

DU MARDI 14 AU DIMANCHE 19 OCTOBRE 2025^(A)

SUPER | *express*

Commerçants **autrement**

Spécial PRODUITS DE LA MER

À PRIX BAS !



ENGAGEMENT
RESSOURCES

À SAISIR

2+1
OFFERTE

9€
LES 3 PIÈCES
SOIT
3€
LA PIÈCE

DORADE ROYALE ^{(1)(B)}

La pièce de 300g
minimum
Vendue seule : 4,50 €

(1) Elevé en

GRECE CROATIE

selon votre
point de vente



(2) Origine
FRANCE



DU MARDI 14
AU SAMEDI 18
OCTOBRE

2€
49

LE KG

TOMATE RONDE
CHARNUE⁽²⁾

Calibre : 82/102 mm
Catégorie : 1

(A) Selon jour d'ouverture de votre magasin. (B) Offre valable dans les magasins équipés d'un rayon poissonnerie traditionnel.

SPÉCIAL PRODUITS DE LA MER



Vendu au rayon libre-service

BULOTS CUIITS DE LA BAIE DE GRANVILLE ^{(1)(A)}
La barquette de 1 kg
Le kg : 9,95 €

9,95 €
LA BARQUETTE

ENCORNET ^{(1)(B)}

12,95 €
LE KG

ÉLEVÉES SUR NOS CÔTES

HUITRE SPÉCIALE DE LA COTE DE NACRE ^{(2)(B)}
Calibre N°2

7,50 €
LE KG

MOULE DE BOUCHOT STG ^{(3)(B)}

3,75 €
LE KG

DÈS 2 KILOS ACHETÉS

3,25 €
LE KG

ENGAGEMENT
RESSOURCES



SPÉCIAL PRODUITS DE LA MER



**3+1
OFFERT**

5€
LA BARQUETTE
FILET DE LIMANDE
MEUNIERE U (4)(A)
La barquette de 400g
Le kg : 12,50 €



CREVETTE CUITE (5)(B)
Calibre : 60/80
(60 à 80 pièces au kg)

**23€
95**
LE KG

MADAGASCAR

**ENGAGEMENT
RESSOURCES**



NOIX DE COQUILLE
ST JACQUES (1)(B)
(Pecten Maximus)

**29€
95**
LE KG



CREVETTES CUITES (6)(B)
Calibre 20/30 (20 à 30 pièces au kg)

**9€
95**
LE KG



**ENGAGEMENT
RESSOURCES**

VOTRE MAGASIN U S'ENGAGE POUR UNE MEILLEURE GESTION DES RESSOURCES.

Chez U, pour continuer à manger du poisson, nous contribuons à le protéger.
Retrouvez une classification* simple, pour apprendre à mieux consommer.

* Retrouvez le détail de la démarche sur magasins-u.com

**VERT, ORANGE OU ROUGE*, UNE CLASSIFICATION
SIMPLE POUR APPRENDRE À MIEUX CONSOMMER**



Nous commercialisons
les espèces considérées
comme abondantes



Nous commercialisons
sans faire de promotion
les espèces dont les ressources
s'affaiblissent



Nous ne commercialisons
plus les espèces menacées

(6) Elevé en

EQUATEUR

ou au Venezuela ou au Nicaragua
ou au Honduras selon votre point de vente

(A) Concerne les magasins équipés d'un rayon poissonnerie libre service.
(B) Offre valable dans les magasins équipés d'un rayon poissonnerie traditionnel.

SPÉCIAL PRODUITS DE LA MER



ENGAGEMENT
RESSOURCES

QUEUE
DE LOTTE^{(2)(A)}

17€
LE KG ,95



**PRIX
BAS**

FILET DE DORADE
SEBASTE^{(3)(A)}

12€
LE KG ,95



ENGAGEMENT
RESSOURCES

Entièrement
dégraissé

POISSON NOURRI
SANS OGM
(<0,9%)

