/ SICAL
EMB.: 16 CÁPSULAS



CÁPSULA FICA A 0,31€

25%
Sobre PVPR

NA MARCA
STARBUCKS



Mais de **20%**
Sobre PVPR

NAS CÁPSULAS DA
MARCA L'OR (EXCETO
PACKS: 40 UNID)



25%
Sobre PVPR

PVPR 3,99€
2,99€
UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ
BUONDI
VÁRIOS AROMAS
EMB.: 10 CÁPSULAS



CÁPSULA FICA A 0,30€

Até **25%**
Sobre PVPR

NA MARCA LAVAZZA



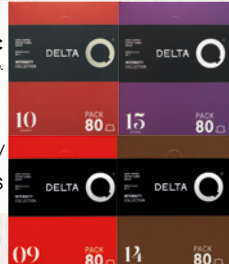
Até **30%**
Sobre PVPR

NAS CÁPSULAS DE ALUMÍNIO
COMPATÍVEIS C/
NESPRESSO DA
MARCA NICOLA



25,99€
UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ
DELTA Q
QUALIDUS/ MYTHIQ/
EPIQ/ QHARACTER
EMB.: 80 CÁPSULAS

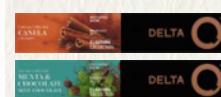


CÁPSULA FICA A 0,32€

25%
Sobre PVPR

PVPR 5,19€
3,89€
UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ
DELTA Q
DOBLE/ CANELA/
MENTA E CHOCOLATE/
FRUTOS SILVESTRES
& ESPUMANTE/
CARAMELO
EMB.: 10 CÁPSULAS



CÁPSULA FICA A 0,39€

35%
Sobre PVPR

NOS CAFÉS
TORRADOS DA MARCA
SICAL



Mais de **30%**
Sobre PVPR

PVPR 4,19€
2,89€
UNID.

CAFÉ TORRADO
DELTA
GRÃO/ MOÍDO/
MOÍDO MÁQUINA
EMB.: 250 G
11,56€/KG



Até **30%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE
CAFÉS DA MARCA
NESCAFÉ



30%
Sobre PVPR

NA MARCA MOKAMBO
(EXCETO PACKS
PROMOCIONAIS)



Até **30%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE
ACHOCOLATADOS
DAS MARCAS NESQUIK
E NESTLÉ



Leve 3
Pague 2

EXCLUSIVO

2,99€
UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ ALUMÍNIO
COMPATÍVEIS C/
NESPRESSO
PAIXÃO
RISTRETTO
EMB.: 10 CÁPSULAS
0,30€/CÁPSULA



VÁLIDO P/ A MESMA
REFERÊNCIA DE PRODUTO

0,65€
UNID.

SAQUETAS DE
FRUTA BIO
CONTINENTE DO
BEBÊ
VÁRIOS SABORES
EMB.: 90 G
7,22€/KG



BEBÊ

Até **30%**
Sobre PVPR

NOS LEITES INFANTIS
(EXCETO PACKS PROMOCIO-
NAIS E LEITES I)



Até **25%**
Sobre PVPR

NA MARCA CERELAC



Até **25%**
Sobre PVPR

NOS FLOCOS DE
CEREAIS ZERO E PRO
DA MARCA NESTLÉ



Até **30%**
Sobre PVPR

NA MARCA BLÉDINA



Até **25%**
Sobre PVPR

NAS SAQUETAS,
COPINHOS DE FRUTA
E REFEIÇÕES P/ BEBÊ
NESTLÉ



Até **30%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE
SNACKS P/ BEBÊ DAS
MARCAS GERBER,
CERELAC, NESTLÉ E
BLÉDINA



ÍNDICE



ÍNDICE



25%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BOLOS DA MARCA BOLLYCAO

25%
Sobre PVPR

NA MARCA DONUTS

Mais de 30%
Sobre PVPR

NAS BOLACHAS DA MARCA BISCOFF LOTUS

30%
Sobre PVPR

PVPR 4,29€
2,99€ UNID.

BOLACHAS RECHEADAS OREO
EMB.: 440 G
6,80€/KG

25%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BOLACHAS DA MARCA OREO

25%
Sobre PVPR

PVPR 3,89€
2,89€ UNID.

BOLACHAS CHOCO WAFER MILKA
LEITE / BRANCO
EMB.: 180 G
16,06€/KG

25%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BOLACHAS DA MARCA MILKA

Mais de 25%
Sobre PVPR

PVPR 2,49€
1,84€ UNID.

BOLACHAS MIKADO
CHOCOLATE NEGRO/
LEITE / BRANCO
EMB.: 75 G
24,53€/KG

45%
Sobre PVPR

PVPR 1,54€
0,84€ UNID.

BOLACHA WAFER BALCONI
AVELA /
CHOCOLATE /
BAUNILHA
EMB.: 175 G
4,80€/KG

45%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BOLOS DA MARCA BALCONI

25%
Sobre PVPR

NAS BOLACHAS DA MARCA NACIONAL

25%
Sobre PVPR

NAS BOLACHAS DA MARCA CEM PORCENTO

25%
Sobre PVPR

NA MARCA VITALDAY

25%
Sobre PVPR

NA MARCA BICENTURY

25%
Sobre PVPR

PVPR 2,79€
2,09€ UNID.

BOLACHAS BELVITA
LEITE E CEREAIS /
CHOCOLATE / MEL
E AVELAS / -30%
ACÚCAR
EMB.: 225 G
9,29€/KG

20%
Sobre PVPR

PVPR 1,99€
1,59€ UNID.

BOLACHA TRIUNFO
AVEIA ORIGINAL /
MANTEIGA
EMB.: 190 G / 168 G
8,37€/KG / 9,46€/KG

25%
Sobre PVPR

PVPR 1,39€
1,04€ UNID.

BOLACHA TUC
ORIGINAL / BACON /
CREAM & ONION /
QUEIJO
EMB.: 100 G
10,40€/KG

25%
Sobre PVPR

PVPR 3,99€
2,99€ UNID.

BOLACHAS CRACKERS GRAN PAVESI
S/SAL / C/SAL NA
SUFÍCIE
EMB.: 560 G
5,34€/KG

25%
Sobre PVPR

NAS BOLACHAS DA MARCA DINOSAURUS

1,89€ UNID.

PACK POUPANÇA

BOLACHAS CREAMS PACK POUPANÇA CONTINENTE
EMB.: 0.44 KG
4,30€/KG

0,95€ UNID.

BOLACHAS ARGOLINHAS CHOCOLATE CONTINENTE
LEITE / NEGRO /
BRANCO
EMB.: 128 G
7,42€/KG

1,09€ UNID.

BOLACHAS C/ PEPITAS CHOCOLATE CONTINENTE
EMB.: 150 G
7,27€/KG

1,59€ UNID.

BOLACHAS ROSCAS CONTINENTE
SIMPLES
EMB.: 400 G
3,98€/KG

Até **30%**
Sobre PVPR

NA MARCA TOBLERONE

25%
Sobre PVPR

NA MARCA M&M'S

25%
Sobre PVPR

NA MARCA VIDAL

20%
Sobre PVPR

PVPR 2,49€
1,99€ UNID.

TABLETE DE CHOCOLATE MILKA
LEITE/ CHIPS AHOY/
AVELAS INTEIRAS/
CHOCOLATE DE LEITE
EMB.: 100 G/ 90 G
19,90€/KG/ 22,11€/KG

Até **25%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE TABLETES DE CHOCOLATE DA MARCA LINDT

Até **25%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE TABLETES DE CHOCOLATE DA MARCA NESTLÉ

25%
Sobre PVPR

PVPR 5,49€
4,09€ UNID.

MINIS SNACKS DE CHOCOLATE
SNICKERS/ MARS/
TWIX
EMB.: 227 G
18,02€/KG

25%
Sobre PVPR

PVPR 7,99€
5,99€ UNID.

NOVO FORMATO

SNACK CHOCOLATE TWIX/ SNICKERS
EMB.: 10 X 50 G
11,98€/KG

25%
Sobre PVPR

NOS SNACKS 3 PACKS DA MARCA NESTLÉ

25%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA KINDER

Mais de **30%**
Sobre PVPR

PVPR 2,99€
1,99€ UNID.

REBUÇADOS S/ AÇÚCAR
HALLS
EUCALIPTO/ SABORES
CITRÍCOS/ MEL
E LIMÃO/ EXTRA
STRONG
EMB.: 4 X 32 G
15,55€/KG

ESPECIAL PÁSCOA

25%
Sobre PVPR

Mais de **30%**
Sobre PVPR

NOS COELHOS GOLD BUNNY DA MARCA LINDT (EMB.: 50G E 100G)

10%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE LEITES CONDENSADOS DA MARCA NESTLÉ

15%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PREPARADOS P/ SOBREMESAS DA MARCA PANTAGRUEL

11,49€ UNID.

OVO DE CHOCOLATE KINDER PRINCESAS DISNEY
EMB.: 150 G
76,60€/KG

Mais de **30%**
Sobre PVPR

NOS FERMENTOS DA MARCA ROYAL

Mais de **30%**
Sobre PVPR

PVPR 2,09€
1,44€ UNID.

GELATINAS EM PÓ 0% ROYAL VÁRIOS SABORES
EMB.: 31 G
46,45€/KG

30%
Sobre PVPR

PVPR 4,29€
2,99€ UNID.

CREME DE CHOCOLATE NUTELLA
EMB.: 350 G
8,54€/KG

2,49€ UNID.

DRAGEIAS DE CHOCOLATE CONTINENTE
EMB.: 250 G
9,96€/KG

~~0,85€~~
0,85€ UNID.

