

Intermarché

de 13 (quinta) a 19 (quarta)
de março de 2025

7,29€**
/kg

PEIXE-ESPADA-PRETO
Inteiro
Fresco

6,99€**
/kg

ROBALO DE VIVEIRO
de 200 a 600 g
Fresco

9,99€**
/kg

**DOURADA
DE VIVEIRO**
de 800 g a 1 kg
Fresca

2,99€**
/kg

**CARAPAU
PEQUENO**
Fresco

~~14,99€*~~
/kg

10,99€**
/kg

ROBALO DE VIVEIRO
de 1 a 2 kg
Fresco

PROMOÇÃO
DE 13 A 19
DE MARÇO

**POUPE
26%**

* Preço aconselhado. ** Preços válidos só nos pontos de venda com secção de Peixaria.

FRESCOS SEMPRE AO MELHOR PREÇO

De segunda a quarta
de 17 a 19 de março de 2025

GANHE **20%** em cartão!



**EM TODAS AS FRUTAS
E LEGUMES*****

*** Exceto fruta cortada, frutos e legumes secos e legumes lavados prontos a consumir.

PEIXE FRESCO AO PREÇO DE SEMPRE



4,99€**
/kg

SAFIO
Inteiro
Fresco



4,99€**
/kg

RAIA
Inteira
Fresca



PROMOÇÃO
DE 13 A 19 DE MARÇO

~~4,99€**~~
/kg

POUPE 30%

CAVALA
Fresca



8,99€**
/kg

TRUTA-SALMONADA DE VIVEIRO
de 2 a 3 kg
Inteira
Fresca



9,99€**
/kg

CORVINA DE VIVEIRO
de 2 a 3 kg
Inteira
Fresca



11,99€**
/kg

TAMBORIL
Inteiro
Fresco



13,99€**
/kg

PREGADO DE VIVEIRO
de 1 a 2 kg
Inteiro
Fresco



10,99€**
/kg

POLVO MÉDIO
Fresco



1,99€**
/kg

MEXILHÃO MÉDIO
Fresco



10,99€
/Unid.

CAMARÃO COZIDO 30/50
Emb.: 1 kg





3,49€
/kg

PESCADA-DA-ARGENTINA PEQUENA
- 500 g
Congelada

4,99€
/kg

RED-FISH GRANDE
+ de 500 g
Congelado

8,99€
/kg

PESCADA-DO-CHILE N.º 3
de 800 g a 1,5 kg
Congelada

5,29€
/kg

SOLHA MÉDIA
Congelada

8,99€
/kg

MARUCA
de 1 a 2 kg
Congelada

12,99€
/kg

PEIXE-ESPADA-BRANCO PorSi
Posta
Higienizado
Congelado

4,99€
/kg

LULA
Inteira
Congelada

8,99€
/kg

MEDALHÕES DE PESCADA PorSi
Higienizado
Congelado

3,99€
/kg

AMÊIJOA-BRANCA
Congelada

7,99€
/kg

CAMARÃO 60/80
Aquicultura
Congelado

7,99€
/Unid.

SAPATEIRA COZIDA PorSi
+ de 800 g
Congelada

5,99€
/kg

CARAS DE BACALHAU
Congeladas

2,29€
/Unid.

DESFIAO DE PALOCO
Emb.: 400 g - 5,73€/kg

10,49€
/kg

BACALHAU CRESCIDO DE 1.ª DA NORUEGA
Inteiro

PEIXARIA



De segunda a quarta
de 17 a 19 de março de 2025

GANHE
20%
em cartão¹



**EM TODAS AS FRUTAS
E LEGUMES***

* Exceto fruta cortada, frutos e legumes secos e legumes lavados prontos a consumir.

1,49€
/kg

MAÇÃ
Golden, Starking,
Reineta
Categoria: II
Calibre: 70/75



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO¹
ACUMULAM +20%

0,30€/kg

1,69€
/kg

MELÃO VERDE
Categoria: II



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO¹
ACUMULAM +20%

0,34€/kg

0,95€
/kg

LARANJA
Categoria: II



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO¹
ACUMULAM +20%

0,19€/kg

2,99€
/kg

KIWI
Categoria: II
Calibre: 30/36



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO¹
ACUMULAM +20%

0,60€/kg

2,29€
/kg

**MANGA
"BARCO"**
Categoria: II



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO¹
ACUMULAM +20%

0,46€/kg

3,59€
/kg

UVA RED GLOBE
Categoria: II



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO¹
ACUMULAM +20%

0,72€/kg

1,79€
/Unid.

MIRTILO
Categoria: II
Emb.: 125 g
14,32€/kg



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO¹
ACUMULAM +20%

0,36€/Unid.

1,89€
/Unid.

**MANDARINA TANGO
S/ SEMENTES**
Emb.: 750 g - 2,52€/kg



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO¹
ACUMULAM +20%

0,38€/Unid.

1,59€
/kg

TOMATE SALADA
Categoria: II



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO¹
ACUMULAM +20%

0,32€/kg

2,15€
/Unid.

**LEGUMES
CORTADOS
PorSi**
Brócolos e Couve-Flor,
Brócolos, Couve-Flor
Emb.: 500 g - 4,30€/kg



1,59€
/Unid.

**SALADA
Vitacress**
Espinafres
Emb.: 250 g - 6,36€/kg;
Aromática
Emb.: 100 g - 15,90€/kg;
Camponesa
Emb.: 200 g - 7,95€/kg





1,49€
/kg

BETERRABA S/ RAMA
Categoria: II



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,30€/kg

1,49€
/kg

CURGETE
Categoria: II



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,30€/kg

1,49€
/kg

BATATA DOCE
Categoria: II



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,30€/kg

3,99€
/kg

COGUMELO BRANCO
Categoria: II



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,80€/kg

1,29€
/Unid.

BATATA P/ ASSAR
Branca, Roxa
Categoria: II
Emb.: 1 kg



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,26€/Unid.

6,49€
/Unid.

BATATA
Branca, Roxa
Categoria: II
Emb.: 10 kg
0,65€/kg



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

1,30€/Unid.

2,49€
/Unid.

ALHO SECO
Categoria: II
Emb.: 500 g
4,98€/kg



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,50€/Unid.



Apoiar a **Produção Nacional**, é apoiar **Portugal**

0,89€
/kg

COUVE BRANCA
Programa Origens
Categoria: II
Origem: Portugal



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,18€/kg

0,89€
/kg

COUVE-CORAÇÃO
Programa Origens
Categoria: II
Origem: Portugal



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,18€/kg

0,89€
/Unid.

CENOURA
PorSi
Programa
Origens
Categoria: II
Emb.: 1 kg
Origem: Portugal



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,18€/Unid.

1,99€
/Unid.

MAÇÃ
PorSi
Programa
Origens
Fuji, Royal Gala
Categoria: II
Emb.: 1,5 kg
1,33€/kg
Origem: Portugal



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,40€/Unid.

2,49€
/Unid.

PERA ROCHA
PorSi
Programa
Origens
Categoria: II
Calibre: 55/60
Emb.: 1,5 kg
1,66€/kg
Origem: Portugal



DE 17 A 19
DE MARÇO

E CLIENTES
C/ CARTÃO'
ACUMULAM +20%

0,50€/Unid.