À SAISIR

**PRIX
BAS**

10€
LE KG ,90

FILET DE SAUMON
ATLANTIQUE DES FJORDS
DE NORVEGE U^{(1)(A)}



LIEU NOIR
A LA COUPE^{(3)(A)}

9€
LE KG ,50

(1) Elevé en

(2) Pêché en

NORVEGE

ATLANTIQUE NORD-EST

(3) Pêché Atlantique

NORD-EST

(4) Elevé en

FRANCE

(5) Transformé en

BELGIQUE



SPÉCIAL PRODUITS DE LA MER

ENGAGEMENT
RESSOURCES

BAR D'AQUACULTURE ^{(4)(A)}
Calibre 800 et +
19€_{,95}
LE KG

DU JEUDI 16 AU SAMEDI 18 OCTOBRE

ENGAGEMENT
RESSOURCES

SAUMONETTE ^{(2)(A)}

À SAISIR

**PRIX
BAS**

7€_{,95}
LE KG

LES PRODUITS

ENGAGEMENT
RESSOURCES

**POISSON NOURRI
SANS OGM**
($<0,9\%$)

**SAUMON ENTIER
ATLANTIQUE DES FJORDS
DE NORVEGE** ^{(1)(A)}
Calibre 1 à 3 kg
7€_{,99}
LE KG

Saveurs

A Réchauffer au
four micro-ondes
30 secondes à 750W
et c'est prêt

ENGAGEMENT
RESSOURCES

**POISSON NOURRI
SANS OGM**
($<0,9\%$)

**PAVE DE SAUMON FUME
MEDITERRANEEN
USAVEURS** ^{(5)(B)}
La barquette de 220g
Le kg : 37,50 €
7€_{,50}
LA BARQUETTE

(A) Offre valable dans les magasins équipés d'un rayon poissonnerie traditionnel.
(B) Concerne les magasins équipés d'un rayon poissonnerie libre service.

LES OFFRES DU MARCHÉ

CRÊPE JAMBON CHAMPIGNONS
OU JAMBON FROMAGE
OU POULET FROMAGE^{(1)(A)}
La barquette de 6 crêpes soit 720g
Le kg : 11,10 €

À SAISIR

PRIX
BAS

7€
,99

LA BARQUETTE
AU CHOIX



PÂTE DE CAMPAGNE
A L'ANCIENNE A L'ÉCHALOTE
OU PÂTE FORESTIER A L'ANCIENNE
MADRANGE^{(2)(B)} 7€
LE KG ,49



JAMBON CUIT A
L'ANCIENNE AVEC COUENNE
DOMAINE PICARD^{(2)(B)} 15€
LE KG ,99



POITRINE CUIE GLACÉE
GINE TRANOR^{(2)(B)} 9€
LE KG ,49



VÉRITABLE ANDOUILLE
DE GUÉMENÉ AMAND^{(2)(B)} 26€
LE KG ,99



PAUPIETTE DE VEAU FACON
BOUCHÈRE CUISINÉE
OU CUISSE DE LAPIN CHASSEUR
MITONNÉE A L'ÉCHALOTE^{(1)(B)} 13€
LE KG ,49



MINI PANIERS FEUILLETÉS^{(1)(A)}
La barquette de 200g
Le kg : 32,95 €
OU MINI SAUCISSES COSTUMÉES^{(1)(A)}
La barquette de 250g
Le kg : 26,36 €
OU DAMIER BRIOCHÉ
CŒUR FONDANT AIL ET FINES HERBES^{(1)(A)} 6€
La barquette de 290g
Le kg : 22,72 € LA BARQUETTE
AU CHOIX ,59



BOUCHÉE A LA REINE U^{(1)(B)} 1€
La pièce de 150g
Le kg : 13,27 € LA PIÈCE ,99

(1) Transformé en

FRANCE

(2) Origine

FRANCE

(3) Transformé en

FRANCE

et préparé
à partir de volaille
d'origine France

(4) Transformé en

FRANCE

et préparé à partir
de viande bovine
d'origine France

(5) Transformé en

FRANCE

et préparé
à partir de porc
d'origine France

LES OFFRES DU MARCHÉ



1€

VERSÉ SUR

Ma Carte

4€
LA BOX

SOIT

3€
LA BOX

€ CARTE U DÉDUITS

PEP'S BALLS DE POULET EN BOX MAITRE COQ^(A)

Pizza ou Burger ou Tex Mex

La box de 380 g

Le kg : 12,11 €



TÊTE DE VEAU SANS OS AVEC LANGUE^{(A)(C)}

La caissette de 0,800 kg environ

**8€
LE KG**



LA RÔTISSERIE DU BOUCHER "BIGARD"^(A)

Joue de bœuf ou travers de bœuf ou paleron de bœuf

La barquette de 400 g

Le kg : 14,88 €

**5€
LA BARQUETTE**



POULE AU SOL LE GAULOIS^(A)

Prête à cuire

La barquette de 1,3 kg environ

**3€
LE KG**



PAUPIETTE DE PORC LARDÉE MADRANGE^(B)

Nature ou façon paysanne

La barquette de 750 g

Le kg : 9,32 €

**6€
LA BARQUETTE**

(A) Disponible au rayon frais emballé.
(B) Offre valable dans les magasins équipés d'un rayon charcuterie ou traiteur traditionnel.
(C) Concerne les magasins équipés d'un rayon coupe ou d'un rayon libre service emballé sur place.