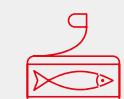
GELATINAS CONTINENTE VÁRIOS SABORES
EMB.: 2 X 67 G
6,34€/KG

2,99€ UNID.

NOVO PRODUTO

CREME P/ BARRAR CONTINENTE SPECULOOS CREMOSO
EMB.: 0.4 KG
7,48€/KG

ÍNDICE





BIO E SAUDÁVEL

20%
Sobre
PVPR

PVPR 4,99€
3,99€
UNID.

ÁGUA DE COCO
ORIGENS BIO
EMB.: 1L



20%
Sobre
PVPR

NA MARCA VIVE SOY



20%
Sobre
PVPR

NA MARCA OATLY



20%
Sobre
PVPR

NAS BEBIDAS
VEGETAIS DA MARCA
RUDE HEALTH



20%
Sobre
PVPR

NUMA SELEÇÃO DE
BEBIDAS E CRÉMES
VEGETAIS DA MARCA
JOYA



25%
Sobre
PVPR

NAS BEBIDAS
VEGETAIS DA MARCA
PLENO



1,29€
UNID.

BEBIDA VEGETAL
CONTINENTE
BARISTA AVEIA
EMB.: 1L



SEM
AÇÚCAR
ADICIONADO



20%
Sobre
PVPR

NA MARCA RUDE
HEALTH



30%
Sobre
PVPR

NA MARCA SALUTEM



25%
Sobre
PVPR

NA MARCA CORNY



25%
Sobre
PVPR

PVPR 3,99€
2,99€
UNID.

GRANOLA
WHY FOODS
EMB.: 300 G
9,97€/KG



20%
Sobre
PVPR

NOS BISCOITOS DA
MARCA SEARA



Apenas

2,99€
UNID.

BISCOITOS/
GLÚTEN CANELA/
LARANJA/
CLÁSSICOS
MUSEU DO PÃO
EMB.: 110 G
27,16€/KG



25%
Sobre
PVPR

NA MARCA FORMA +



12,49€
UNID.

CREATINA
CREAPURE
WAYUP
EMB.: 150 G
83,27€/KG



EXCLUSIVO

15%
Sobre
PVPR

NA MARCA PROZIS



20%
Sobre
PVPR

NUMA SELEÇÃO DE
SUPLEMENTOS DA
MARCA ZUMUB



20%
Sobre
PVPR

PVPR 2,99€
2,39€
UNID.

CONSERVAS
VEGETAIS
BIOLÓGICAS
ORIGENS BIO
GRÃO DE BICO/
FEIJÃO BRANCO
EMB.: 400 G
5,98€/KG



Mais
de **20%**
Sobre
PVPR

PVPR 3,79€
2,99€
UNID.

ARROZ BIO
ORIENTE
BASMATI
EMB.: 1 KG



PVPR 1,79€
1,59€
UNID.

SNACK
SNACK'IN
FOUR YOU
BRÓCOLOS/
CENOURA
EMB.: 40 G
39,75€/KG



2,59€
UNID.

CEREAIS BIO
CONTINENTE
EQUILIBRIO
BOLINHAS CACAU/
ESTRELAS MANGA/
ABOBORA
EMB.: 125 G
20,72€/KG



SEM
AÇÚCAR
ADICIONADO





LEITE MAGRO +PROTEÍNA

UMA NOVIDADE LEVE E CHEIA DE FORÇA

ÍNDICE



1,29€
UNID.

LEITE
ENRIQUECIDO
MAGRO
CONTINENTE
+PROTEÍNA
EMB.: 1L



NOVO
PRODUTO



17G DE PROTEÍNA
POR 250ML

SEM
LACTOSE

FONTE NATURAL
DE CÁLCIO

NOVIDADES DE QUE TODA A GENTE GOSTA



LATICÍNIOS

Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 1,29€
1,14€ UNID.

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

10% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE MANTEIGAS DA MARCA MIMOSA

15% Sobre PVPR

PVPR 2,99€
2,54€ UNID.

CREME P/ BARRAR PLANTA ORIGINAL/ SABORA MANTEIGA EMB.: 400 G 6,35€/KG

PVPR 0,91€
0,85€ UNID.

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

10% Sobre PVPR

PVPR 0,97€
0,87€ UNID.

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

10% Sobre PVPR

PVPR 1,20€
1,08€ UNID.

LEITE UHT SELECIONADO MATINAL SELECIONADO LEVE GARRAFA: 1L

15% Sobre PVPR

PVPR 1,39€
1,18€ UNID.

LEITE PASTAGEM BIOLÓGICO MILHAFFE MEIO GORDO EMB.: 1L

15% Sobre PVPR

PVPR 1,35€
1,14€ UNID.

LEITE UHT S/ LACTOSE PARMALAT MAGRO/ M/G EMB.: 1L

15% Sobre PVPR

PVPR 1,39€
1,18€ UNID.

LEITE S/ LACTOSE EQUILIBRIO MIMOSA AVEIA/ AMÊNDOA/ COCO EMB.: 1L

20% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE LEITES CRESCIMENTO DA MARCA MIMOSA

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 3,44€
2,88€ UNID.

LEITE AGROS C/ CHOCOLATE EMB.: 8 X 200 ML 1,80€/L

Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 2,39€
1,99€ UNID.

LEITE C/ CHOCOLATE S/ LACTOSE MIMOSA BEM ESPECIAL MEIO GORDO EMB.: 4 X 200 ML 2,49€/L

Mais de **35%** Sobre PVPR

NA MARCA GO CHILL

15% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE NATAS DA MARCA MIMOSA

1,89€ UNID.

CREME VEGETAL P/BARRAR COLESTEROL CONTINENTE EMB.: 250 G 7,56€/KG

35% Sobre PVPR

PVPR 6,99€
4,49€ UNID.

CREME P/ BARRAR PRO ACTIV SABOR A MANTEIGA/ ORIGINAL EMB.: 450 G 9,98€/KG

Até **35%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA BECEL

Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 3,49€
2,49€ UNID.

CREME CULINÁRIO VAQUEIRO LÍQUIDA VÁRIOS SABORES EMB.: 500 ML 4,98€/L

50% Sobre PVPR

PVPR 2,99€
1,49€ UNID.

CREME P/ BARRAR TULICREME CHOCOLATE EMB.: 200 G 7,45€/KG

Desde **1,30€** UNID.

IOGURTE LÍQUIDO CONTINENTE VÁRIOS SABORES EMB.: 4 X 160 G 2,03€/KG

Apenas **2,39€** UNID.

IOGURTE AROMA CONTINENTE MULTISABORES EMB.: 16 X 125 G 1,20€/KG

Até **35%** Sobre PVPR

NOS IOGURTES GREGOS DA MARCA YAOS

0,69€ UNID.

SKYR CONTINENTE EQUILÍBRIO VÁRIOS SABORES EMB.: 150 G 4,60€/KG

Até **40%**
Sobre PVPR

NA MARCA YOGGI

Até **30%**
Sobre PVPR

NA MARCA OIKOS

Até **30%**
Sobre PVPR

NA MARCA LINDAHL'S

Até **35%**
Sobre PVPR

NOS IOGURTES LIQUIDOS MAGROS DA MARCA MIMOSA

Mais de **30%**
Sobre PVPR

PVPR 2,74€
1,89€ UNID.

IOGURTE S/LACTOSE MIMOSA MORANGO
EMB.: 4 X 120 G
3,94€/KG

Até **40%**
Sobre PVPR

NOS IOGURTES 000% DA MARCA ACTIVIA

Até **35%**
Sobre PVPR

NOS IOGURTES KEFIR DA MARCA NESTLÉ

Até **20%**
Sobre PVPR

NA MARCA PASTORET

2,49€ UNID.

IOGURTE LIQUIDO CONTINENTE MORANGO E BANANA/MORANGO
EMB.: 8 X 160 G
1,95€/KG

Mais de **10%**
Sobre PVPR

NOS IOGURTES PREMIER LIQUIDOS + CREATINA (EMB.: 500ML)

Até **20%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE IOGURTES DA MARCA PUR NATUR

Até **25%**
Sobre PVPR

NA MARCA DANACOL

25%
Sobre PVPR

NOS KÉFIR BIG POT DA MARCA ACTIVIA

20%
Sobre PVPR

PVPR 2,39€
1,89€ UNID.

KÉFIR ACTIVIA NATURAL
EMB.: 320 G
5,91€/KG

25%
Sobre PVPR

NOS IOGURTES DE CEREJAS DA MARCA ACTIVIA

Mais de **15%**
Sobre PVPR

PVPR 2,99€
2,49€ UNID.

IOGURTE GREGO OIKOS NATURAL
EMB.: 450 G
5,53€/KG

Mais de **30%**
Sobre PVPR

PVPR 4,39€
2,99€ UNID.

IOGURTES ACTIMEL + AMORA-MIRTILO
EMB.: 6 X 100 G
4,98€/KG

Mais de **15%**
Sobre PVPR

PVPR 3,99€
3,29€ UNID.

IOGURTE YO PRO NATURAL
EMB.: 480 G
6,85€/KG

Mais de **25%**
Sobre PVPR

NOS IOGURTES LIQUIDOS DA MARCA YO PRO

Mais de **20%**
Sobre PVPR

PVPR 2,49€
1,89€ UNID.

BEBIDA VEGETAL ALPRO AMÊNDOA/AVEIA
EMB.: 1L

Mais de **20%**
Sobre PVPR

PVPR 2,59€
1,99€ UNID.

BEBIDA VEGETAL ALPRO AMÊNDOA TORRADA S/AÇÚCAR/AVEIA S/AÇÚCAR
EMB.: 1L

20%
Sobre PVPR

PVPR 2,49€
1,99€ UNID.