FRESCOS AO MELHOR PREÇO



3,99€*
/kg

PORCO
Rojões, Bifanas,
Entrecosto s/ Entrecosto

Preço válido a partir de **1 kg**

4,99€*
/kg

PORCO
Lombo s/ Osso
Inteiro

Preço válido a partir de **1 kg**

10,99€*
/kg

NOVILHO
Bife da Pã e Acém

Preço válido a partir de **800 g**

12,48€*
/kg

NOVILHO
Maminha
Origem: Europa

Preço válido a partir de **800 g**

14,49€*
/kg

NOVILHO
Bife de Alcatra
Fortuna Açores

Preço válido a partir de **800 g**

5,49€*
/kg

NOVILHO
Figado

Preço válido a partir de **800 g**

6,49€*
/kg

PERU
Espetada

4,99€*
/kg

SALSICHA FRESCA
Porco, Tipo Brasileira

5,29€
/Unid.

6 SALSICHAS PorSi
Merguez
Emb.: 330 g
16,03€/kg;
4,59€/Unid.
Chipolata
c/ Ervas
Emb.: 330 g
13,91€/kg

7,98€
/kg

PORCO PorSi
Finíssimos:
Entrecosto, Preguinho,
Bifinhos do Lombo
Embalado

1,99€
/Unid.

MOELAS DE FRANGO
1kg
Congelado

Apoiar a **Produção Nacional**, é apoiar **Portugal**

4,49€*
/kg

FRANGO DO CAMPO LUSITANO
PorSi Select
Programa Origens
Inteiro c/ Miúdos
Origem: Portugal

6,99€
/kg

JARDINEIRA DE PERU
PorSi
Programa Origens
Criado em: Portugal



PREÇOS ACABADINHOS *de sair do forno*

0,79€**
/Unid.
BAGUETE
400 g - 1,98€/kg



0,85€**
/Unid.
LANCHE MISTO
130 g - 6,54€/kg



7,99€**
/Unid.

SEMI-FRIO DE MORANGO
700 g - 11,41€/kg



1,79€**
/Unid.
**PÃO DE FORMA
9 CEREAIS
DE RIO MAIOR**
500g - 3,58€/kg



1,09€**
/Unid.
PÃO FORNO DE PEDRA
Garcia & Filhos
Trigo, Centeio
400 g - 2,73€/kg

0,85€**
/Unid.
PÃO C/ CHOURIÇO
110 g - 7,73€/kg

**LEVE 4
PAGUE 3^a)**

0,10€**
/Unid. **SE LEVAR 4**
GARÇA DE TRIGO
55 g - 2,36€/kg **0,13€**/Unid.**



0,15€**
/Unid. **SE LEVAR 4**
**BOLA DE MISTURA
CENTEIO BAVIERA**
90 g - 2,22€/kg **0,20€**/Unid.**



0,21€**
/Unid. **SE LEVAR 4**
PÃO DA AVÔ
90 g - 3,00€/kg **0,27€**/Unid.**



0,45€**
/Unid. **SE LEVAR 4**
CROISSANT BRIOCHE
85 g - 6,94€/kg **0,59€**/Unid.**



**LEVE 3
PAGUE 2^a)**

0,57€**
/Unid. **SE LEVAR 3**
CROISSANT
Creme, Chocolate
100 g - 8,50€/kg **0,85€**/Unid.**



**LEVE 6
PAGUE 4^a)**

0,26€**
/Unid. **SE LEVAR 6**
PASTEL DE NATA
60 g - 6,50€/kg **0,39€**/Unid.**



PADARIA E PASTELARIA



2,69€
/Unid.

PÃO C/ LEITÃO
140 g - 19,21€/kg

PRONTINHOS A LEVAR

a preços saborosos

0,79€
/Unid.

RISSÓIS
Carne, Peixe
60 g - 13,17€/kg

2,50€
/250g

**BACALHAU C/ NATAS,
FEIJOADA,
LASANHA DE CARNE,
EMPADÃO DE CARNE**
9,99€/kg

1,29€
/Unid.

EMPANADILHA
Frango, Atum, Carne
135 g - 9,56€/kg

2,75€
/250g

**CARIL DE FRANGO
C/ MAÇÃ**
10,99€/kg

2,75€
/250g

**FAVAS C/
ENTRECOSTO**
10,99€/kg

2,75€
/250g

**MASSINHA
DE PEIXE**
10,99€/kg

0,75€
/250g

**SOPA DE
FEIJÃO VERDE**
2,99€/kg

TAKE-AWAY



PROMOÇÃO
DE 13 A 19 DE MARÇO

POUPE
10%
NA MARCA
TA TUNG

POUR
EXEMPLO: 2,39€
2,39€
/Unid.

GYOZA
DE FRANGO
Ta Tung
144 g
16,60€/kg



4,49€
/Unid.

SALMÃO FUMADO
PorSi
100 g - 44,90€/kg;
6,99€/Unid.
200 g
34,95€/kg



DESDE
2,45€
/Unid.

NAS PIZZAS FRESCAS
PorSi

PIZZA
ROMANA
PorSi
Refrigerada
410 g - 5,98€/kg



2,19€
/Unid.

CHEESEBURGER
Porco
2 x 125 g
8,76€/kg;
2,49€/Unid.
Aves
2 x 125 g
9,96€/kg



TAKE-AWAY

13,99€
/kg

FIAMBRE
DA PERNA
EXTRA
Sicasal



Embalado em
loja a partir de 200 g

16,29€
/kg

PEITO DE PERU,
PEITO DE FRANGO
FORNO A LENHA
Primer



Embalado em
loja a partir de 200 g

12,49€
/kg

PAIO YORK
PorSi



Embalado em
loja a partir de 150 g

17,99€
/kg

PRESUNTO
S/ OSSO
Sicarze
Cura 10 Meses



Embalado em
loja a partir de 200 g

1,39€
/Unid.

ALHEIRA ESPECIAL DE
TRÁS-OS-MONTES
PorSi
200 g - 6,95€/kg



DESDE
1,89€
/Unid.

NOS ENCHIDOS DAS
BEIRAS DE 200 G E 300 G
PorSi

FARINHEIRA
DAS BEIRAS
PorSi
200 g - 9,45€/kg



AQUI
POUPOU ATÉ
25%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POUR
EXEMPLO: 2,55€
1,89€
/Unid.

FIAMBRE DA
PERNA EXTRA
Nobre
Fatias Clássicas
120 g - 15,75€/kg



AQUI
POUPOU
20%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POUR
EXEMPLO: 2,75€
2,19€
/Unid.

PEITO DE PERU,
PEITO DE FRANGO
FORNO DE LENHA
Campofrio
Fatias Clássicas
120 g - 18,25€/kg



AQUI
POUPOU DESDE
20%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POUR
EXEMPLO: 2,95€
2,29€
/Unid.

PRESUNTO
Damatta
Fumeiro d'Aldeia
Fatias
70 g - 32,71€/kg



AQUI
POUPOU DESDE
12%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POUR
EXEMPLO: 2,95€
2,49€
/Unid.

BACON
Elpozo
Fatias
150 g - 16,60€/kg



CHARCUTARIA

*** O preço de referência de mercado é um preço indicativo, com base num levantamento efetuado nos dias 4 e 5 de fevereiro de 2025, por uma entidade externa e idónea.

QUEIJOS E LATICÍNIOS



7,99€
/kg

QUEIJO FLAMENGO
BARRA
Gresso



Embalado em 250 g
loja a partir de

9,89€
/kg

QUEIJO CURADO
Paiva

Amanteigado,
Apimentado, Light;

Embalado em 1/4
loja a partir de

Meio-Gordo

Embalado em 1/2
loja a partir de



9,89€
/kg

QUEIJO CURADO
Queijaria das Pousadas
Meio Gordo,

Embalado em 1/2
loja a partir de

Amanteigado

Embalado em 1/4
loja a partir de



4,99€
/Unid.