LES OFFRES DU MARCHÉ

DU MARDI 14 AU SAMEDI 18 OCTOBRE



**4€
,49**
**LA PIÈCE AU CHOIX
P'TIT SAINTE
MAURE
CENDRÉ
OU NATURE^{(2)(A)}**
Au lait pasteurisé
A partir de 25%MG
dans le produit fini
La pièce de 170g
Le kg : 26,41 €



**19€
,99**
**LE KG
GOUDA FERMIER
AU CUMIN OU
AUX NOIX^{(2)(B)}**
Au lait cru
A partir de 35.8%MG
dans le produit fini



**19€
,99**
**LE KG
ABONDANCE
AOP
LE CRÉMIER^{(2)(B)}**
Au lait cru



**6€
,49**
**LA BARQUETTE
AU CHOIX
RACLETTE
NATURE/
ITALIENNE
OU NATURE/
PIMENT^{(2)(A)}**
Au lait pasteurisé
La barquette
de 400g
Le kg : 16,23 €



**1€
,50**
**LE KG
POMME⁽²⁾**
Variété : Gala
Calibre :
190/220 g
Catégorie : 1



**2€
,50**
**LE KG
POIVRON
ROUGE OU VERT⁽³⁾**
Calibre : 80/100 mm
Catégorie : 1



**3€
,49**
**LE KG
CHAMPIGNON
BLANC OU
BLOND⁽⁴⁾**
Pied coupé
Le kg

(1) Transformé en

FRANCE

(2) Origine

FRANCE

(3) Origine

ESPAGNE ou PAYS-BAS

(selon arrivage
en magasin)

(4) Origine

FRANCE ou BELGIQUE

(selon arrivage
en magasin)

LES OFFRES DU MARCHÉ

LES PRODUITS

U

CULTURE DU BLÉ MAÎTRISÉE

3+1 OFFERT

1€
1,80

LE LOT
CROISSANTS U ^{(A)(D)}

Le lot de 3
+1 OFFERT
(soit 180 g)
Le kg : 10 €

3+1 OFFERT

CULTURE DU BLÉ MAÎTRISÉE

1€
1,95

LE LOT
PAINS AU CHOCOLAT U ^{(A)(D)}

Le lot de 3
+1 OFFERT
(soit 220 g)
Le kg : 8,86 €

3+1 OFFERT

À SAISIR

PRIX BAS

2€
2,85

LE LOT
AU CHOIX

DONUT'S ^{(A)(C)}

Assortis, fourré
chocolat, caramel
ou speculoos
Le lot de 3
+1 OFFERT
(soit 220 g)
Le kg : 12,95 €

3+1 OFFERT

FEUILLETÉS OVALES
AUX POMMES ^{(A)(D)}

Le lot de 3
+1 OFFERT
(soit 220 g)
Le kg : 13,64 €

3€
LE LOT

CAKE ^(A)

Cerise, citron ou chocolat
La pièce de 300g
Le kg : 16,63 €

4€
4,99

LA PIÈCE AU CHOIX

LES PRODUITS

U

LAIT
DE FRANCE

6€

LA PIÈCE
FLAN AU LAIT
ENTIER U
6 PARTS ^{(A)(D)}

La pièce de 920 g
Le kg : 6,52 €

(A) Disponible au rayon frais emballé.
(B) Offre valable dans les magasins équipés d'un rayon fromage coupe.
(C) Produit décongelé, ne pas recongeler.
(D) Offre valable dans les magasins équipés d'un point de cuisson.



LES CELLIERS ASSOCIÉS

La coopérative Les Celliers Associés regroupe 330 pomiculteurs engagés dans une production respectueuse de leur terroir, grâce au développement de techniques agroécologiques reconnues.