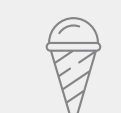
YOFU SOJA ALPRO NATURAL S/AÇÚCAR
EMB.: 400 G
4,98€/KG

Mais de **10%**
Sobre PVPR

PVPR 1,69€
1,44€ UNID.

IOGURTE PROTEICO ALPRO FRUTOS VERMELHOS/EXÓTICO
EMB.: 200 G
7,20€/KG

ÍNDICE





BEBIDAS

10%
Sobre PVPR

NOS REFRIGERANTES C/ GÁS ORIGINAL E ZERO DA MARCA COCA-COLA (EMB.: 2X1.75L)

20%
Sobre PVPR

NO REFRIGERANTE C/ GÁS ORIGINAL DA MARCA PEPSI (EMB.: 1L, 1.75L E 6X33CL)

25%
Sobre PVPR

NOS REFRIGERANTES DA MARCA LIPTON (EMB.: 2L)

10%
Sobre PVPR

NO REFRIGERANTE C/ GÁS DA MARCA COCA-COLA (EMB.: 1L)

Até 10%
Sobre PVPR

NAS LATAS DA MARCA COCA-COLA (EMB.: 6X33CL)

Mais de 30%
Sobre PVPR

PVPR 1,49€
0,99€ UNID.

REFRIGERANTE C/ GÁS FANTA VÁRIOS SABORES

ESTE CARNAVAL, JOGA COM O SABOR QUE QUERES

PODES GANHAR PRÊMIOS FANTA E XBOX

COMPRA FAZ SCAN E PARTICIPA

Até 25%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE REFRIGERANTES DA MARCA SUMOL

Mais de 20%
Sobre PVPR

NOS REFRIGERANTES C/ GÁS LIMA LIMÃO DA MARCA 7UP (EMB.: 1L)

Mais de 25%
Sobre PVPR

PVPR 1,39€
0,99€ UNID.

REFRIGERANTE C/ GÁS SPRITE LIMA LIMÃO ORIGINAL E ZERO

Mais de 20%
Sobre PVPR

PVPR 2,05€
1,59€ UNID.

ÁGUA TÓNICA SCHWEPPES VÁRIOS SABORES/ ZERO/ LIMÃO/ PINK ZERO

Mais de 10%
Sobre PVPR

PVPR 6,96€
5,99€ UNID.

BEBIDA ENERGÉTICA MONSTER GREEN/MANGO LOCO/ULTRA WHITE

Mais de 30%
Sobre PVPR

PVPR 1,95€
1,32€ UNID.

REFRIGERANTE S/ GÁS SANTAL VÁRIOS SABORES

Desde

1,04€ UNID.

ICED TEA/ ZERO CONTINENTE VÁRIOS SABORES

EXCLUSIVO

0,95€ UNID.

BEBIDA ENERGÉTICA GUAPA COCO E ANANÁS/ MANGA

Mais de 15%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE SUMOS 100% FRUTA DA MARCA COMPAL (EMB.: 1L E 3X200ML)

20%
Sobre PVPR

PVPR 2,89€
2,29€ UNID.

NÉCTAR COMPAL TUTTI FRUTTI/ PÊSSEGO

15%
Sobre PVPR

NO NÉCTAR DA MARCA UM BONGO (EMB.: 3X200ML)

Até 25%
Sobre PVPR

NA MARCA COMPAL FRESCO

Até 20%
Sobre PVPR

NOS SUMOS DA MARCA ANDROS (EMB.: 1L)

Desde

1,49€ UNID.

NÉCTAR INFANTIL 80% SUMO + 20% ÁGUA CONTINENTE EQUILÍBRIO VÁRIOS SABORES

1,89€ UNID.

SUMOS REFRIGERADOS CONTINENTE EQUILÍBRIO UVA/MORANGO/ BANANA / MAÇA/ PARAGUÁ/ MARACUJÁ

50%
Sobre PVPR

PVPR 27,99€
13,99€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL SUPER BOCK TARA PERDIDA EMB.: 35 X 20 CL 2€/L

GARRAFA FICA A 0,40€

Mais de **50%**
Sobre PVPR

PVPR 20,99€
9,69€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL SAGRES MINI TARA PERDIDA EMB.: 20 X 25 CL 1,94€/L

GARRAFA FICA A 0,48€

Até **25%**
Sobre PVPR

NA MARCA SOMERSBY

Mais de **20%**
Sobre PVPR

PVPR 8,99€
6,99€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL SUPER BOCK TARA PERDIDA EMB.: 15 X 20 CL 2,33€/L

35%
Sobre PVPR

PVPR 0,99€
0,64€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL SUPER BOCK LATA EMB.: 33 CL 1,94€/L

25%
Sobre PVPR

PVPR 0,99€
0,74€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL SUPER BOCK STOUT LATA EMB.: 33 CL 2,24€/L

Mais de **25%**
Sobre PVPR

PVPR 4,19€
2,99€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL SUPER BOCK ABADIA TARA PERDIDA EMB.: 6 X 20 CL 2,49€/L

Mais de **50%**
Sobre PVPR

PVPR 28,99€
13,85€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL SAGRES TARA PERDIDA EMB.: 30 X 25 CL 1,85€/L

GARRAFA FICA A 0,47€

25%
Sobre PVPR

PVPR 4,99€
3,74€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL SAGRES TARA PERDIDA EMB.: 6 X 25 CL 2,49€/L

GARRAFA FICA A 0,62€

Mais de **25%**
Sobre PVPR

PVPR 2,49€
1,79€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL SAGRES BRANCA TARA PERDIDA EMB.: 1L

Mais de **20%**
Sobre PVPR

PVPR 2,89€
2,19€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL HOEGAARDEN TARA PERDIDA EMB.: 33 CL 6,64€/L

25%
Sobre PVPR

PVPR 19,99€
14,99€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL HEINEKEN ORIGINAL GARRAFA: 24 X 25 CL 2,50€/L

GARRAFA FICA A 0,67€

25%
Sobre PVPR

PVPR 1,32€
0,99€
UNID.

CERVEJA C/ ALCOÓL HEINEKEN LATA ORIGINAL/ SILVER/ 0,0% EMB.: 33 CL 3€/L

1,09€
UNID.

ÁGUA S/GÁS ALCALINA CONTINENTE EMB.: 6 L 0,18€/L

2,69€
UNID.

ÁGUA C/ GÁS SABORES CONTINENTE VÁRIOS SABORES EMB.: 6 X 0,25 CL 179,33€/L

Até **30%**
Sobre PVPR

NA MARCA FASTIO

20%
Sobre PVPR

NA MARCA CARAMULO

PVPR 3,89€
3,48€
UNID.

ÁGUA S/ GÁS LUSO EMB.: 6 X 1,5 L 0,39€/L

GARRAFA FICA A 0,58€

PVPR 2,89€
2,59€
UNID.

ÁGUA S/GÁS LUSO EMB.: 6 X 50 CL 0,86€/L

GARRAFA FICA A 0,43€

Apenas

3,89€
UNID.

ÁGUA S/GÁS MONCHIQUE ECO PACK EMB.: 10 L 0,39€/L

Apenas

3,99€
UNID.

ÁGUA S/ GÁS MONCHIQUE EMB.: 6 X 1,5 L 0,44€/L

PVPR 3,29€
2,95€
UNID.

ÁGUA C/ GÁS PEDRAS SALGADAS TARA PERDIDA EMB.: 6 X 33 CL 1,49€/L

Até **30%**
Sobre PVPR

NAS ÁGUAS C/ GÁS DA MARCA PEDRAS SABORES (EMB.: 4X25CL)

ÍNDICE





GARRAFEIRA

ESTA SEMANA
NÃO PERCA



25%
Sobre
PVPR

NOS VINHOS
CERTIFICADOS
DOC E REGIONAL TEJO
(EXCETO CAVE, MOSCATEIS
E EXCLUSIVOS ONLINE)

CONHEÇA OUTRAS OFERTAS
EM CONTINENTE.PT

50%
Sobre
PVPR

PVPR 4,99€
2,49€
UNID.

VINHO
CASTELO DE
BORBA
ALENTEJO,
TINTO/BRANCO
GARRAFA: 75 CL
3,32€/L



20%
Desconto
Direto

~~3,49€~~
2,79€
UNID.

VINHO
CANCELLUS
DOURO,
TINTO/BRANCO
GARRAFA: 75 CL
3,72€/L



20%
Sobre
PVPR

PVPR 3,99€
3,19€
UNID.

VINHO
MURAL DE
MELGAÇO
ALVARINHO
TRAJADURA, VINHO
VERDE, BRANCO
GARRAFA: 75 CL
4,25€/L



50%
Sobre
PVPR

PVPR 6,99€
3,49€
UNID.

VINHO
ROVISCO PAIS
RESERVA, PENÍNSULA
DE SETÚBAL,
TINTO/BRANCO
GARRAFA: 75 CL
4,65€/L



65%
Sobre
PVPR

PVPR 10,49€
3,59€
UNID.

VINHO
TERRA LENTA
PREMIUM, ALENTEJO,
TINTO/BRANCO
GARRAFA: 75 CL
4,79€/L



60%
Sobre
PVPR

PVPR 9,79€
3,89€
UNID.

VINHO
COMPROMISSO
LOUREIRO, COLHEITA
SELECIONADA
VINHO VERDE,
BRANCO
GARRAFA: 75 CL
5,19€/L



Mais
de **30%**
Sobre
PVPR

PVPR 5,99€
3,99€
UNID.