QUEIJO CURADO
SEIA PEQUENO

Lagos

Ovelha

Amanteigado,

Cabra, Mistura;

2,99€/Unid.

Ovelha Barrado



AQUI
POUPOU ATÉ
15%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 3,89€
/Unid.

3,28€
/Unid.

QUEIJO
FLAMENGO
Agros
Bola Quartos
350 g - 9,37€/kg



2,59€
/Unid.

QUEIJO FRESCO

PorSi

Original;

PorSi VivaBem

Light, Baixo Teor de Sal
4 x 62,5 g - 10,36€/kg



1,45€
/Unid.

QUEIJO FLAMENGO

PorSi

Ralado

200 g - 7,25€/kg



AQUI
POUPOU DESDE
25%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 2,75€
/Unid.

2,05€
/Unid.

QUEIJO
FLAMENGO
Terra Nostra
Original
Folhas
200 g - 10,25€/kg



AQUI
POUPOU DESDE
10%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 1,99€
/Unid.

1,79€
/Unid.

QUEIJO
A Vaca Que Ri
Original
8 Porções
125 g - 14,32€/kg



AQUI
POUPOU DESDE
15%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 2,79€
/Unid.

2,37€
/Unid.

QUEIJO
Boursin
c/ Alho e Ervas
150 g - 15,80€/kg



AQUI
POUPOU DESDE
10%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 0,99€
/Unid.

0,89€
/Unid.

LEITE UHT
Mimosa
Meio-Gordo
1 L



AQUI
POUPOU DESDE
10%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 1,09€
/Unid.

0,98€
/Unid.

LEITE
SELECIONADO
Matinal
Meio-Gordo
1 L



DESDE
0,79€
/Unid.

NAS BEBIDAS VEGETAIS
DE SOJA
PorSi
VivaBem

BEBIDA DE SOJA
ORIGINAL
PorSi VivaBem
1 L



AQUI
POUPOU DESDE
10%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 2,89€
/Unid.

2,59€
/Unid.

CHANTILLY
Mimosa
250 g - 10,36€/kg





AQUI POUPA

25%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

POR EXEMPLO: 3,15€ /Pack

2,35€ /Pack

NOS LEITES C/ CHOCOLATE

Ucal

Pack: 3 x 250 ml - 3,13€/L

NOS LEITES C/ CHOCOLATE DE 1 L E 3 X 250 ML

UCAL



AQUI POUPA DESDE

12%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

POR EXEMPLO: 1,79€ /Pack

1,56€ /Pack

NOS LEITES C/ CHOCOLATE

Mimosa

Pack: 4 x 200 ml

1,95€/L

NOS LEITES C/ CHOCOLATE

MIMOSA



2,09€ /Unid.

MANTEIGA

Primor

c/ Sal, s/ Sal

250 g - 8,36€/kg;

c/ Sal Marinho - 1,89€/Unid.

125 g - 15,12€/kg



AQUI POUPA ATÉ

39%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

POR EXEMPLO: 5,89€ /Unid.

3,56€ /Unid.

NOS CREMES VEGETAIS

BECEL e PROACTIV

CREME

VEGETAL

P/ BARRAR

Becel

Sabor a Manteiga

450 g - 7,91€/kg



Fonte de ÔMEGA 3

Reduz o Colesterol



1,99€ /Unid.

BRUNOISE

MÉDITERRANÉENNE

Saint Eloi

600 g - 3,32€/kg

OS NOSSOS

Exclusivos

DAQUI



4,15€ /Unid.

QUEIJO GRUYÈRE

FRANÇA IGP

Itinéraire

de Nos Régions

250 g - 16,60€/kg



1,75€ /Unid.

CERVELAS

Monique Ranou

Fatias

150 g - 11,67€/kg



8,99€ /Unid.

COUSCOUS ROYAL

Itinéraire des Saveurs

1 kg



3,25€ /Unid.

QUEIJO PONT-L'ÉVÊQUE DOP

Itinéraire de Nos Régions

220 g - 14,77€/kg



5,65€ /Unid.

4 ANDOUILLETES

SUPÉRIEURES

Monique Ranou

500 g - 11,30€/kg



3,39€ /Unid.

BATATA FRITA RUSTIQUE

Saint Eloi

600 g - 5,65€/kg



5,45€ /Unid.

ARROZ À LA CANTONAISE

Itinéraire des Saveurs

1 kg





1,54€
/Unid.

IOGURTE LÍQUIDO
Mimosa
Magro
Vários Sabores
4 x 151 ml - 2,55€/L;
1,79€/Unid.
Cremoso Zero
Morango,
Pêssego/Maracujá,
Morango/Melancia
4 x 151 ml - 2,96€/L



2,19€
/Unid.

IOGURTE LÍQUIDO
YOGGI S/ LACTOSE
Nestlé
Morango, Morango/Banana,
Tropical, Frutos Silvestres
4 x 160 g - 3,42€/kg;
3,99€/Unid.
Morango/Banana
8 x 160 g - 3,12€/kg



1,20€
/Unid.

IOGURTE MAGRO
PorSi VivaBem
Morango, Manga,
Natural
6 x 125 g - 1,60€/kg



1,98€
/Unid.

IOGURTE
Mimosa
Morango/Ananás/Banana,
Morango/Tutti-Frutti/Coco
8 x 120 g - 2,06€/kg



2,29€
/Unid.

IOGURTE
Longa Vida
Magro Natural;
0% Aroma: Morango,
Tutti-Frutti/Coco
6 x 120 g - 3,18€/kg;
0% Pedacos:
Muesli/Cereais,
Amora/Framboesa
4 x 120 g - 4,77€/kg



2,99€
/Unid.

DANACOL
Danone
Morango,
Frutos Exóticos,
Aveia, Noz, Natural
6 x 100 g - 4,98€/kg;
5,79€/Unid.
Morango, Tropical
12 x 100 g - 4,83€/kg



2,69€
/Unid.

KÉFIR
Nestlé
Morango, Natural,
Multifrutos,
Natural 0%
6 x 100 g - 4,48€/kg;
1,99€/Unid.
Natural, Natural 0%,
Tropical, Morango
500 g - 3,98€/kg



2,39€
/Unid.

ACTIVIA
Danone
Vários Sabores
4 x 115 g - 5,20€/kg;
4 x 120 g - 4,98€/kg;
1,99€/Unid.
0% Cremoso:
Frutos Silvestres,
Cocktail de Frutas
4 x 115 g - 4,33€/kg



2,09€
/Unid.

IOGURTE MIX-IN
Nestlé
Smarties:
Baunilha, Morango
2 x 128 g - 8,16€/kg;
Kit Kat, Kit Kat Morango
2 x 115 g - 9,09€/kg;
Nesquik
2 x 116 g - 9,01€/kg;
Chocapic
2 x 118 g - 8,86€/kg



1,89€
/Unid.

IOGURTE ESTILO GREGO
Mimosa
Vários Sabores
4 x 110 g - 4,30€/kg



2,39€
/Unid.

YOCO DUO MIX
Nestlé
Suissinhos
Morango/Baunilha,
Morango/Banana
4 x 90 g - 6,64€/kg



1,69€
/Unid.