Les cidres Dujardin, créés en 1926 à Cahagnes par Ernest DUJARDIN, perpétuent la tradition du cidre au cœur du pré-bocage normand depuis près de 100 ans, et sont labellisés Saveurs de Normandie.

Les purs jus de pomme Sous le pommier, avec rien que des pommes Non Traitées, sont réalisés à partir de la première et seule filière de pommes françaises garanties 0 traitement insecticide, herbicide, fongicide, pesticide, et contrôlée du verger à la bouteille par Bureau Véritas.

Sélection
de Normandie^(A)



**PRIX
BAS**

2,95

LE PRODUIT
**GELÉE DE POMMES
DE NORMANDIE
ANDRÉ GUEPRATTE**
Le pot de 370 g
Le kg : 7,97 €



LOCAL ET ENGAGÉ

LES PRODUITS



**PRIX
BAS**

0,99

LE PRODUIT
**JUS A BASE
DE CONCENTRE
DE POMME U**
La bouteille de 1L

Emballage à base
de papier/carton provenant
de forêts certifiées et/ou
de sources contrôlées.



**PRIX
BAS**

1,88

LE PRODUIT
**CIDRE TRADITIONNEL
BRUT U 4.5°**
La bouteille de 1.5L
Le L : 1,25 €



-34%
DE REMISE
IMMÉDIATE

2,59

1,70

LE PRODUIT
CIDRE SASSY BIO
Brut 5.2 ou demi-sec 4°
La bouteille de 33CL
Le L : 5,15 €



-30%
DE REMISE
IMMÉDIATE

2,49

1,74

LE PRODUIT
**PUR JUS
SOUS LE POMMIER**
Pomme nature
ou pomme poire
La bouteille de 1L

SANS ALCOOL



-25%
DE REMISE
IMMÉDIATE

6,49

4,86

LE PRODUIT
**PUR JUS DE
POMME CŒUR
DE POM'**
La fontaine de 3L
Le L : 1,62 €



-25%
DE REMISE
IMMÉDIATE

3,79

2,84

LE PRODUIT
**FINES BULLES
DE FRUITS
SANS ALCOOL
CŒUR DE POM'**
La bouteille de 75CL
Le L : 3,79 €



-34%
DE REMISE
IMMÉDIATE

3,89

2,56

LE PACK
**CIDRE PUR
JUS BRETON
KERISAC DOUX
2.5°**
Le pack de 4x25CL

(A) Produits locaux sélectionnés par vos magasins U.

**18
ans**

LA LOI INTERDIT
LA VENTE D'ALCOOL
AUX MINEURS
DES CONTRÔLES SONT
RÉALISÉS EN CAISSE

**L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ,
À CONSOMMER AVEC MODÉRATION**



SAVEURS DES VERGERS



PRIX BAS

2,79 €

LE PRODUIT

CIDRE FERMIER BRUT BIO DOMAINE DE LA MINOTIERE 5°
La bouteille de 75CL
Le L : 3,72 €



2,49 €

LE 1^{ER} PRODUIT

0,99 €

LE 2^{EME} PRODUIT

CIDRE BOUCHE IGP DE NORMANDIE DUJARDIN

Brut 4,5° ou doux 2° existe aussi en cidre rosé 2,5°
La bouteille de 75CL
Le L : 3,32 €
Le L des 2 : 2,32 €
Soit les 2 produits : 3,48 €

-60%
DE REMISE IMMEDIATE SUR LE 2^{EME} PRODUIT



-34%
DE REMISE IMMEDIATE

2,99 €

LE PRODUIT

CIDRE IGP PUR JUS BRETON KERISAC BRUT 5.5°

La bouteille de 75CL
Le L : 2,63 €



PRIX BAS

2,49 €

LE PRODUIT

CIDRE ARTISANAL BRUT U BIO 5.5°

La bouteille de 75CL
Le L : 3,32 €



-50%
DE REMISE IMMEDIATE SUR LE 2^{EME} PRODUIT

3,49 €

LE 1^{ER} PRODUIT

1,74 €

LE 2^{EME} PRODUIT

CIDRE FERMIER MICHEL BREAVOINE BRUT 4.5°

La bouteille de 75 CL
Le L : 4,65 €
Le L des 2 : 3,49 €
Soit les 2 produits : 5,23 €



