Promoções e preços válidos 10 — 16 novembro 2026.

TODA A GENTE POUPA EM TUDO

+ DE 110 GRANDES MARCAS

Até **65%** Sobre PVPR — OLIVEIRA DA SERRA

Até **60%** Sobre PVPR — finish

Até **45%** Sobre PVPR — Nestlé Caja Roja

Até **50%** Sobre PVPR — Bref Persil Cif Sonasol

Até **35%** Sobre PVPR — PANTENE Rexona

Mais de **25%** Sobre PVPR — BEN & JERRY'S

Até **25%** Sobre PVPR — DANONE YoPRO Colgate

Apenas
23,99€ KG
BACALHAU GRAÚDO DE 1ª DA NORUEGA CONTINENTE SELEÇÃO
SALGADO SECO INTEIRO



Apenas
7,99€ KG
DOURADA GRANDE
+600G
FRESCA



20% Desconto Direto
~~9,99€~~
7,99€ KG
CAMARÃO GRANDE 20/30 VANNAMEI
CONGELADO



Mais de 20% Desconto Direto
~~6,29€~~
4,79€ KG
ENTRECOSTO DE PORCO CONTINENTE



MARCA DA SEMANA
SKIP
50 CARRINHOS DE 350€ CADA

Apenas
6,19€ KG
PEITO DE FRANGO CONTINENTE
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)





Apenas
17,99€ KG
PICANHA DE BOVINO DA AMÉRICA DO SUL
(EMBALADA)

CONTINENTE

É DE TODA A GENTE

ÍNDICE

ESCOLA MISSÃO CONTINENTE

loja, site e app

UM SACO, UMA MISSÃO

Na compra deste saco está a contribuir para a renovação de espaços escolares no âmbito da **Escola Missão Continente**.

Saiba mais em **missaocontinente.pt**

NA COMPRA DE UM SACO CONTRIBUI COM **0,50€**



CONTINENTE

É DE TODA A GENTE

PEIXARIA

BACALHAU SECO INTEIRO

CONTINENTE Seleção



CORTE TRADICIONAL

Tipicamente português, permite melhor aproveitamento do bacalhau



BACALHAU COM BROA

Assado coberto com crosta de broa, cebola e alho. Um clássico rústico e cheio de sabor.

Desde **20,99€** KG

BACALHAU CONTINENTE SELEÇÃO SALGADO SECO INTEIRO

Apenas **3,49€** UNID.



PALOCO-DO-PACÍFICO DESFIADO CONTINENTE
SALGADO SECO
EMB.: 400 G
8,73€/KG

Apenas **5,99€** UNID.



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

Apenas **7,99€** UNID.



RABOS DE BACALHAU CONTINENTE
SECO SALGADO
EMB.: 700 G
11,41€/KG

Apenas **20,99€** UNID.



LOMBOS DE BACALHAU CONTINENTE
SALGADO SECO
EMB.: 600 G
34,98€/KG

Mais de **10%** Desconto Direto

~~8,99€~~ **7,99€** KG



CARAS DE BACALHAU DEMOLHADAS
CONGELADAS
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)

20% Desconto Direto

~~24,99€~~ **19,99€** UNID.



OVAS 200/400 CONTINENTE
CONGELADAS
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)

Apenas **5,49€** UNID.



CALDEIRADA DE BACALHAU MSC CONTINENTE
DEMOLHADO
CONGELADO
EMB.: 700 G
7,84€/KG

CONTINENTE BACALHAU CONGELADO

Apenas **9,49€** UNID.



BACALHAU DESFIADO MSC CONTINENTE
DEMOLHADO
CONGELADO
EMB.: 500 G
18,98€/KG

Desde **11,99€** KG



POSTAS E LOMBO DE BACALHAU HIGIENIZADO CONTINENTE
CONGELADO
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)

20% Desconto Direto

~~4,99€~~ **3,99€** UNID.



PALOCO-DO-PACÍFICO DESFIADO MSC CONTINENTE
DEMOLHADO
CONGELADO
EMB.: 500 G
7,98€/KG

Apenas **14,39€** UNID.



BACALHAU POSTAS TRADICIONAIS MSC CONTINENTE
DEMOLHADO
CONGELADO
EMB.: 700 G
20,56€/KG

Postas tradicionais
Com espinha central e alguma gordura, é o corte típico português

Apenas **17,99€** UNID.



BACALHAU LOMBO MSC CONTINENTE
DEMOLHADO
CONGELADO
EMB.: 700 G
25,70€/KG

Mais de **15%** Desconto Direto

~~5,99€~~ **4,99€** UNID.



FILETE DE PALOCO MSC
CONGELADO
EMB.: 800 G
6,24€/KG

25% Sobre PVPR

PVPR 25,41€
18,99€ UNID.