IOGURTE PROTEÍNA
Mimosa
Morango/Banana,
Caramelo,
Frutos Tropicais
250 ml - 6,76€/L;
Natural, Stracciatella,
Morango/Framboesa,
Manga/Maracujá
2 x 140 g - 6,04€/kg





1,59€
/Unid.

BAGUETE DE ALHO
Panike

2 x 175 g - 4,54€/kg



2,99€
/Unid.

CANNELLONI
PorSi
De Cogumelos,
De Atum

300 g - 9,97€/kg



2,25€
/Unid.

10 PASTÊIS
DE BACALHAU
PorSi
300 g - 7,50€/kg



8,89€
/Unid.

BARRINHAS
DE PESCADA
PANADA
Pescanova
s/ Glúten

1,2 kg - 7,49€/kg



AQUI POUPA
40%

SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 13,49€
/Unid.

7,99€
/Unid.

NOS HAMBURGERS
CAPITÃO IGLO

8 HAMBURGERS S/ GLÚTEN
Capitão Iglo

Vaca

640 g - 12,48€/kg



AQUI POUPA DESDE
25%

SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 3,49€
/Unid.

2,59€
/Unid.

SALTEADO
ESTILO
PARISINO
Bonduelle
400 g - 6,48€/kg

NUMA SELEÇÃO DE LEGUMES
CONGELADOS
BONDUELLE (2)



4,86€
/Unid.

BATATA
PRÉ-FRITA
PorSi
Palitos Finos

2,5 kg - 1,94€/kg



3,89€
/Unid.

PREPARADO
P/ ARROZ
DE MARISCO
Brasmar
450 g - 8,64€/kg;
900 g - **7,59€/Unid.**
8,43€/kg



AQUI POUPA DESDE
20%

SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 7,49€
/Unid.

5,19€
/Unid.



NOS LOMBOS E MEDALHÕES
DE PESCADA E FILETES DE
DOURADA
IGLO

LOMBOS DE PESCADA
Iglo

400 g - 12,98€/kg

AQUI POUPA
30%

SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 11,49€
/Unid.

7,99€
/Unid.

TRANCHES
DE SALMÃO
SELVAGEM

Iglo

250 g

31,96€/kg



AQUI POUPA DESDE
10%

SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 12,49€
/Unid.

9,99€
/Unid.

CAMARÃO
VANNAMEI
Pescanova

24/40

800 g

12,49€/kg

NUMA SELEÇÃO DE CAMARÃO
PESCANOVA (2)



AQUI POUPA ATÉ
26%

SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 15,99€
/Unid.

11,69€
/Unid.

BACALHAU
Riberalves
Posta do Lombo
Cura 9 Meses
500 g
23,38€/kg

NA POSTA E LOMBO DE BACALHAU
CURA 9 MESES
RIBERALVES



2,99€
/Unid.

GELADO SANDWICH
PorSi
Nata/Chocolate, Nata

6 x 100 ml - 4,98€/L



AQUI POUPA ATÉ
40%

SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 5,49€
/Unid.

3,29€
/Unid.

GELADO

Cornetto

Morango,

Clássico

6 x 90 ml

6,09€/L

NA MARCA
CORNETTO



AQUI POUPA
25%

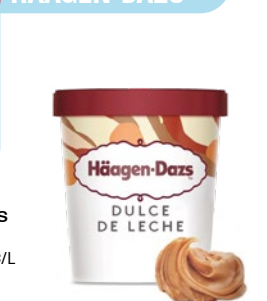
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 7,79€
/Unid.

5,79€
/Unid.

GELADO
Häagen-Dazs
Doce de Leite
460 ml - 12,59€/L

NOS GELADOS
HÄAGEN-DAZS



uma nova forma de cuidar de si

1,65€
/Unid.

PÃO DE TRIGO E MILHO
PorSi
450 g - 3,67€/kg



0,79€
/Unid.

TORTITAS DE MILHO
PorSi VivaBem
s/ Sal, c/ Sal
130 g - 6,08€/kg



AQUI POUPA ATÉ 16%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: **3,69€**
/Unid.
3,09€
/Unid.

PÃO DE FORMA
Schär
Clássico s/ Glúten
300 g - 10,30€/kg

NUMA SELEÇÃO DE PÃO S/ GLÚTEN **SCHÄR**(2)



AQUI POUPA DESDE 22%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: **4,15€**
/Unid.
3,09€
/Unid.

BARRAS
Bicentury
Chocolate Negro
s/ Glúten
102 g - 30,29€/kg

NA MARCA **BICENTURY**



AQUI POUPA ATÉ 36%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: **3,19€**
/Unid.
2,04€
/Unid.

BOLACHA ZERO
Gullón
Maria
s/ Açúcares
400 g - 5,10€/kg

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA GAMA **ZERO GULLÓN**(2)



AQUI POUPA DESDE 25%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: **1,99€**
/Unid.
1,49€
/Unid.

SNACK DE MAÇÃ
Fruit
Maçã Vermelha
Doce
60 g - 24,83€/kg

NOS SNACKS **FRUIT**



AQUI POUPA 20%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: **5,80€**
/Unid.
4,64€
/Unid.

CHÁ
Desinchá
Laranja c/ Canela
10 Saquetas
0,46€/Saqueta

NUMA SELEÇÃO DE CHÁS **DESINCHÁ**(2)



1,29€
/Unid.

8 WRAPS INTEGRAIS
PorSi
288 g - 4,48€/kg



PROMOÇÃO
DE 13 A 19 DE MARÇO

POUPE ATÉ 25%
POR EXEMPLO: **8,20€**
/Unid.
6,14€
/Unid.

MULTI VITAMINAS 50+
Planta Natur
30 Comprimidos
0,20€/Comprimido

NA MARCA **PLANTA NATUR**



2,63€
/Unid.

DOCE BIO
PorSi Bio
Morango, Mirtilo,
Pêssego
330 g - 7,97€/kg



PROMOÇÃO
DE 13 A 19 DE MARÇO

POUPE DESDE 20%*
POR EXEMPLO: **4,64€**
/Unid.
3,69€
/Unid.

BOLONHESA VEGETAL
Veg In
320 g - 11,53€/kg

NA MARCA **VEG IN**



PROMOÇÃO
DE 13 A 19 DE MARÇO

POUPE 30%
POR EXEMPLO: **3,50€**
/Unid.
2,54€
/Unid.

RISOTO DE COGUMELOS
Trevijano
280 g - 9,07€/kg

NA MARCA **TREVIJANO**





AQUI POUPA DESDE 14%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 2,74€** /Unid.
2,34€ /Unid.

NO PÃO DE FORMA S/ CÔDEA E BAGELS BIMBO

4 BAGELS Bimbo
Sementes
300 g
7,80€/kg



2,74€** /Unid.
20%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
2,19€ /Unid.

PÃO DE FORMA OROWEAT Bimbo
12 Cereais/
Sementes,
Sementes
de Girassol,
Sementes de
Sésamo
550 g - 3,98€/kg



AQUI POUPA ATÉ 33%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 2,99€** /Unid.
1,99€ /Unid.

NO PÃO DE LEITE E TRAVESEIROS BIMBO

8 PÃES DE LEITE Bimbo
280 g - 7,11€/kg



AQUI POUPA ATÉ 27%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 2,19€** /Unid.
1,59€ /Unid.

NA MARCA DONUTS

DONUTS MINI
5 Unidades
120 g - 13,25€/kg



2,29€ /Unid.

AREIAS PorSi
300 g - 7,63€/kg



AQUI POUPA 30%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 4,99€** /Unid.
3,49€ /Unid.