PRIX BAS

3,99 €

LE PRODUIT

CIDRE FERMIER IGP DE NORMANDIE CLOS DE LA POMMERAY E BRUT BIO 5°

La bouteille de 75CL
Le L : 5,32 €



PRIX BAS

4,79 €

LE PRODUIT

CIDRE AOP PAYS D'AUGE MANOIR DE GRANDOUET CAMBREMER BRUT BIO 4.5°

La bouteille de 75CL
Le L : 6,39 €



2,79 €

LE 1^{ER} PRODUIT

1,39 €

LE 2^{EME} PRODUIT

CIDRE IGP FOURNIER NORMANDIE

Brut 4,5° ou doux 2,5°
La bouteille de 75CL
Le L : 3,72 €
Le L des 2 : 2,79 €
Soit les 2 produits : 4,18 €

-50%
DE REMISE IMMEDIATE SUR LE 2^{EME} PRODUIT



PRIX BAS

6,99 €

LE PRODUIT

POMMEAU DE NORMANDIE AOC COQUEREL 17°

La bouteille de 70CL
Le L : 9,99 €



PRIX BAS

3,29 €

LE PRODUIT

CIDRE ROSE FOURNIER 3°

La bouteille de 75CL
Le L : 4,39 €



-2€
DE REMISE IMMEDIATE

14,99 €

12,99 €

LE PRODUIT

CALVADOS BUSNEL VIEUX GRES AOC 40°

La bouteille de 50CL
Le L : 25,98 €



LA MAISON BUSNEL

La Maison BUSNEL est la plus ancienne des grandes Maisons de Calvados du terroir normand. La gamme BUSNEL est constituée de produits incontournables tels que le Calvados ou encore le Pommeau. La distillerie est également inscrite dans une forte démarche d'innovations elle a ainsi créé une nouvelle gamme qualitative autour de la pomme AOC et de la Normandie : Le Gin Busnel et La Vodka Busnel. Deux spiritueux authentiques et originaux par la distillation unique de pommes à cidre AOC.

LES PRIX BAS de la semaine



-50%
DE REMISE
IMMÉDIATE
SUR LE 2^{ÈME}
PRODUIT

4,50 €
LE 1^{ER} PRODUIT
SOIT
2,25 €
LE 2^{ÈME} PRODUIT

**PÂTE À TARTINER
NOISETTES ET CACAO
LUCIEN GEORGELEIN**
Le pot de 400 g
Le kg : 11,25 €
Le kg des 2 : 8,44 €
Soit les 2 produits : 6,75 €



**PRIX
BAS**

1,39 €

LE PRODUIT
**DESSERT
FRUITIER
POMME POIRE
ANDROS**
Le bocal de 750 g
DONT 20% OFFERT
Le kg : 1,85 €



**PRIX
BAS**

**YAOURTS AUX FRUITS AVEC MORCEAUX
PANACHES U**
Le pack de 16x125G (soit 2kg)
Le kg : 1,90 €

3,79 €
LE PRODUIT



**PRIX
BAS**

DESSERT AUX POMMES U
Le pack de 16x100G (soit 1.6kg)
Le kg : 1,64 €

2,63 €
LE PRODUIT



-30%
DE REMISE
IMMÉDIATE

**PETITS FOURS FINANCIERS
LA MAISON DU BISCUIT^(A)**
La boîte de 500g
Le kg : 12,30 €

8,79 €
6,15 €
LE PRODUIT



20%
SOIT 1,02 €
VERSÉ SUR

5,12 €
LE PRODUIT
SOIT
4,10 €
LE PRODUIT
€ CARTE U DÉDUITS



**GOURDES DESSERT FRUITIER
POMME SANS SUCRES
AJOUTÉS U MAT & LOU**
La boîte de 20 (soit 1.800 Kg)
Le kg : 2,84 €



**PRIX
BAS**

**BRIOCHE TRESSÉE
MALINE THOMAS^(A)**
La pièce de 500g
Le kg : 6,78 €

3,39 €
LE PRODUIT



Sélection
de Normandie^(A)

**PRIX
BAS**

**BISCUITS SABLES
BISCUITERIE DE L'ABBAYE**
Le lot de 2 paquets de 125 g (soit 250 g)
Le kg : 10,40 €

2,60 €
LE PRODUIT



U LOCAL ET ENGAGÉ



**PRIX
BAS**

10,90 €

LE PRODUIT
**ASSORTIMENT
BISCUIT
DEGUSTATION
LA MAISON
DU BISCUIT^(A)**
La boîte de 500g
Le kg : 21,80 €



-40%
DE REMISE
IMMÉDIATE
SUR LE 2^{ÈME}
PRODUIT
AU CHOIX

3,40 €
LE 1^{ER} PRODUIT
AU CHOIX

MINIS BARRES
Mars ou Twix ou Snickers ou Bounty
Le sachet de 333 g
Le kg : 10,21 €
Le kg des 2 : 8,17 €
Soit les 2 produits au choix : 5,44 €