VINHO
EA
ALENTEJO,
TINTO/ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
5,32€/L



50%
Sobre
PVPR

PVPR 7,99€
3,99€
UNID.

VINHO
DONA JULIETA
RESERVA, ALENTEJO,
TINTO
GARRAFA: 75 CL
5,32€/L



50%
Sobre
PVPR

PVPR 7,99€
3,99€
UNID.

VINHO
VINHAS DA
INVEJOSA
RESERVA, PENÍNSULA
DE SETÚBAL,
TINTO/BRANCO
GARRAFA: 75 CL
5,32€/L



65%
Sobre
PVPR

PVPR 12,39€
4,29€
UNID.

VINHO
MULA VELHA
PREMIUM, LISBOA,
TINTO/BRANCO
GARRAFA: 75 CL
5,72€/L



60%
Sobre
PVPR

PVPR 10,99€
4,39€
UNID.

VINHO
CAVALO BRAVO
PREMIUM, TEJO,
TINTO
GARRAFA: 75 CL
5,85€/L



50%
Sobre
PVPR

PVPR 9,49€
4,74€
UNID.

VINHO
QUINTA VALE DA
PEDRA
RESERVA, DOURO,
TINTO
GARRAFA: 75 CL
6,32€/L



65%
Sobre
PVPR

PVPR 13,99€
4,89€
UNID.

VINHO
TAPADA DAS
LEBRES
SYRAH, ALENTEJO,
TINTO
GARRAFA: 75 CL
6,52€/L



70%
Sobre
PVPR

PVPR 18,99€
5,69€
UNID.

VINHO
VINHA DA
VALENTINA
RESERVA, SIGNATURE,
PENÍNSULA DE
SETÚBAL, TINTO
GARRAFA: 75 CL
7,59€/L



40%
Sobre
PVPR

PVPR 9,99€
5,99€
UNID.

VINHO
LAGAR DE
BURMESTER
RESERVA, DOURO,
TINTO/BRANCO/
ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
7,99€/L



Mais
de **25%**
Sobre
PVPR

PVPR 9,49€
6,99€
UNID.

VINHO
MONTE VELHO
RESERVA, ALENTEJO,
TINTO
GARRAFA: 75 CL
9,32€/L



60%
Sobre
PVPR

PVPR 17,49€
6,99€
UNID.

VINHO
DUAS ENCOSTAS
SIGNATURE, DÃO,
TINTO/BRANCO
GARRAFA: 75 CL
9,32€/L



60%
Sobre
PVPR

PVPR 18,99€
7,59€
UNID.

VINHO
PAULO
LAUREANO
SIGNATURE,
ALENTEJO,
TINTO/BRANCO
GARRAFA: 75 CL
10,12€/L



45%
Sobre
PVPR

PVPR 14,99€
8,24€
UNID.

VINHO
QUINTA DA
PACHECA
PREMIUM, DOURO,
TINTO/BRANCO/
ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
10,99€/L



50%
Sobre
PVPR

PVPR 19,99€
9,89€
UNID.

VINHO
VINHA DO
CARMO
LISBOA, TINTO
GARRAFA: 75 CL
13,19€/L



Até **40%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS BAG-IN-BOX (EMB.: 5L)



20%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BEBIDAS ESPIRITUOSAS DA MARCA GORDON'S



Sobre PVPR
Menos 1,30€

PVPR 12,99€
11,69€
UNID.

LICOR BEIRÃO
GARRAFA: 70 CL
16,70€/L



ÍNDICE



Até **25%**
Sobre PVPR

NOS VINHOS ROSÉ E SANGRIAS DA MARCA CASAL GARCIA



Mais de **25%**
Desconto Direto

~~2,19€~~
1,59€
UNID.

VINHO FRISANTE VERMELHO
BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
2,12€/L



40%
Sobre PVPR

PVPR 8,39€
4,99€
UNID.

ESPUMANTE VILLA DE CORGOS
BLANC DE BLANCS,
BRUTO, BRANCO/
ROSE
GARRAFA: 75 CL
6,65€/L



40%
Sobre PVPR

PVPR 22,99€
13,79€
UNID.

PORTO MARTHA'S
LEGACY, 10 ANOS
GARRAFA: 75 CL
18,39€/L



Sobre PVPR
Menos 3€

PVPR 17,99€
14,99€
UNID.

VINHO DO PORTO
GRAN CRUZ
10 ANOS
GARRAFA: 75 CL
19,99€/L



50%
Sobre PVPR

PVPR 21,39€
10,69€
UNID.

MOSCATEL DE SETÚBAL
VENÂNCIO COSTA LIMA
RESERVA DA FAMÍLIA
SUPERIOR 10 ANOS
GARRAFA: 75 CL
14,25€/L



Sobre PVPR
Menos 1,70€

PVPR 11,29€
9,59€
UNID.

APERITIVO MARTINI
ROSSO/ BIANCO
GARRAFA: 75 CL
12,79€/L



20%
Sobre PVPR

PVPR 19,49€
15,59€
UNID.

LICOR BAILEYS
THE ORIGINAL
GARRAFA: 70 CL
22,27€/L



20%
Sobre PVPR

PVPR 12,49€
9,99€
UNID.

VODKA MOROSHA
SPRING
GARRAFA: 70 CL
14,27€/L



20%
Sobre PVPR

PVPR 15,49€
12,39€
UNID.

VODKA ERISTOFF
BLACK/ PINK/
PASSION FRUIT
GARRAFA: 70 CL
17,70€/L



Sobre PVPR
Menos 1,50€

PVPR 11,99€
10,49€
UNID.

CACHAÇA 51
GARRAFA: 70 CL
14,99€/L



25%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE GINS DA MARCA BEEFEATER



25%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE RUM DA MARCA HAVANA



20%
Sobre PVPR

PVPR 19,39€
15,49€
UNID.

RUM BACARDI
SPICED
EMB.: 70 CL
22,13€/L



20%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE WHISKIES DA MARCA SCOTISH LEADER



Mais de **20%**
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE WHISKIES DA MARCA GRANT'S



20%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE WHISKIES DA MARCA BUSHMILLS



25%
Sobre PVPR

PVPR 17,99€
13,39€
UNID.

WHISKY J&B
RARE
GARRAFA: 70 CL
19,13€/L



25%
Sobre PVPR

PVPR 19,99€
14,99€
UNID.

WHISKY THE FAMOUS
GROUSE
GARRAFA: 70 CL
21,41€/L



20%
Sobre PVPR

PVPR 22,79€
18,19€
UNID.

WHISKY JAMESON
GARRAFA: 70 CL
25,99€/L





HIGIENE E BELEZA

Até **25%** Sobre PVPR

NA MARCA PANTENE (EXCETO EMB.: 160ML E 250ML)

Até **35%** Sobre PVPR

NA MARCA ELVIVE (EXCETO EMB.: 200ML E 250ML)

25% Sobre PVPR

NA MARCA LINIC

MARCA DA SEMANA

Até **35%** Sobre PVPR

NA MARCA SCHWARZKOPF

40% Sobre PVPR

NA MARCA SYOSS

100 DIAS DE COR PROFISSIONAL

Até **50%** Sobre PVPR

NA MARCA BIOTEN

20% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS EXTRA FORÇA DA MARCA OGX

35% Sobre PVPR

NAS COLORAÇÕES DA MARCA EXCELLENCE

NOVIDADE UNIVERSAL NUDES EXCELLENCE Crème

35% Sobre PVPR

NAS COLORAÇÕES DA MARCA GOOD

35% Sobre PVPR

NOS CREMES DE ROSTO, SÉRUNS, AMPOLAS, CONTORNOS DE OLHOS E MÁSCARAS Q10 DA MARCA NIVEA

35% Sobre PVPR

NO CREME DE DIA E DE NOITE, SÉRUM E MÁSCARA EXPERT LIFT BAKUCHIOL DA MARCA NIVEA

O PODER DO BAKUCHIOL

35% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS E ROSTO ANTIMANCHAS LUMINOUS 630 DA MARCA NIVEA

PATENTEADO THIAMIDOL

30% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS AGE PERFECT RENOVAÇÃO CELULAR DA MARCA L'ORÉAL

35% Sobre PVPR

NA MARCA BODY FOOD

Até **50%** Sobre PVPR

NA MARCA VASELINE (EXCETO VASELINAS EMB.: 100ML E 250ML)

Até **35%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS VITAMINA C DA MARCA GARNIER

ROTINA ANTIMANCHAS NOVO

35% Sobre PVPR

NAS ÁGUAS MICELARES EM ÓLEO DA MARCA GARNIER (EMB.: 400ML)

35% Sobre PVPR

NOS SÉRUNS, CREMES DE ROSTO E CONTORNOS DE OLHOS ANTIRRUGAS EXPERT FILLER DA MARCA NIVEA

ROTINA ANTI-IDADE PREENCHE RUGAS

30% Sobre PVPR

NA MAQUILHAGEM DE ROSTO DA MARCA L'ORÉAL

PELE LISA E CONFORTÁVEL TODO O DIA PORQUE TU MERECES

20% Desconto Direto

3,99€ UNID.

SOMBRA INDIVIDUAIS GALACTIC/ MYLABEL

4,99€ UNID.

LIP EYESHADOW GALACTIC MYLABEL

20% Desconto Direto

3,99€ UNID.

EYELINER GALACTIC MYLABEL

35%
Sobre PVPR

NOS CREMES E LOÇÕES P/CORPO DA MARCA NIVEA (EMB.: 250ML)

30%
Sobre PVPR

PVPR 9,99€
6,99€ UNID.