NOS CEREAIS ESTRELITAS NESTLÉ

CEREAIS ESTRELITAS Nestlé
550 g - 6,35€/kg



AQUI POUPA 20%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 3,99€** /Unid.
3,19€ /Unid.

NOS CEREAIS GOLDEN GRAHAMS, CINI MINI, COOKIE CRISP, CRUNCH E TRIX NESTLÉ

CEREAIS GOLDEN GRAHAMS Nestlé
Original
375 g - 8,51€/kg



AQUI POUPA DESDE 10%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 6,99€** /Unid.
5,24€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA GAMA FITNESS NESTLÉ(2)

CEREAIS FITNESS Nestlé
625 g
8,38€/kg



1,29€ DESDE /Unid.

NAS BARRAS DE CEREAIS PorSi

BARRAS DE CEREAIS PorSi
Bolas de Chocolate
120 g - 10,75€/kg



AQUI POUPA 25%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 4,99€** /Unid.
3,74€ /Unid.

NAS FARINHAS NÃO LÁTEAS DE 180 G E LÁTEA DE 500 G CERELAC

FARINHA LÁTEA CERELAC Nestlé
500 g - 7,48€/kg



AQUI POUPA DESDE 20%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 3,99€** /Unid.
3,19€ /Unid.

NA GAMA ZERO NESTUM

NESTUM ZERO Nestlé
Arroz
250 g - 12,76€/kg



AQUI POUPA DESDE 17%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 17,49€** /Unid.
13,99€ /Unid.

NOS LEITES REGULARES NAN 2, 3, E 4 DE 800 G NESTLÉ

LEITE EM PÓ Nestlé
Nan 2
800 g - 17,49€/kg



AQUI POUPA ATÉ 25%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 2,99€** /Unid.
2,24€ /Unid.

NA MARCA YOGOLINO

YOGOLINO Nestlé
Morango
4 x 100 g
5,60€/kg



AQUI POUPA ATÉ 26%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 2,83€** /Unid.
2,09€ /Unid.

NOS BOIÕES DE 190 G, PURÉS DE FRUTA DE 4 X 100 G E SNACKS P/ BEBÊ DE 28 G NESTLÉ

PURÉ DE FRUTA Nestlé
7 Frutas
4 x 100 g - 5,23€/kg



0,89€ /Unid.

SAQUETA DE FRUTA PorSi
Fruta/Chia,
Maçã/Morango/Mirtilo,
Fruta/Aveia
120 g - 7,42€/kg



3,85€** /Pack
2,69€ /Pack

AQUI POUPA 30%*
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

SAQUETA DE FRUTA Gogo
Vários Sabores
Pack: 4 x 90 g
7,47€/kg





1,37€
/Unid.

**BOLACHAS
SHORTCAKE**
PorSi
233 g - 5,88€/kg



AQUI
POUPOU ATÉ
27%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 1,99€
/Unid.
1,44€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE BOLACHAS
OREO⁽²⁾

BOLACHA RECHEADA
Oreo
Original
154 g - 9,35€/kg



AQUI
POUPOU DESDE
20%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 1,99€
/Unid.
1,59€
/Unid.

NA MARCA
SABOROSA

BOLACHAS BELGA
Saborosa
Manteiga
220 g - 7,23€/kg



AQUI
POUPOU ATÉ
26%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 2,29€
/Unid.
1,69€
/Unid.

NAS BOLACHAS TOSTA RICA
CUËTARA

TOSTA RICA CHOCO GUAY
Cuëtara
Chocolate
168 g - 10,06€/kg



3,99€
/Unid.

AQUI
POUPOU
25%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

2,99€
/Unid.

**CAFÉ
EM CÁPSULAS**
Bellissimo
Intenso, Original
10 Cápsulas
0,30€/Cápsula
**(Cápsulas
compatíveis
com as
máquinas
de café
Delta Q@**)**



4,99€
/Unid.

**CAFÉ
EM CÁPSULAS**
Buondi
Original, Intenso
18 Cápsulas
0,28€/Cápsula



3,49€
/Unid.

CAFÉ EM CÁPSULAS
PorSi
Splendido, Vellutato,
Descafeinado,
Galão
16 Cápsulas
0,22€/Cápsula
**(Cápsulas
compatíveis com as
máquinas de café
Dolce Gusto@**)**



9,19€
/Unid.

CAFÉ EM CÁPSULAS
DOLCE GUSTO
Nescafé
Buondi,
Buondi Intenso,
Buondi Robusto, Sical
30 Cápsulas
0,31€/Cápsula;
10,19€/Unid.
Intenso, Ristretto:
Barista, Napoli,
Ardenza
30 Cápsulas
0,34€/Cápsula



3,99€
/Unid.

AQUI
POUPOU
43%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

2,24€
/Unid.

CAFÉ MOÍDO
Bellissimo
Intenso, Original
200 g - 11,20€/kg



AQUI
POUPOU
35%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 4,99€
/Unid.
3,24€
/Unid.

NUMA
SELEÇÃO DE
CAFÉS
TORRADOS
SICAL⁽²⁾

CAFÉ 5 ESTRELAS
Sical
Moagem Grossa
220 g - 14,73€/kg



9,99€
/Unid.

AQUI
POUPOU
30%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

6,99€
/Unid.

RICORÉ
Nestlé
260 g - 26,88€/kg



AQUI
POUPOU ATÉ
35%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 2,30€
/Unid.
1,49€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE
CHÁS E INFUSÕES
LIPTON⁽²⁾

INFUSÃO
Lipton
Cidreira
20 Saquetas
0,07€/Saqueta



AQUI
POUPOU
30%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: 4,79€
/Unid.
3,35€
/Unid.

NOS ACHOCOLATADOS
DE 350 G E 390 G
NESQUIK

**ACHOCOLATADO
EM PÓ**
Nesquik
390 g - 8,59€/kg



2,99€
/Unid.

**AÇÚCAR
EM STICK**
Rar
1kg





AQUI POUPA DESDE 10%
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 2,49€^{*} /Unid.
2,09€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE CHOCOLATES EXTRAFINO NESTLÉ⁽²⁾

TABLETE DE CHOCOLATE EXTRAFINO Nestlé
Leite
125 g - 16,72€/kg

AQUI POUPA 20%
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 3,25€^{*} /Unid.
2,59€ /Unid.

NOS PACKS DE SNACKS DE 3 UNID. **KIT KAT**

CHOCOLATE Kit Kat
Branco
125 g - 20,72€/kg

7,99€^{*} /Unid. **AQUI POUPA 34%**
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
5,24€ /Unid.

DRAGEIAS DE CHOCOLATE M&M's
Amendoim,
Choco Maxi
330 g - 15,88€/kg

3,79€ /Unid.

CHOCOLATE P/ CULINÁRIA Nestlé
53% Cacau
200 g - 18,95€/kg;
2,79€/Unid.
44% Cacau
200 g - 13,95€/kg

AQUI POUPA ATÉ 26%
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 1,49€^{*} /Unid.
1,09€ /Unid.

NA MARCA **EL MANDARIN**

PUDIM FLAN El Mandarin
4 x 4,8 g
56,77€/kg

AQUI POUPA DESDE 25%
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 2,69€^{*} /Unid.
1,94€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS **ALSA⁽²⁾**

MOUSSE DE CHOCOLATE Alsa
132 g - 14,70€/kg

AQUI POUPA 20%
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 3,99€^{*} /Unid.
3,19€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE DOCES **BONNE MAMAN⁽²⁾**

DOCE EXTRA Bonne Maman
Morango
370 g - 8,62€/kg

2,79€ /Unid.