SOIT
2,04 €
LE 2^{ÈME} PRODUIT
AU CHOIX

(1) Origine
FRANCE

(2) Transformé en
FRANCE

(A) Produits locaux sélectionnés par vos magasins U.

LES PRIX BAS de la semaine



-68%
DE REMISE IMMÉDIATE SUR LE 2^{ÈME} PRODUIT

2,35 €
LE 1^{ER} PRODUIT
SOIT
0,75 €
LE 2^{ÈME} PRODUIT
BICARBONATE ALIMENTAIRE LA BALEINE
L'étui de 800g
Le kg : 2,94 €
Le kg des 2 : 1,94 €
Soit les 2 produits : 3,10 €



PRIX BAS **7,89 €**
LE PRODUIT AU CHOIX
LANGUE DE BOEUF LARZUL
Mère ou Piquante
La boîte de 410g
+20% OFFERT
Le kg : 15,78 €



-50%
DE REMISE IMMÉDIATE SUR LE 2^{ÈME} PRODUIT

1,60 €
LE 1^{ER} PRODUIT
SOIT
0,80 €
LE 2^{ÈME} PRODUIT

SKITTLES FRUITS
Le sachet de 152g
Le kg : 10,53 €
Le kg des 2 : 7,89 €
Soit les 2 produits : 2,40 €



-34%
DE REMISE IMMÉDIATE

1,89 €
1,24 €
LE PRODUIT AU CHOIX
BRETZEL ENROBES BN FLIPZ
Chocolat au lait ou caramel
Le sachet de 90 g
Le kg : 13,78 €



PRIX BAS **2,22 €**
1,50 €
LE PRODUIT
SANDWICH SUEDO IS SODEBO⁽²⁾
Jambon chèvre ou poulet tandoori ou saumon
La pièce de 135g
Le kg : 11,11 €



-30%
DE REMISE IMMÉDIATE

4,90 €
3,43 €
LE PRODUIT AU CHOIX
TACOS KARATOK⁽²⁾
Poulet boeuf ou poulet chorizo ou montagnard ou boeuf burger ou poulet lardons
Le sachet de 265g
Le kg : 12,94 €



-68%
DE REMISE IMMÉDIATE SUR LE 2^{ÈME} PRODUIT AU CHOIX

2,65 €
LE 1^{ER} PRODUIT AU CHOIX
SOIT
0,84 €
LE 2^{ÈME} PRODUIT AU CHOIX

LES CROZETS ALPINA SAVOIE
Nature ou sarrasin
La boîte de 400g
Le kg : 6,63 €
Le kg des 2 : 4,36 €
Soit les 2 produits au choix : 3,49 €



PATES FRAICHES SAINT JEAN⁽²⁾
Comté AOP 12 mois ou aux giroelles poêlées persil de la Drôme
Le sachet de 250g
Vendu seul : 2,70 €
Le kg : 10,80 €
Le kg des 3 : 7,20 €

2+1 OFFERT

5,40 €
LES 3 PRODUITS AU CHOIX
SOIT
1,80 €
LE PRODUIT AU CHOIX



-34%
DE REMISE IMMÉDIATE

5,60 €
3,69 €
LE PRODUIT AU CHOIX
SAUCISSE COURBE OU DROITE OU SAUCISSON IGP AUVERGNE BELL⁽²⁾
La pièce de 250g
Le kg : 14,76 €



-60%
DE REMISE IMMÉDIATE SUR LE 2^{ÈME} PRODUIT AU CHOIX

5,59 €
LE 1^{ER} PRODUIT AU CHOIX
SOIT
2,23 €
LE 2^{ÈME} PRODUIT AU CHOIX

THON HUILE TOURNESOL PETIT NAVIRE
Entier ou Miettes
Le lot de 3 boîtes de 160g (soit 480g)
Le kg : 11,65 €
Le kg des 2 : 8,15 €
Soit les 2 produits au choix : 7,82 €