LOÇÃO CORPORAL NIVEA LEITE
EMB.: 625 ML
11,18€/L

25%
Sobre PVPR

NOS CREMES DE MÃOS Q10, REPARADOR, EXPRESS, NUTRITIVO, INTENSIVO E ANTIMANCHAS LUMINOSUS DA MARCA NIVEA

Até 50%
Sobre PVPR

NOS BOIÕES, LOÇÕES E CREMES DE MÃOS DA MARCA DOVE

MYLABEL

Apenas

1,69€ UNID.

CREME MÃOS REPARADOR SOS MYLABEL
EMB.: 125 ML
13,52€/L

#napeledequemsegue

35%
Sobre PVPR

NOS PRODUTOS MISS SOLEIL DA MARCA BIC

25%
Sobre PVPR

NAS LÂMINAS DESCARTÁVEIS BLUE3 SENSITIVE DA MARCA GILLETTE

Gillette

O MELHOR CUIDADO PARA A SUA BARBA

Até 25%
Sobre PVPR

NAS MÁQUINAS DE BARBEAR LABS SILVER E NEON NIGHT DA MARCA GILLETTE (EMB.: CABO+5 RECARGAS)

SUPOORTE MAGNÉTICO

STAND MAGNÉTICO

20%
Sobre PVPR

NAS MÁQUINAS APARADORAS DA MARCA KING C GILLETTE

King-C-Gillette

DOMINA O TEU ESTILO

25%
Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DE BARBEAR, LIMPEZA E CUIDADO DO ROSTO PROTECT&CARE DA MARCA NIVEA MEN

PROTEGE E CUIDA DA TUA PELE

20%
Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DE TRATAMENTO E LIMPEZA DA MARCA MEN EXPERT

O CUIDADO DE PELE PARA O **HOMEM**

PELE SECA

LOREAL MEN EXPERT

[VITAMINA C + PROTEÍNAS]

MYLABEL

Apenas

2,69€ UNID.

AFTER SHAVE MYLABEL LOÇÃO SENSITIVE
EMB.: 125 ML
21,52€/L

#napeledequemsegue

Até 40%
Sobre PVPR

NA MARCA AXE

AXE

Até 35%
Sobre PVPR

NA MARCA OLD SPICE

Old Spice

40%
Sobre PVPR

NA MARCA REXONA

Rexona

40%
Sobre PVPR

NA MARCA NARTA

NARTA

Mais de 45%
Sobre PVPR

NA MARCA LACTOVIT

lactovit

40%
Sobre PVPR

GEL DE BANHO NIVEA CARE/SMOOTH/ALOE
EMB.: 750 ML
5,59€/L

40%
Sobre PVPR

PVPR 4,99€
2,99€ UNID.

GEL BANHO/MEMÓRIAS PALMOLIVE WELLNESS, MASSAGE/ SUMMER DREAM
EMB.: 500 ML
5,98€/L

25%
Sobre PVPR

NOS SABONETES SÓLIDOS PINK, EXFOLIANTE, SHEA BUTTER, ARGAN OIL E DAS MARCAS DOVE E DOVE MEN

40%
Sobre PVPR

NOS DESODORIZANTES PROTECT&CARE, PURE&NATURAL E FRESH SENSATION DAS MARCAS NIVEA E NIVEA MEN

MYLABEL

20%
Desconto Direto

1,99€ UNID.

GEL DE BANHO 4 ELEMENTOS MYLABEL FOGO/ AR/ TERRA/ ÁGUA
EMB.: 500 ML 3,98€/L

#napeledequemsegue

ÍNDICE



ÍNDICE



Até **35%** Sobre PVPR

NA MARCA COLGATE

Até **25%** Sobre PVPR

NA MARCA ORAL-B

Até **30%** Sobre PVPR

NA MARCA AQUAFRESH

25% Sobre PVPR

NAS PASTAS DENTÍFRICAS CLINICAL WHITE DA MARCA SENSODYNE

Apenas **1,39€** UNID.

PASTAS DENTÍFRICAS CONTINENTE TOTAL CARE/ SENSITIVE/ GEL FRESH/ BRANQUEADORA

30% Sobre PVPR

NA MARCA DUREX

Mais de **35%** Sobre PVPR

NA MARCA DEPEND

15% Sobre PVPR

NOS PENSOS COTTONLIKE NORMAL, SUPER, NOITE E NOITE EXTRA DA MARCA EVAX

25% Sobre PVPR

NOS PENSOS E CUECAS DE INCONTINÊNCIA DA MARCA TENA

25% Sobre PVPR

NAS CUECAS DE INCONTINÊNCIA DA MARCA AUSONIA DISCREET

12,49€ UNID.

CUECA INCONTINÊNCIA NOITE CONTINENTE M/L EMB.: 14 UNID 0,89€/UNID

Até **50%** Sobre PVPR

NA MARCA NUNEX

Até **50%** Sobre PVPR

NA MARCA HUGGIES

Mais de **35%** Sobre PVPR

NA COMPRA DE DUAS UNIDADES NAS FRALDAS SENSITIVE E SENSITIVE EXTRA DA MARCA DODOT

Desde **8,90€** UNID.

CUECA DE INCONTINÊNCIA CONTINENTE DIA M/L EMB.: 14 UNID

25% Sobre PVPR

NA MARCA JOHNSON'S BABY

Até **50%** Sobre PVPR

NAS MARCAS CHICCO BABY E BABY DOVE

Até **50%** Sobre PVPR

NAS FRALDAS E PANTS BEBÊ SECO JPACK DA MARCA DODOT

Mais de **30%** Sobre PVPR

NAS FRALDAS ACTIVITY EXTRA DA MARCA DODOT

Mais de **35%** Sobre PVPR

NAS BOX DE FRALDAS ACTIVITY DA MARCA DODOT

25% Sobre PVPR

NAS TOALHITAS DA MARCA DODOT

9,39€ UNID.

FRALDAS PROTEÇÃO E CONFORTO CONTINENTE DO BEBÊ

6,39€ UNID.

RESGUARDOS DE CAMA CONTINENTE DO BEBÊ

LIMPEZA DO LAR

60%
Sobre
PVPR

PVPR 24,99€
9,99€
UNID.

DETERGENTE
LÍQUIDO CICLOS
CURTOS
SKIP
CUIDADO/ EFICÁCIA/
ANTIODOR
EMB.: 54 DOSES
0,19€/DOSE

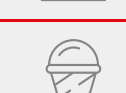


Até
50%
Sobre
PVPR

NOS INTENSIFICADORES DE PERFUME (EXCETO MARCA CONTINENTE)



ÍNDICE



**MARCA
DA
SEMANA**

Persil

50
CARRINHOS
DE COMPRAS

NO VALOR DE
350€ CADA

TODOS
OS MESES

Persil
PARA SI
QUE DÁ
SEMPRE
O SEU
MELHOR.

Mais
de **50%**
Sobre
PVPR

PVPR 31,99€
14,99€
UNID.

DETERGENTE
LÍQUIDO P/
MÁQUINA ROUPA
PERSIL
UNIVERSAL/ COLOR
EMB.: 100 DOSES



DOSE FICA A 0,15€

55%
Sobre
PVPR

PVPR 17,99€
7,99€
UNID.

DETERGENTE
LÍQUIDO P/
MÁQUINA ROUPA
PERSIL
SABÃO AZUL E
BRANCO
EMB.: 60 DOSES



DOSE FICA A 0,13€

55%
Sobre
PVPR

PVPR 22,49€
9,99€
UNID.

DETERGENTE
CAPSULAS P/
MÁQUINA ROUPA
PERSIL
HIGIENE/
UNIVERSAL/ FLORAL
EMB.: 40 DOSES
0,25€/DOSE



50%
Sobre
PVPR

PVPR 24,99€
12,49€
UNID.

DETERGENTE
EM PÓ
PERSIL



Até **55%**
Sobre
PVPR

NOS DETERGENTES
LÍQUIDOS DA MARCA
PERSIL EXPERT



60%
Sobre
PVPR

PVPR 34,99€
13,99€
UNID.

DETERGENTE
LÍQUIDO
XAU
BRANQUEADOR/
TIRA NÓDOAS
EMB.: 118 DOSES



DOSE FICA A 0,12€

50%
Sobre
PVPR

PVPR 16,98€
8,49€
UNID.

DETERGENTE
LÍQUIDO P/
MÁQUINA
FLOTA
COLÓNIA
EMB.: 85 DOSES
+ 15 DOSES
0,10€/DOSE



OFERTA INCLuíDA NA EMBALAGEM

60%
Sobre
PVPR

PVPR 22,49€
8,99€
UNID.

DETERGENTE
LÍQUIDO P/
MÁQUINA ROUPA
A+
FRESH/ OPTIMAL/
BABY
EMB.: 56 DOSES
0,16€/DOSE



4,39€
UNID.

DETERGENTE
CAPSULAS P/ A
ROUPA 3 EM 1
CONTINENTE
EMB.: 20 UNID
0,22€/UNID



Até **60%**
Sobre
PVPR

NAS CÁPSULAS DE DETERGENTE P/ MÁQUINA DE ROUPA
(EXCETO MARCA CONTINENTE)



Mais
de **55%**
Sobre
PVPR

PVPR 6,99€
2,99€
UNID.

PÉROLAS
PERFUMADAS
LENOR
UNSTOPPABLES
FRESH
EMB.: 140 G
21,36€/KG



6,19€
UNID.

DETERGENTE
LÍQUIDO
CONTINENTE
SABÃO NATURAL
EMB.: 86 DOSES
0,07€/DOSE



50%
Sobre
PVPR

NOS AMACIADORES
DA MARCA VERNEL



Mais
de **65%**
Sobre
PVPR

PVPR 15,49€
4,99€
UNID.