ARROZ AROMÁTICO DE PUNJAB PorSi Select
1 kg

AQUI POUPA ATÉ 23%
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 1,69€^{*} /Unid.
1,29€ /Unid.

NO ARROZ AGULHA E RISOTTO DE 1 KG **BOM SUCESSO**

ARROZ AGULHA Bom Sucesso
1 kg

0,55€ /Unid.

MASSAS ALIMENTÍCIAS PorSi
Cuscus, Bagos, Pevide, Letras
250 g - 2,20€/kg

AQUI POUPA 30%
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 1,98€^{*} /Unid.
1,38€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE MASSAS P/ WOK **MILANEZA⁽²⁾**

MASSAS ALIMENTÍCIAS WOK Milaneza
Espiraais
500 g - 2,76€/kg

1,26€^{*} /Unid. **AQUI POUPA 30%**
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
0,87€ /Unid.

ESPARGUETE Nacional
500 g + 50 g Grátis
1,58€/kg

AQUI POUPA DESDE 41%
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 2,59€^{**} /Unid.
1,49€ /Unid.

NOS KETCHUP **CALVÉ**

KETCHUP TOP DOWN Calvé
275 g - 5,42€/kg

1,79€ /Unid.

MOLHO PorSi
Burger
289 g - 6,19€/kg;
Kebab
282 g - 6,35€/kg

2,29€ /Unid.

MOLHO PIRI-PIRI SACANA
Paladin
Ai Ai
75 ml - 30,53€/L



AQUI
POUPA ATÉ
27%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: **1,29€****
/Unid.

0,94€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE FARINHAS
ESPIGA (2)



**SÊMOLA
DE MILHO**
Espiga
500 g - 1,88€/kg

0,85€
/Unid.

**PorSi
GRÃO DE BICO**
540 g - 1,57€/kg;
0,89€/Unid.
FEIJÃO:
Manteiga,
Encarnado,
Frade, Branco
540 g - 1,65€/kg



1,19€
/Unid.

**COGUMELOS
LAMINADOS**
PorSi
355 g - 3,35€/kg



AQUI
POUPA ATÉ
21%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: **1,89€****
/Unid.

1,49€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
DA GAMA VEGAN DE 360 G E
LEGUMINOSAS DE 410 G
COMPAL (2)



**LENTILHAS
Compal**
410 g - 3,63€/kg

AQUI
POUPA ATÉ
30%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: **1,49€****
/Unid.

1,04€
/Unid.

NAS SALSICHAS
EM LATA
NOBRE



**6 SALSICHAS
Nobre**
120 g - 8,67€/kg

4,09€**
/Unid.

1,98€
/Unid.

AQUI POUPA
51%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

**SALSICHAS
BOCKWURST**
Izidoro
Aves, Original
245 g - 8,08€/kg



AQUI POUPA
25%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: **2,49€****
/Unid.

1,86€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
PITÉU (2)



**POTÃO C/ ALHO
Pitêu**
120 g - 15,50€/kg

AQUI
POUPA ATÉ
25%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: **7,55€****
/Unid.

5,65€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE ATUM
POSTA EM AZEITE
BOM PETISCO (2)



**ATUM POSTA
EM AZEITE
Bom Petisco**
385 g - 14,68€/kg

AQUI
POUPA DESDE
23%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: **3,89€****
/Unid.

2,99€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE
REFEIÇÕES PREPARADAS
NOBRE (2)



**RECEITA CASEIRA
Nobre**
Almôndegas
420 g - 7,12€/kg

1,89€
/Unid.

POLPA DE TOMATE
PorSi
1 kg



AQUI
POUPA DESDE
20%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

POR
EXEMPLO: **4,99€****
/Unid.

3,74€
/Unid.

NAS MARCA
BARILLA



**MOLHO PESTO
Barilla**
190 g - 19,68€/kg

1,79€
/Unid.

ÓLEO ALIMENTAR
Frigi
1 L



**+ 1000
PRODUTOS
DO DIA-A-DIA, SEMPRE AO
MELHOR
PREÇO**

5,79€
/Unid.

AZEITE VIRGEM
Oliveira da Serra
0,75 L - 7,72€/L PET



4,99€**
/Unid.

2,49€
/Unid.

AQUI POUPA
50%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

**CALDO
P/ CULINÁRIA**
Knorr
Galinha, Carne,
p/ Arroz
24 Cubos
240 g - 10,38€/kg



**PROMOÇÃO
DE 13 A 19 DE MARÇO**

**POUPE
20%**
POR
EXEMPLO: **3,59€***
/Unid.

2,87€
/Unid.

NAS MOSTARDAS
COLMAN'S

MOSTARDA
Colman's
57 g - 50,35€/kg





DESPENSA

AQUI POUPA

18%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

POR EXEMPLO: 1,59€^{**} /Unid.

1,29€ /Unid.

BATATA FRITA
Lay's
Originais
160 g - 8,06€/kg

NAS BATATAS FRITAS ORIGINAIS DE 160 G E CAMPONESAS DE 150 G LAY'S



1,69€^{**} /Unid.

AQUI POUPA

29%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

1,19€ /Unid.

APERITIVOS FLAMIN'HOT
Cheetos
80 g - 14,88€/kg;
Ruffles, Doritos
75 g - 15,87€/kg



AQUI POUPA

35%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

POR EXEMPLO: 1,99€^{**} /Unid.

1,29€ /Unid.

APERITIVOS
Doritos
Tex Mex
120 g - 10,75€/kg

NOS APERITIVOS TEX MEX DE 120 G E DIPPAS DE 150 G DORITOS



AQUI POUPA

10%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

POR EXEMPLO: 3,89€^{**} /Pack

3,48€ /Pack

ÁGUA S/ GÁS
Luso
Pack: 6 x 1,5 L
0,39€/L

NUMA SELEÇÃO DE ÁGUAS S/ GÁS E S/ SABORES LUSO (2)



AQUI POUPA DESDE

15%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

POR EXEMPLO: 1,89€^{**} /Unid.

1,59€ /Unid.

TISANAS DE CHÁ
Pleno
Chá Verde & Limão
1,5 L - 1,06€/L

NAS TISANAS E KOMBUCHAS PLENO



1,75€^{**} /Unid.

AQUI POUPA

26%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

1,29€ /Unid.

REFRIGERANTE S/ GÁS
B!
Limonada,
Maracujá,
Maçã, Laranja
1,5 L - 0,86€/L



0,89€ /Unid.

ICED TEA ZERO
PorSi
Pêssego, Manga,
Limão
2 L - 0,45€/L
PET



1,35€ /Unid.

COLA
PorSi
Clássica
2 L - 0,68€/L;
Zero - **0,79€/Unid.**
2 L - 0,40€/L



1,59€ /Unid.

REFRIGERANTE C/ GÁS
Pepsi
Original
1,75 L - 0,91€/L;
3,18€/Pack
Pack: 2 x 1,75 L
0,91€/L



0,74€ /Unid.

BEBIDA ENERGÉTICA
V Energy
Guaranã
0,25 L - 2,96€/L;
1,09€/Unid.
0,50 L - 2,18€/L



+ 1000 PRODUTOS DO DIA-A-DIA, SEMPRE AO MELHOR PREÇO

AQUI POUPA DESDE

20%

SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

POR EXEMPLO: 1,39€^{**} /Unid.

1,09€ /Unid.