LES PRIX BAS de la semaine

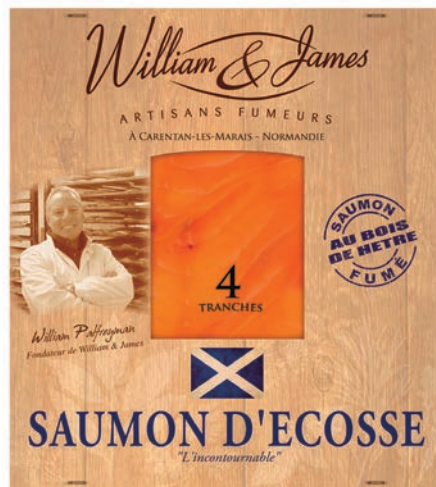


**2+1
OFFERT**

**3€
38**
LES 3 PRODUITS
SOIT
**1€
13**
LE PRODUIT

SKYR SIGGI'S⁽¹⁾

Vanille,
ou manque passion,
ou framboise
La bouteille de 250g
Vendu seul : 1,69 €
Le kg : 6,76 €
Le kg des 3 : 4,51 €



**PRIX
BAS**

**SAUMON FUME
WILLIAM ET JAMES⁽²⁾**
Ecosse ou à la ficelle ou au bois de pommier
L'étui de 4 tranches (soit 100g)
Le kg : 69 €

**6€
90**
LE PRODUIT
AU CHOIX



**-30%
DE REMISE
IMMEDIATE**

**CAMEMBERT AU FOUR AU LAIT CRU
E.GRAINDORGE⁽³⁾⁽²⁾**

Herbes de Provence, ou figue saveur noix,
ou potiron marron, ou épices tomates à l'italienne
23%MG dans le produit fini
La pièce de 250g
Le kg : 12,16 €

**4€
35**
**3€
04**
LE PRODUIT



**PRIX
BAS**

**PANÉ AU COLIN D'ALASKA
MSC CAP OCEAN⁽³⁾**
La barquette de 500g
Le kg : 10,98 €

**5€
49**
LE PRODUIT



**-60%
DE REMISE
IMMEDIATE
SUR LE 2^{ème}
PRODUIT**

**FROMAGE
DE CHEVRE PANÉ
PRÊT A DORER SOIGNON⁽²⁾**

La boîte de 4x25g (soit 100g)
Le kg : 19,90 €
Le kg des 2 : 13,95 €
Soit les 2 produits : 2,79 €

**1€
99**
LE 1^{er} PRODUIT
SOIT
**0€
80**
LE 2^{ème} PRODUIT



**-20%
DE REMISE
IMMEDIATE**

**3€
70**
**2€
96**
LE PRODUIT

**CREME FRAICHE
EPAISSE
LAITIÈRE
DE LA MOTTE⁽²⁾**
42%MG dans
le produit fini
Le pot en verre de 40cl
Le L : 7,40 €



**2+1
OFFERT**

**6€
70**
LES 3 PRODUITS
AU CHOIX
SOIT

**2€
23**
LE PRODUIT AU CHOIX
**RAVIOLES A POELER
SAINT-JEAN⁽²⁾**
Du Dauphiné
AOP label rouge
Le sachet de 240g
Vendu seul : 3,35 €
Le kg : 13,96 €
Le kg des 3 : 9,31 €
Au fromage frais et basilic
ou 3 fromages et persil⁽²⁾
Le sachet de 310g
Le kg : 10,81 €



**PRIX
BAS**

ILE FLOTTANTE VANILLE BOURGON RIANS⁽²⁾

Le pack de 4x100g
+ 2 OFFERTES
(soit 600g)
Le kg : 6,17 €

**3€
70**
LE PRODUIT

(1) Transformé en

SLOVENIE

(2) Transformé en

FRANCE

(3) Origine

FRANCE

LES PRIX BAS de la semaine



-30%
DE REMISE
IMMÉDIATE

**FEUILLETES SURGELES
LA COMPAGNIE ARTIQUE**
Au fromage boursin ail et fines herbes
ou chèvre soignon
ou thon fromage boursin poivre
La boîte de 4x80g (soit 320g)
Le kg : 9,06 €