AMACIADOR
CONCENTRADO
QUANTO
FLORES SILVESTRES/
OURO
EMB.: 132 DOSES
0,04€/DOSE



Até **55%**
Sobre
PVPR

NOS AMACIADORES
DA MARCA COMFORT
CREATIONS
(EMB.: 105 DOSES)



2,99€
UNID.

AMACIADOR
CONCENTRADO
INTENSO
CONTINENTE
VÁRIAS
FRAGRÂNCIAS
EMB.: 56 DOSES
0,05€/DOSE



ÍNDICE



Até **60%**
Sobre PVPR

NOS TIRA-NÓDOAS, SPRAYS E TOALHITAS P/ PROTEÇÃO DE ROUPA (EXCETO MARCA CONTINENTE)



Até **65%**
Sobre PVPR

NOS DETERGENTES E ADITIVOS P/ MÁQUINA DE LOIÇA (EXCETO MARCA CONTINENTE)



Até **50%**
Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DE LIMPEZA E TRATAMENTO DE MÁQUINA (EXCETO MARCA CONTINENTE)



1,49€
UNID.
SPRAY TIRA-NÓDOAS CONTINENTE
EMB.: 750 ML
1,99€/L



Mais de **50%**
Sobre PVPR
PVPR 28,98€
13,99€
UNID.

PACK PASTILHAS LOIÇA FINISH QUANTUM/ ULTIMATE PLUS
EMB.: 57 UNID
0,25€/UNID



Mais de **55%**
Sobre PVPR
PVPR 21,49€
8,99€
UNID.

ABRILHANTADOR FINISH
EMB.: 1150 ML
7,82€/L



20%
Sobre PVPR

NOS DETERGENTES MANUAIS DA MARCA FAIRY ULTRA PODER (EMB.: 650 E 660 ML)



25%
Sobre PVPR
PVPR 3,99€
2,99€
UNID.

DETERGENTE MANUAL MAXI PODER FAIRY
LIMÃO/ ORIGINAL
EMB.: 450 ML
6,64€/L



30%
Sobre PVPR
PVPR 19,99€
13,99€
UNID.

DETERGENTE PASTILHAS MÁQUINA LOIÇA FAIRY PLATIN PLUS LIMÃO
EMB.: 48 DOSES
0,29€/DOSE



Apenas **8,99€**
UNID.

DETERGENTE PASTILHAS MÁQUINA LOIÇA CONTINENTE ALL IN ONE
EMB.: 60 DOSES
0,15€/DOSE



20%
Sobre PVPR
PVPR 6,29€
4,99€
UNID.

DETERGENTE MANUAL LOIÇA FAIRY ORIGINAL/ LIMÃO
EMB.: 1.25 L
3,99€/L



Até **60%**
Sobre PVPR

NA MARCA SUPER POP



25%
Sobre PVPR
PVPR 2,99€
2,24€
UNID.

DETERGENTE MANUAL 3D SUPER POP LIMÃO/ MAÇA
EMB.: 500 ML
4,48€/L



Apenas **2,39€**
UNID.

DETERGENTE MANUAL LOIÇA CONCENTRADO CONTINENTE MAÇA/ LIMÃO
EMB.: 1L



Até **55%**
Sobre PVPR

NOS DETERGENTES MANUAIS E SPRAYS DE COZINHA DA MARCA CIF



Até **40%**
Sobre PVPR

NA MARCA MISTOLIN



1,99€
UNID.

CREME LIMPEZA VITROCERÂMICA CONTINENTE
EMB.: 500 ML
3,98€/L



50%
Sobre PVPR
PVPR 4,99€
2,49€
UNID.

SPRAY DESENGORDURANTE E DESINFETANTE SANYTOL COZINHAS
EMB.: 750 ML
3,32€/L



Mais de **25%**
Sobre PVPR

NOS DESENTUPIDORES DE CANOS (EXCETO MARCA CONTINENTE)



50%
Sobre PVPR

NAS MARCAS VITRO CLEAN E INDU CLEAN



50%
Sobre PVPR
PVPR 11,99€
5,99€
UNID.

SPRAY DESENGORDURANTE CLEN INDU CLEN
EMB.: 450 ML
13,31€/L



Até **60%**
Sobre PVPR

NOS PRODUTOS ACTIVE FRESH DA MARCA AIRWICK

Até **60%**
Sobre PVPR

NOS PRODUTOS SENSE & SPRAY DA MARCA GLADE

Até **60%**
Sobre PVPR

NOS PRODUTOS P/ AROMATERAPIA DA MARCA GLADE

50%
Sobre PVPR

PVPR 9,79€
4,89€
UNID.

VELA AIRWICK BAUNILHA
EMB.: 2 UNID
2,45€/UNID

25%
Sobre PVPR

PVPR 2,99€
2,24€
UNID.

LAVA TUDO AJAX FESTA DE FLORES/ LAVANDA
EMB.: 1.25 L

DOSE FICA A 1,79€

30%
Sobre PVPR

PVPR 2,99€
2,09€
UNID.

LAVA TUDO PERFUMADO SONASOL ALOE VERA/ AMENDOÁ
EMB.: 1.3 L

DOSE FICA A 1,61€

50%
Sobre PVPR

PVPR 3,99€
1,99€
UNID.

LAVA TUDO CIF LAVANDA
EMB.: 1.3 L

DOSE FICA A 1,53€

1,59€
UNID.

LAVA TUDO PERFUMADO ANTIBACTERIANO CONTINENTE LAVANDA/ MARINHO/ FLORAL/ CAMOMILA
EMB.: 1.5 L
1,06€/L

50%
Sobre PVPR

PVPR 4,39€
2,19€
UNID.

RECARGA SANYTOL MULTISUS
EMB.: 750 ML
2,92€/L

50%
Sobre PVPR

PVPR 5,39€
2,69€
UNID.

SPRAY MULTISUPERFÍCIES CIF C/LIXÍVIA
EMB.: 750 ML
3,59€/L

Mais de **50%**
Sobre PVPR

PVPR 5,49€
2,69€
UNID.

CREME DE LIMPEZA CIF LIXÍVIA/ LIMÃO/ ORIGINAL
EMB.: 700 ML
3,84€/L

50%
Sobre PVPR

PVPR 9,59€
4,79€
UNID.

SPARY CILLIT BANG MULTISUS
EMB.: 1 L

50%
Sobre PVPR

PVPR 5,99€
2,99€
UNID.

ÓLEO SPRAY PRONTO ALOE VERA / MULTISUPERFÍCIES
EMB.: 500 ML
5,98€/L

50%
Sobre PVPR

PVPR 5,39€
2,69€
UNID.

SPRAY CIF CREME
EMB.: 750 ML
3,59€/L

50%
Sobre PVPR

PVPR 5,39€
2,69€
UNID.

SPRAY MULTISUPERFÍCIES CIF WC
EMB.: 750 ML
3,59€/L

35%
Sobre PVPR

PVPR 2,99€
1,94€
UNID.

ABRASIVO SANITARIO LIQUIDO PATO FRESCOR/ OCEANO
EMB.: 750 ML
2,59€/L

Até **50%**
Sobre PVPR

NOS ABRASIVOS SANITÁRIOS P/ WC DA MARCA HARPIC

60%
Sobre PVPR

PVPR 13,49€
5,39€
UNID.

BLOCOS SANITARIOS DOMESTOS POWER OCEAN
EMB.: 5 UNID

UNID FICA A 1,08€

Até **60%**
Sobre PVPR

NOS BLOCOS P/ WC DA MARCA BREF
(EMB.: 2 UNID, 4 UNID E 6 UNID)

50%
Sobre PVPR

PVPR 6,99€
3,49€
UNID.

RECARGA DISCOS ATIVOS PATO LIMA / MARINO
EMB.: 12 DOSES
0,29€/DOSE

2,35€
UNID.

LIMPA PRATAS E METAIS CONTINENTE
EMB.: 250 ML
9,40€/L

Apenas

2,99€
UNID.

DISCOS SANITARIOS CONTINENTE MARINHO/ LIMA
EMB.: 12 UNID
0,25€/UNID

20%
Sobre PVPR

PVPR 7,99€
6,39€
UNID.

DETERGENTE LIMPEZA BUFALO CALÇADO
EMB.: 500 ML
12,78€/L

ÍNDICE

ÍNDICE



Até **60%**
Sobre PVPR

NEO BLANC

40%
Sobre PVPR

PVPR 19,99€
11,99€ UNID.

PAPEL HIGIÉNICO SCOTTEX
GIGANTE 2 FOLHAS
EMB.: 18=54 ROLOS
EMB.: 18 ROLOS
0,67€/ROLO

Mais de **25%**
Sobre PVPR

NOS PANOS DE LIMPEZA E ESGREGÕES DA MARCA VILEDA

25%
Sobre PVPR

NAS ESFREGONAS CLASSIC DA MARCA SCOTCH-BRITE

35%
Sobre PVPR

PVPR 14,65€
9,49€ UNID.

PAPEL HIGIÉNICO RENOVA
SUPER BRANCO
2 FOLHAS
EMB.: 48 ROLOS
0,20€/ROLO

Até **50%**
Sobre PVPR

NO PAPEL HIGIÉNICO XXL DA MARCA COLHOGAR

Até **40%**
Sobre PVPR

NO PAPEL HIGIÉNICO DA MARCA FOXY

Até **40%**
Sobre PVPR

NOS ROLOS DE COZINHA DA MARCA COLHOGAR

Até **40%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE ROLOS DE COZINHA DA MARCA FOXY

Até **50%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE GUARDANAPOS DA MARCA RENOVA

25%
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PELÍCULAS ADERENTES, ALUMÍNIO E PAPEL VEGETAL DA MARCA VILEDA

Até **30%**
Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DE CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS DA MARCA ALBAL

Mais de **30%**
Sobre PVPR

PVPR 2,99€
1,99€ UNID.