NOS REFRIGERANTES C/ GÁS DE 1 L SEVEN-UP

REFRIGERANTE C/ GÁS
Seven-Up
Lima-Limão
1 L



9,99€ /Pack

CERVEJA
Super Bock Mini
Pack: 24 x 0,20 L
2,08€/L - T.P.



13,85€ /Pack

CERVEJA
Sagres Mini
Pack: 30 x 0,25 L
1,85€/L - T.P.



BEBIDAS

20,39€
/Unid.

OBOÉ
Vinho DOC Douro
Superior
Tinto
2 x 0,75 L - 13,59€/L



6,99€
/Unid.

PAI
Vinho Regional
Tejo
Reserva
Tinto
2 x 0,75 L - 4,66€/L



OFERTAS ESPECIAIS DIA DO PAI

29,99€**
/Unid.

AQUI POUPA
20%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

23,99€
/Unid.

ADEGA VELHA
Aguardente Velha
6 Anos
0,50 L - 47,98€/L



22,99€
/Unid.

**QUINTA
DA PACHECA**
Vinho DOC
Douro
Superior
Tinto
1,5 L - 15,33€/L



29,89€
/Unid.

**MONTE DA
RAVASQUEIRA**
Vinho Regional
do Alentejo
Vinha das Romãs
Tinto
1,5 L - 19,93€/L



SUPER
PAI

5,29€
/Unid.

GRUZ
Vinho do Porto
Tawny, White,
Ruby
0,75 L - 7,05€/L



30,99€**
/Unid.

AQUI POUPA
22%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO

23,99€
/Unid.

J&B
Whisky
15 Anos
0,70 L - 34,27€/L



9,99€
/Unid.

**CONJUNTO ESSENCIAIS
DE DESPORTO**
Linic
Champô + Gel de Banho
+ Desodorizante em Spray
+ Bolsa



19,49€
/Unid.

**CONJUNTO
CAPTAIN BARRIL**
Old Spice
Desodorizante
em Stick
+ Gel de Banho
+ After Shave



19,49€
/Unid.

**CONJUNTO
Gillette**
Máquina de Barbear Proglide
+ Gel de Barbear Fusion
+ 1 Recarga + Bolsa



MELHOR
AMIGO

19,99€
/Unid.

**APARAFUSADORA
S/ FIOS**
Thork
12 V
c/ 25 Acessórios





DESDE
1,79€
/Unid.

**NAS GAMA DE
CHAMPÔS S/ SAL,
CONDICIONADORES
E MÁSCARAS
LABELL**

**CHAMPÔ
Labell**
Reparação
& Nutrição,
Liso e Sedoso
300 ml - 5,97€/L



AQUI
POUPOU ATÉ
40%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO
POR
EXEMPLO: 4,49€**
/Unid.
2,69€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
NIVEA MEN⁽²⁾

**CHAMPÔ
ANTI-CASPA
POWER
Nivea Men**
250 ml - 10,76€/L



AQUI
POUPOU ATÉ
36%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO
POR
EXEMPLO: 5,89€**
/Unid.
3,76€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
ULTRA SUAVE⁽²⁾

**CHAMPÔ,
CONDICIONADOR
Ultra Suave**
Água de Coco
& Aloé Vera
400 ml - 9,40€/L



6,69€**
/Unid.

4,99€
/Unid.

**LACA P/ CABELO
Elnett**
Fixação Normal,
Fixação Extra Forte,
Fixação Forte,
Pintados
300 ml - 16,63€/L



6,39€**
/Unid.

4,79€
/Unid.

**GEL DE BANHO
Dove**
Fruity Nourish,
Silky Velvet,
Fresh Care,
Hydrate,
Petal Soft
720 ml - 6,65€/L



DESDE
1,90€
/Unid.

**NAS LOÇÕES
CORPORAIS DE 400 ML
LABELL**
**LOÇÃO CORPORAL
Labell**
Sensitive
400 ml - 4,75€/L



AQUI POUPA
40%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO
POR
EXEMPLO: 4,49€**
/Unid.
2,69€
/Unid.

**NAS MARCAS
NARTA e
NARTA MEN**

**DESODORIZANTE
EM SPRAY
Narta**
Protect 5
200 ml - 13,45€/L



AQUI
POUPOU ATÉ
43%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO
POR
EXEMPLO: 4,99€**
/Unid.
2,84€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
**L'ORÉAL
MEN EXPERT⁽²⁾**

**DESODORIZANTE EM SPRAY
L'Oréal
Men Expert
Thermic Resist**
150 ml - 18,93€/L



DESDE
1,40€
/Unid.

**NOS ELIXIRES
LABELL**
**ELIXIR ORAL
Labell**
Sensitive
500 ml - 2,80€/L



AQUI
POUPOU DESDE
23%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO
POR
EXEMPLO: 3,79€**
/Unid.
2,84€
/Unid.

**NAS MARCAS
AQUAFRESH**

**ESCOVA
DE DENTES
Aquafresh**
Limpeza Flexível
2 + 1 Unid. Grátis
0,95€/Unid.



AQUI POUPA
25%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO
POR
EXEMPLO: 8,49€**
/Unid.
6,35€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE CUECAS
E PENSOS DE INCONTINÊNCIA
TENA⁽²⁾

**PENSOS DE
INCONTINÊNCIA⁽³⁾
Tena**
Maxi Night
12 Unid. - 0,53€/Unid.



21,94€**
/Unid.

14,99€
/Unid.

**FRALDAS
ACTIVITY EXTRA
Dodot**
Absorção
T6 c/ 44 Unid. - 0,34€/Unid.;
T5 c/ 48 Unid. - 0,31€/Unid.;
T4 c/ 52 Unid. - 0,29€/Unid.



AQUI
POUPOU ATÉ
50%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO
POR
EXEMPLO: 10,45€**
/Unid.
5,20€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE PAPEL HIGIÊNICO
COLHOGAR⁽²⁾

**PAPEL HIGIÊNICO
ULTRA SUAVE XXL
Colhogar**
12 Rolos = 24 Rolos - 0,43€/Rolo



**PROMOÇÃO
DE 13 A 19 DE MARÇO**

POUPE
30%
SOBRE REFERÊNCIA
DE MERCADO
POR
EXEMPLO: 15,85€**
/Unid.
11,19€
/Unid.

**NAS GAMAS
AGE PERFECT E
BRIGHT REVEAL
L'ORÉAL**

**CREME
AGE PERFECT
L'Oréal**
Dia, Noite
50 ml
223,80€/L



14,65€**
/Unid.

9,49€
/Unid.

**PAPEL
HIGIÊNICO
SUPER
Renova**
2 Folhas
48 Rolos
0,20€/Rolo



1,99€
/Unid.

**ROLO DE COZINHA
DESIGN XXL
Renova**
3 Rolos - 0,66€/Rolo





LIMPEZA

AQUI POUPA DESDE 20%**
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 4,99€** /Unid.
3,99€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE DETERGENTES P/ LAVAR ROUPA GAMA⁽²⁾

DETERGENTE LÍQUIDO P/ MÁQUINA DE LAVAR ROUPA Gama
Frescura de Colônia
45 Doses
2,00 L
2,00€/L



3,49€ /Unid.

AMACIADOR P/ ROUPA PorSi
Lavanda/Camomila, Suave, Bosque, Rosa
60 Doses
0,06€/Dose
3,9 L - 0,89€/L



1,74€ /Unid.