**4€
15**
**2€
90**
LE PRODUIT
AU CHOIX



-34%
DE REMISE
IMMÉDIATE
AVEC
ma Carte U

**9€
90**

LE PRODUIT
AU CHOIX
SOIT

**6€
53**

LE PRODUIT
AU CHOIX
SOIT -3,37 €
AVEC MA CARTE U

**CRUSTACES
SURGELES MARES**
Crevettes tropicales entières crues asc
Le sachet de 400g
Le kg : 24,75 €
Le kg avec ma Carte U : 16,33 €
Queues crevettes sauvages crues msc
Le kg : 39,60 €
Le kg avec ma Carte U : 26,12 €



**PRIX
BAS**

**4€
99**

LE PRODUIT
**MOULES DE BOUCHOT
DECORTIQUEES
DE BRETAGNE SURGELEES
PAYSANS DE LA MER**
Le sachet de 500g
Le kg : 9,98 €



**7€
75**

**HACHES MOELLEUX
A L'OIGNON
SURGELE U**
La boîte de 10x100g (soit 1kg)

**PRIX
BAS**



**PRIX
BAS**

**1€
30**

**EPINARDS
EN BRANCHES
SURGELES U**
Le sachet de 1kg



-34%
DE REMISE
IMMÉDIATE

**3€
50**

**2€
31**

LE PRODUIT
**FRITE BELGE
SURGELEE
MC CAIN**
Le sachet de 1.5kg
Le kg : 1,54 €

VOS 5 GESTES santé

Manger et bouger font partie des plaisirs de la vie et peuvent vous aider, vous et vos proches, à rester en bonne santé.
Par des choix judicieux, cela contribue aussi à vous protéger de certaines maladies.

Le programme national nutrition santé propose des recommandations nutritionnelles tout à fait compatibles avec les notions de plaisir et de convivialité. Chaque famille d'aliments a sa place dans votre assiette, et ce quotidiennement.

Tous sont indispensables pour assurer un équilibre nutritionnel, mais la consommation de certains doit être limitée tandis que celle d'autres est à privilégier.



1 / CONSOMMER AU MOINS 5 FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR

Qu'ils soient crus, cuits, nature, préparés, frais, surgelés ou en conserve. Manger du pain et des produits céréaliers, des pommes de terre et des légumes secs à chaque repas et selon l'appétit (en privilégiant les aliments céréaliers complets).



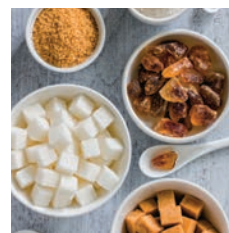
2 / CONSOMMER 3 PRODUITS LAITIERS PAR JOUR

Lait, yaourt, fromage en privilégiant la variété. Limiter les matières grasses ajoutées (beurre, huile, crème fraîche, etc.) et les produits gras (produits apéritifs, viennoiseries, etc.).



3 / MANGER DE LA VIANDE, DU POISSON (ET AUTRES PRODUITS DE LA PÊCHE)

Ou des œufs 1 ou 2 fois par jour en alternance. Penser à consommer du poisson au moins deux fois par semaine.



4 / LIMITER LE SUCRE ET LES PRODUITS SUCRÉS

Sodas, boissons sucrées, confiseries, chocolat, pâtisseries, crèmes-desserts, etc. Limiter la consommation de sel et préférer le sel iodé.



5 / BOIRE DE L'EAU À VOLONTÉ, AU COURS ET EN DEHORS DES REPAS

Ne pas dépasser, par jour, 2 verres de boisson alcoolisée pour les femmes et 3 verres pour les hommes (1 verre de vin de 10 cl est équivalent à 1 demi de bière ou à 1 verre de 6 cl d'une boisson titrant 20 degrés, de type porto, ou de 3 cl d'une boisson titrant 40 à 45 degrés d'alcool, de type whisky ou pastis).

PRATIQUER QUOTIDIENNEMENT UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

Pour atteindre au moins l'équivalent de 30 minutes de marche rapide par jour (prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur, préférer la marche et le vélo à la voiture lorsque c'est possible...).

18 ans
LA LOI INTERDIT
LA VENTE D'ALCOOL
AUX MINEURS
DES CONTRÔLES SONT
RÉALISÉS EN CAISSE

**POUR
VOTRE
SANTÉ**
L'ALCOOL
C'EST MAXIMUM
DEUX VERRES
PAR JOUR, ET PAS TOUS LES JOURS.

**L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ,
À CONSOMMER AVEC MODÉRATION**

Retrouver le programme sur www.mangerbouger.fr