SACOS DO LIXO HANDY BAG
ANTI-ODORES 30L/
100% ANTIPINGOS
50L
EMB.: 15 UNID/10 UNID
0,13€/UNID/
0,20€/UNID

25%
Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE SACOS P/ LIXO 100% RECICLADOS DA MARCA SILVEX

2,90€ UNID.

ROLOS DE COZINHA CONTINENTE
4=12 ROLOS
EMB.: 4 ROLOS
0,73€/ROLO

2,39€ UNID.

GUARDANAPOS CONTINENTE
2 FOLHAS
EMB.: 200 UNID
0,01€/UNID



HARPER AND BONE

Finest Foods For Pets

20%
Sobre PVPR

(1) NA ALIMENTAÇÃO
P/CÃO DA MARCA
HARPER&BONE

CONTINENTE



Para uma dieta
100% saudável e completa
em todas as nossas gamas
de alimentos secos e húmidos



20%
Sobre PVPR

(1) NA ALIMENTAÇÃO
P/GATO DA MARCA
HARPER&BONE

CONTINENTE



THE WORLD'S FINEST PET FOOD

- ✓ Apenas ingredientes naturais
- ✓ Sem grãos ou cereais
- ✓ Muito suculento e delicioso
- ✓ Refeição completa



www.harperandbone.com



uppy
-natur-

Ingredientes
Naturais

Até
20%
Sobre PVPR

(1) NUMA SELEÇÃO DE ALIMENTAÇÃO P/CÃO E GATO DA MARCA
UPPY NATUR



ÍNDICE



CÃO

12,99€ UNID.

(1) CAMA LUP! LINX
REF.: 8080116 / 9
FLUFFY 45CM CINZA CLARO/ ESCURO

40% Sobre PVPR

PVPR 43,29€

25,97€ UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/CÃO ULTIMA
REF.: 4870886 / 4871358
JUNIOR / ADULTO / SENIOR
EMB.: 7,5 KG
3,46€/KG

ultima
MEDIUM MAXI
junior
ADULTO

25% Sobre PVPR

YowUp!

NOVO PRODUTO

(1) NA MARCA YOWUP

EXCLUSIVO

Delicioso Diversão Saudável

YowUp!

Dairy for pets

PRONTO PARA CONSUMO

SEM lactose 0% de gorduras

NÃO precisa de frio

25% Sobre PVPR

PVPR 9,98€

7,48€ UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/CÃO ULTIMA MINI
REF.: 4870864 / 7830464
VÁRIOS SABORES
EMB.: 1,5 KG / 1,25 KG
4,99€/KG / 5,98€/KG

ultima

35% Sobre PVPR

PVPR 26,99€

17,54€ UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/CÃO FRISKIES
REF.: 7417749 / 7417760
ACTIVE VACA / BALANCE FRANGO
EMB.: 9 KG
1,95€/KG

friskies

25% Sobre PVPR

(1) NOS SECOS P/CÃO MINI MENU DA MARCA FRISKIES (EMB.: 1.4KG E 1.5KG)

friskies

25% Sobre PVPR

(1) NA MARCA ADVENTUROS

ADVENTUROS

35% Sobre PVPR

PVPR 18,45€

11,99€ UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/CÃO PURINA ONE MINI
REF.: 6371350 / 6436373
ADULT VACA / ACTIVE FRANGO
EMB.: 3 KG
4€/KG

ONE

25% Sobre PVPR

(1) NOS ALIMENTOS SECOS P/CÃO RAÇAS MÉDIAS DA MARCA FRISKIES (EMB.: 3KG E 4KG)

friskies

35% Sobre PVPR

Até

(1) NUMA SELEÇÃO DE ALIMENTAÇÃO E SNACKS DA MARCA PEDIGREE

Pedigree

50% Sobre PVPR

Até

(1) NOS SNACKS DENTASTIX P/CÃO DA MARCA PEDIGREE (EMB.: 7 UNID E 56 UNID)

DENTASTIX

Mais de **10%** Desconto Direto

~~22,99€~~

19,99€ UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/CÃO CONTINENTE
REF.: 6059624
SOPA
EMB.: 20 KG
1€/KG

CONTINENTE
ADULTO

6,29€ UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/CÃO CONTINENTE
REF.: 6059551
JUNIOR
EMB.: 4 KG
1,57€/KG

CONTINENTE
junior

1,99€ UNID.

(1) ALIMENTO HUMIDO P/CÃO CONTINENTE
REF.: 7144528
SAQUETA JÚNIOR VACA / FRANGO
EMB.: 4 X 100 G
4,98€/KG

CONTINENTE
junior

2,59€ UNID.

(1) MINI BISCOITO CONTINENTE
REF.: 6117670
JUNIOR
EMB.: 400 G
6,48€/KG

CONTINENTE
junior

5,59€ UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/CÃO CONTINENTE
REF.: 6040363
CROQUETES
EMB.: 4 KG
1,40€/KG

CONTINENTE
adulto

Leve 2 por **5€**

2,99€ UNID.

(1) ALIMENTO HUMIDO P/CÃO CONTINENTE
REF.: 6040085
SALSICHA FRANGO
EMB.: 1KG

CONTINENTE
adulto

0,85€ UNID.

(1) STICK DENTÁRIO P/CÃO CONTINENTE
REF.: 7631388
P/TODOS OS PORTES
EMB.: 180 G
4,72€/KG

CONTINENTE
adulto

35%
Sobre
PVPR

PVPR 24,99€

16,24€
UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/GATO ULTIMA

REF: 5050975 / 6460826

ESTERIL / NÃO ESTERIL

VÁRIOS SABORES

EMB.: 3 KG

5,41€/KG

Mais de 10%
Desconto Direto

3,75€

3,29€
UNID.

(1) ALIMENTO HUMIDO P/GATO CONTINENTE

REF: 6096596

PEDAÇOS EM MOLHO MIX

EMB.: 12 X 100 G

2,74€/KG

10%
Desconto Direto

14,99€

13,49€
UNID.

(1) ARRANHADOR P/GATO

REF: 6846986

MÉDIO

TAM.: 41CM

SAQUETA FICA A 0,27€

GATO

ÍNDICE

25%
Sobre
PVPR

PVPR 3,49€

2,61€
UNID.

(1) ALIMENTO HUMIDO P/GATO PURINA ONE

REF: 6462067 / 6554457 / 7099659

VÁRIOS SABORES

EMB.: 4 X 85 G

7,68€/KG

SAQUETA FICA A 0,65€

25%
Sobre
PVPR

PVPR 7,49€

5,61€
UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/GATO PURINA ONE

REF: 2725470 / 4875139

VÁRIOS SABORES

EMB.: 800 G

7,01€/KG

25%
Sobre
PVPR

PVPR 3,49€

2,61€
UNID.

(1) ALIMENTO HUMIDO P/GATO GOURMET REVELATIONS

REF: 8214949 / 8214951

FRANGO / SALMÃO EM GELATINA

EMB.: 4 X 57

€11,45/KG

NOVO PRODUTO EXCLUSIVO

25%
Sobre
PVPR

PVPR 15,19€

11,39€
UNID.

(1) ALIMENTO HUMIDO P/GATO FELIX

REF: 7519426

FANTASTIC SABORES DO CAMPO

EMB.: 24 X 85 G

5,58€/KG

SAQUETA FICA A 0,47€

35%
Sobre
PVPR

PVPR 14,59€

9,48€
UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/GATO FRISKIES

REF: 4651489 / 6101514

DE INTERIOR / ESTERIL

EMB.: 3 KG

3,16€/KG

25%
Sobre
PVPR

(1) NOS ALIMENTOS SECOS P/GATO DUAL NATURE DA MARCA PURINA ONE

25%
Sobre
PVPR

(1) NUMA SELEÇÃO DE PACKS HUMÍDOS DA MARCA GOURMET GOLD

25%
Sobre
PVPR

(1) ALIMENTO HUMIDO P/GATO GOURMET PERLE

REF: 3584044

DELÍCIA DO OCEANO

EMB.: 4 X 85 G

7,68€/KG

SAQUETA FICA A 0,65€

Mais de 25%
Sobre
PVPR

PVPR 2,29€

1,69€
UNID.

(1) SNACK P/GATO CATISFACTIONS

REF: 4865278 / 9 / 81 / 6032331

VÁRIOS SABORES

EMB.: 60 G

28,17€/KG

25%
Sobre
PVPR

(1) NOS PACKS HUMÍDOS DA MARCA WHISKAS (EMB.: 4 UNID)

Até 50%
Sobre
PVPR

PERFECT FIT

(1) NA MARCA PERFECT FIT

11,99€
UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/GATO CONTINENTE

REF: 7506350

FRANGO

EMB.: 6 KG

2€/KG

Mais de 10%
Desconto Direto

8,99€

7,99€
UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/GATO CONTINENTE

REF: 6096605

VACA C/LEGUMES

EMB.: 4 KG

2€/KG

0,99€
UNID.

(1) ALIMENTO HUMIDO P/GATO CONTINENTE

REF: 6060002 / 6062400 / 6062405

PATÉ AVES/ ATUM/ VACA

EMB.: 400 G

2,48€/KG

2,65€
UNID.

(1) SNACK P/GATO CONTINENTE

REF: 7512847

ALMOFADINHAS AVES E QUEIJO

EMB.: 200 G

13,25€/KG

4,99€
UNID.

(1) ALIMENTO SECO P/GATO CONTINENTE

REF: 6096615

SENIOR

EMB.: 2 KG

2,50€/KG

3,79€
UNID.