DETERGENTE LÍQUIDO MANUAL P/ LAVAR LOIÇA Fairy
Original, Jasmin Rosa
350 ml - 4,97€/L;
1,59€/Unid.
Limão, Rosa/Jasmim
340 ml - 4,68€/L



3,46€ DESDE /Unid.

NOS DETERGENTES P/ MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA PorSi

DETERGENTE EM PASTILHAS P/ MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA PorSi
Ecológico
28 Pastilhas
0,13€/Pastilha



0,79€ DESDE /Unid.

NOS LAVA TUDO AMONIACAIS PorSi

LAVA TUDO PorSi
Amoniacal
2 L - 0,40€/L



5,84€ /Unid.

DESENTUPIDOR DE CANOS Destop
Turbo + Gel
1 L



AQUI POUPA DESDE 20%**
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 2,89€** /Unid.
2,29€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS BUFALO⁽²⁾

POMADA LATA Búfalo
Preto
75 ml - 30,53€/L



2,66€** /Unid.

AQUI POUPA 25%**
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

1,98€ /Unid.

BLOCO P/ WC Bref
Power Activ, Blue Activ + Gama
50 g
39,60€/kg



AQUI POUPA 25%**
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 4,79€** /Unid.
3,59€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS SWIFFER⁽²⁾

RECARGA PANO AGARRA PÔ Swiffer
20 Unid.
0,18€/Unid.



€ + 1000 PRODUTOS DO DIA-A-DIA, SEMPRE AO MELHOR PREÇO

AQUI POUPA ATÉ 30%**
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO
POR EXEMPLO: 19,99€** /Unid.
13,99€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE DETERGENTES EM PASTILHAS P/ MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA FAIRY⁽²⁾

DETERGENTE EM PASTILHAS P/ MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA Fairy
Platinum Plus | Limão
48 Pastilhas - 0,29€/Pastilha

3,89€** /Unid.
2,49€ /Unid.

AQUI POUPA 35%**
SOBRE REFERÊNCIA DE MERCADO

SPRAY DE LIMPEZA Cillit Bang
Tira Gorduras, Ultra Lixívia & Higiene, Calcário & Sujidade, Casa de Banho, Bolor & Sujidade, Limpa Vidros
500 ml
4,98€/L

2,79€ /Unid.

LAVA TUDO Sonasol
Brilhante: Floral, Madeira, Universal, Eucalipto; Desinfetante
1,1 L - 2,54€/L



149,99€ /Unid.

TV LED 40" FULL HD Tveye
3 Saídas HDMI



A F

AS MELHORES PROMOÇÕES DE 13 A 19 DE MARÇO

POUPE ATÉ 20%
NA MARCA REDEX
POR EXEMPLO: 5,48€** /Unid.
4,39€ /Unid.

CIRCUITO FECHADO Redex
Rosa
5 L - 0,88€/L

POUPE ATÉ 40%
NOS ÓLEOS GALP
POR EXEMPLO: 41,99€** /Unid.
24,99€ /Unid.

ÓLEO SINTÉTICO PERFORMA Galp
10W40
5 L - 5,00€/L



UTILITÁRIOS

LEVE MAIS
PAGUE MENOS
QUANTIDADE A PREÇOS PEQUENOS

LEVE 5 PAGUE 4
FICA A 0,80€/Unid.

0,99€/Unid.

NATA UHT
Mimosa
Cremosa,
Culinária, Light
200 ml - 4,95€/L



LEVE 2 OU MAIS
POR APENAS 2,69€/Unid.

5,99€/Unid.

10 NUGGETS
Capitão Iglo
Frango, Frango & Queijo,
Frango Integral
208 g - 28,80€/kg



LEVE 3 PAGUE 2
FICA A 1,06€/Unid.

1,59€/Unid.

ARROZ
CAROLINO
Bom Sucesso
1 kg



LEVE 2 OU MAIS
POR APENAS 1,49€/Unid.

2,37€/Unid.

ATUM POSTA
EM AZEITE
Bom Petisco
120 g - 19,75€/kg



LEVE 2 POR 2,99€
FICA A 1,50€/Unid.

1,77€/Unid.

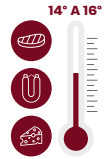
ÁGUA S/ GÁS
Luso
5,4 L - 0,33€/L



LEVE 3 PAGUE 2
FICA A 5,00€/Unid.

7,49€/Unid.

CABEÇA DE TOIRO
Vinho DOC Do Tejo
Reserva
Tinto, Branco, Rosé
0,75 L - 9,99€/L



LEVE 3 PAGUE 2
FICA A 3,00€/Unid.

4,49€/Unid.

CHAMPÔ
Linic Men
Eficácia Ativa, Cool Sport Mentol,
Anti-Queda, Controlo de Oleosidade
225 ml - 19,96€/L



LEVE 2 OU MAIS
POR APENAS 3,19€/Unid.

4,79€/Unid.

GEL DE BANHO
Axe
Black, Ice Chill,
Green Mojito, Apollo,
Excite, Dark Temptation,
Leather & Cookies,
Epic Fresh
400 ml - 11,98€/L



Preços válidos de 13 a 19 de março de 2025, em todas as lojas aderentes ao folheto. Não estão incluídas as lojas online.

Condições de utilização do cartão "Os Mosqueteiros" ou cartão "Poupança" disponíveis no balcão central das lojas Intermarché que aderiram ao mesmo.

OS ARTIGOS PRESENTES NESTE FOLHETO PODERÃO NÃO ESTAR DISPONÍVEIS EM TODAS AS LOJAS INTERMARCHÉ, CONSULTE AS LOJAS ADERENTES AO FOLHETO EM WWW.INTERMARCHÉ.PT

Preços válidos de 13 a 19 de março de 2025, salvo erro tipográfico ou rutura de stock. Adereços não incluídos, fotografias não contratuais. Venda limitada às quantidades a fixar com cada loja aderente.

¹ A acumular no seu Cartão "Os Mosqueteiros" ou Cartão "Poupança" de 17 a 19 de março de 2025, valor a descontar nos dias 24 a 26 de março de 2025. Consulte o regulamento na loja e no site.

² Consulte os produtos na loja e no site.

³ Dispositivo médico: ler atentamente rotulagem e instruções de utilização.

Em todas as lojas Intermarché aderentes ao folheto, é garantido o preço final nestes artigos. Pode contudo, haver ligeiras diferenças entre lojas quanto ao preço anterior praticado e indicado neste folheto ("preço riscado"), por questões de gestão operacional dos produtos. Consulte em cada loja Intermarché ou site, o concreto preço riscado anterior.

O CONTEÚDO APRESENTADO NESTE FOLHETO É PROPRIEDADE E RESPONSABILIDADE DA ITMP ALIMENTAR, S.A., COM SEDE EM LUGAR DO MARRUJO, BUGALHOS, 2384-004 ALCANENA - NIF 503882003

Siga-nos no
YouTube



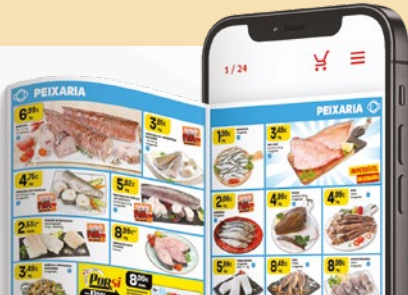
intermarche.pt



AS GRANDES PROMOÇÕES
CONTINUAM, O FOLHETO
EM PAPEL NÃO.

As imagens e produtos apresentados são meramente ilustrativos.

PÁG. 24/24



Aceda aqui ao
folheto digital