(1) ALIMENTO HUMIDO P/GATO CONTINENTE

REF: 7144719

JUNIOR

EMB.: 12 X 100 G

3,16€/KG

1,49€
UNID.

(1) SNACK P/GATO CONTINENTE

REF: 7030304

FRANGO C/LULA

EMB.: 45 G

33,11€/KG

SAQUETA FICA A 0,32€

49

CONTINENTE

loja, site e app

ÍNDICE



CASA

1,50€
UNID.

(1) PRATO PICOTADO KASA
REF.: 7772518 / 19 / 20

20%
Desconto Direto

~~25€~~
20€
UNID.

(1) SERVIÇO 12 PEÇAS ROMA KASA
REF.: 8082909 / 10

10%
Desconto Direto

~~35€~~
31,50€
UNID.

(1) FAQUEIRO 48 PEÇAS BASIC KASA
REF.: 5009068

2,50€
UNID.

(1) TACA APERITIVO KASA
TAM.: 15,5 CM
REF.: 7640046 / 50/51/52

2,50€
UNID.

(1) SALADEIRA REF.: 7705741

3€
UNID.

(1) ASSADEIRA SORTIDA REF.: 7631969

40%
Desconto Direto

~~5€~~
3€
UNID.

(1) CANECA MOSCOW MULE KASA
TAM.: 50 CL
REF.: 7772764

2€
UNID.

COPO VELA C/ TAMP. DOURADA KASA
REF.: 8020520 / 21/ 22 / 23

40%
Desconto Direto

~~5€~~
3€
UNID.

AMPULHETA KASA
REF.: 8084076 / 77

3€
UNID.

LETRAS LED GOOD VIBES KASA
REF.: 8125978

10€
UNID.

MOLDURA P/5 FOTOS KASA
REF.: 7377647

1,50€
UNID.

(1) ROLO TAPA FRINCHAS REF.: 5233752
SORTIDO

5€
UNID.

(1) COXIM KASA
REF.: 7452819 / 21
TAM.: 40X40CM

25%
Desconto Direto

(1) NOS TAPETES DE ALGODÃO SORTIDO (REF.: 5283344/ 6372705/06)

20%
Desconto Direto

~~30€~~
24€
UNID.

TROLLEY CABINE BUDAPESTE REF.: 7632611
2 RODAS

CONTINENTE

20%
Desconto Direto

~~20€~~
16€
UNID.

TROLLEY CABINE SEVILHA REF.: 7900115
2 RODAS

CONTINENTE

20%
Desconto Direto

~~40€~~
32€
UNID.

TROLLEY CABINE MILÃO REF.: 7922406
4 RODAS

CONTINENTE

30%
Desconto Direto

~~65€~~
45,50€
UNID.

TROLLEY GRANDE LIFESTYLE REF.: 7902690
4 RODAS

CONTINENTE

30%
Desconto Direto

~~45€~~
31,50€
UNID.

TROLLEY CABINE LIFESTYLE REF.: 7900339
4 RODAS

CONTINENTE

30%
Desconto Direto

~~55€~~
38,50€
UNID.

TROLLEY MÉDIO LIFESTYLE REF.: 7900339
4 RODAS

CONTINENTE

(1) ARTIGOS INDISPONÍVEIS NAS LOJAS CONTINENTE MODELO DO CARTÃO: ELVAS, ERMESINDE, GULPILHARES, LIXA, LOUSADA, MAIA, MAIA VIVACI, OVAR, REBOROSA, SANTO TIROSO, TRES, TROFA, VAGOS, VISEU RETAIL PARK.

(1) ARTIGOS INDISPONÍVEIS NAS LOJAS CONTINENTE DE ANTAS, AVEIRO, ARRABIDA, BRAGA NOVA ARCADEA, BARREIRO, BEJA, CASCAIS, COIMBRA, COVILHÃ, ÉVORA, F. COIMBRA, LOULÉ, LOURESHOPPING, MAIA JARDIM, MAFRA, MONTIJO, PORTIMÃO, PORTIMÃO (CABEÇO DO MOCHO), SÃO JOÃO DA MADEIRA, ST. ANT. CAVALEIROS, SANTARÉM, TAVIRA, VALONGO, VIANA DO CASTELO, VILA REAL E VISEU

5,99€
UNID.

(1) T-SHIRT
REF.: 8137318 / 8137523 / 8137481 / 8137293 / 8137474 / 8181066 / 8181048 / 8181054 / 8181060 / 8194956 / 8194962 / 8194968 / 8194974

DISPONÍVEL EM 8 CORES

CONTINENTE

7,99€
UNID.

(1) CALÇÕES/LEGGINGS
REF.: 8181191 / 8181197 / 8137372

DISPONÍVEL EM 2 CORES

CONTINENTE

7,99€
UNID.

(1) CALÇÕES
REF.: 8180736 / 8180729 / 8180743

DISPONÍVEL EM 3 CORES

CONTINENTE

9,99€
UNID.

(1) TOP/LEGGINGS
REF.: 8137516 / 8181179 / 8181185 / 8181161 / 8181155

DISPONÍVEL EM 3 CORES

CONTINENTE

12,99€
UNID.

(1) CAMISOLA
REF.: 8179141/ 8179171/ 8179043/ 8179037/ 8286797/ 8179049/ 8179165/ 8179159/ 8179153/ 8179147/ 8180567/ 8180532/ 8180574/ 8180546

DISPONÍVEL EM 7 CORES

CONTINENTE

Desde 19,99€
UNID.

(1) CASACO
REF.: 8185174 / 8137453

CONTINENTE

ÍNDICE



COLEÇÃO DE CROMOS DE FUTEBOL 2024-2025

1€
UNID.

SAQUETAS FUTEBOL 2024-25
REF.: 8244543



4€
UNID.

STARTER PACK FUTEBOL 2024-25
REF.: 8252402



8€
UNID.

ECOBLISTER FUTEBOL 2024-25
REF.: 8244544



OFERTA DA CADERNETA NA COMPRA DE 1 CAIXA DE 8 SAQUETAS



OFERTA LIMITADA AO STOCK EXISTENTE

ÍNDICE



BOOST PLUS eco

SUSTENTABILIDADE E PRATICIDADE

1 Lava sem água

20%
Desconto Direto
~~3,99€~~
3,19€ UNID.
(1) SPRAY LAVA E ENCERA S/ ÁGUA BOOST
REF.: 7611133
EMB.: 0.5 L
6,38€/L

2 Sem branqueadores óticos

Leve 3 por 6€
2,99€ UNID.
(1) ROLO MULTIUSOS BOOST ECO
REF.: 8252321

3 Fórmula biodegradável

20%
Desconto Direto
~~2,49€~~
1,99€ UNID.
(1) LIMPA VIDROS CONCENTRADO BOOST ECO
REF.: 8189897
EMB.: 0.5 L
3,98€/L

4 Com Enzimas naturais

4,99€ UNID.
(1) DESENTUPIDOR BOOST ECO
REF.: 8293831

5 Fórmula biodegradável

20%
Desconto Direto
~~2,99€~~
2,39€ UNID.
(1) SPRAY LIMPA ESTOFOS BOOST ECO
REF.: 6911057
EMB.: 0.5 L
4,78€/L



COLEÇÕES © TROQUE OS SEUS SELOS



ÚLTIMOS DIAS

MARCA DA SEMANA



50

CARRINHOS DE COMPRAS

NO VALOR DE 350€ CADA

TODOS OS MESES

Concurso Publicitário nº 1 / 2025, autorizado pela Câmara Municipal de Matosinhos. Prémios não convertíveis em dinheiro.



loja, site e app
As fotografias deste folheto são ilustrativas.
A totalidade dos produtos apresentada poderá não estar disponível em todas as lojas.



faleconnosco.continente.pt
210 16 16 16
Chamada para a rede fixa nacional



Estes preços são válidos nos Hipermercados Continente, Continente Modelo, (exceto Continente Bom Dia, Madeira e Açores) de 25 de fevereiro a 3 de março de 2025, salvo ruptura de stocks ou erro tipográfico. Adereços não incluídos. Modelo Continente Hipermercados, S.A. (anunciante); Sede: Rua João Mendonça, n.º 505 - Senhora da Hora, 4464-503 Matosinhos; Matriculada na C.R.C. do Porto sob o n.º 502 011 475/NIPC; Capital Social 403.827.000,00 Euros. Os descontos em Cartão Continente têm a validade a partir do dia seguinte à sua emissão. O desconto só pode ser utilizado em produtos e não é convertível em dinheiro. Não acumula com outras campanhas em vigor. *PVP/ Preço recomendado* o preço de venda sugerido ou recomendado para um determinado produto, definido e indicado pelo fabricante, produtor ou fornecedor.
GUIDE DO MEIO AMBIENTE. Impressão: LIDERGRAF | Sustainable Printing, empresa certificada no âmbito de Sistema de Gestão Ambiental ISO 14001:2015 (PT-2006/AMB.0261), e com certificação de papel proveniente de fontes controladas. Recolha e recicle o papel usado.

(1) ARTIGOS INDISPONÍVEIS NAS LOJAS CONTINENTE DE BARREIRO, LOULÉ, PORTIMÃO (CABEÇO DO MOCHO), TAVIRA, TORRES NOVAS E CONTINENTE MODELO DE CARTAXO, ELVAS, ERMESINDE, MAIA, MAIA VIVACI, LEÇA DO BALIO, OLIVEIRA DE AZEÍMEIS, OVAR, REBOROSA, RIO TINTO, SÃO JOÃO DE VER E VISEU RETAIL PARK.