BACALHAU DESFIADO PACK POUPANÇA PESCANOVA
ULTRACONGELADO
EMB.: 850 G
22,34€/KG

Até **35%** Sobre PVPR

BACALHAU Riberalves

NO BACALHAU ULTRACONGELADO 4 MESES DE CURA RIBERALVES



HÁ **40 ANOS** DA NOSSA FAMÍLIA PARA A SUA

ÍNDICE

ÍNDICE


ROBALO NACIONAL
É DE TODOS OS QUE GOSTAM DO QUE É BOM
ORIGEM NACIONAL
ENTREGA DIÁRIA EM LOJA
FRESCURA DO DIA
Apenas
9,99€ KG
ROBALO NACIONAL
200G-600G
FRESCO


Mais de 10% Desconto Direto
14,99€
12,99€ KG
POLVO MÉDIO
FRESCO


25% Desconto Direto
14,99€
8,99€ KG
LIRO
FRESCO


Mais de 10% Desconto Direto
13,99€
11,99€ KG
TAMBORIL
FRESCO


Mais de 20% Desconto Direto
8,99€
6,99€ KG
PARGO MULATO
FRESCO


25% Desconto Direto
7,99€
5,99€ KG
POTA
FRESCA


25% Desconto Direto
2,99€
2,99€ KG
CAVALA
FRESCA


Apenas
7,49€ UNID.
FILETE DOURADA C/ MOLHO BULHÃO PATO CONTINENTE
FRESCO
EMB.: 250 G
29,96€/KG
Apenas
4,49€ UNID.
BIFE DE ATUM CONTINENTE
FRESCO
EMB.: 200 G
22,45€/KG
Apenas
14,39€ UNID.
POLVO INTEIRO COZIDO CONTINENTE
EMB.: 350 G
41,11€/KG
Experimente a frescura e qualidade do nosso mar à sua mesa, com toda a praticidade da nossa gama pronta a cozinhar.

DISPONÍVEL NO BALCÃO DE ATENDIMENTO

Até 25% Desconto Direto
NA PESCADA DO CHILE CONGELADA DO BALCÃO DE ATENDIMENTO

20% Desconto Direto
~~4,99€~~
5,59€ KG
SOLHA GRANDE CONGELADA (BALCÃO DE ATENDIMENTO)

Mais de 10% Desconto Direto
~~10,99€~~
9,49€ KG
PERCA DO NILO S/ CABEÇA CONGELADA (BALCÃO DE ATENDIMENTO)

Até 30% Desconto Direto
NO RED FISH CONGELADO DO BALCÃO DE ATENDIMENTO

A NOSSA SELEÇÃO PARA RECEITAS DE CONFORTO EM DIAS FRIOS

Mais de 15% Desconto Direto
~~14,99€~~
12,49€ UNID.
POSTA DE TAMBORIL-DO-CABO CONTINENTE
CONGELADA
EMB.: 500 G
24,98€/KG

Apenas
4,59€ UNID.
PESCADA MÉDIA DO CABO P/ COZER MSC CONTINENTE
ULTRACONGELADA
EMB.: 600 G
7,65€/KG

Apenas
3,99€ UNID.
FILETES DE PESCADA-DO-CABO MSC CONTINENTE
CONGELADOS
EMB.: 400 G
9,98€/KG

Mais de 15% Desconto Direto
~~7,99€~~
6,49€ UNID.
POSTAS DE MARUCA CONTINENTE
CONGELADAS
EMB.: 600 G
10,82€/KG

Até 25% Desconto Direto
NOS TENTÁCULOS DE POTA CONGELADOS DA MARCA CONTINENTE
NOVA EMBALAGEM

10% Desconto Direto
~~10,99€~~
9,89€ UNID.
LULAS LIMPAS CONTINENTE
CONGELADAS
EMB.: 1 KG

35% Desconto Direto
~~8,99€~~
5,79€ UNID.
CHOCO LIMPO CONTINENTE
CONGELADO
EMB.: 600 G
9,65€/KG

Mais de 15% Desconto Direto
~~6,99€~~
5,59€ UNID.
BIFES DE ATUM CONTINENTE
CONGELADOS
EMB.: 400 G
13,98€/KG
NOVA EMBALAGEM

Mais de 15% Desconto Direto
~~8,99€~~
7,49€ UNID.
MISTURA P/ ARROZ TAMBORIL/ CAMARÃO S/ GLÚTEN CONTINENTE
CONGELADA
EMB.: 600 G
12,48€/KG

Mais de 20% Desconto Direto
NOS LOMBOS E MEDALHÕES DE PERCA CONGELADOS DA MARCA CONTINENTE (EMB.: 400G)

Apenas
3,49€ UNID.
TIRAS DE POTA
CONGELADAS
EMB.: 500 G
6,98€/KG

Mais de 10% Desconto Direto
~~8,99€~~
7,99€ UNID.
POSTAS DE SALMÃO ASC
CONGELADO
EMB.: 700 G
11,41€/KG

40% Sobre PVPR
NOS FISHBURGERS ULTRACONGELADOS DA MARCA IGLO
NOVOS Fish Burgers
10 min

20% Sobre PVPR
NOS FILETES ULTRACONGELADOS DA MARCA IGLO
Descubra ideias de receitas e muito mais

25% Sobre PVPR
NOS LOMBOS E FILETES DE ESCAMUDO-DO-ALASCA ULTRACONGELADOS DA MARCA IGLO
Escolha o selo azul, escolha
PESCA SUSTENTÁVEL e AQUICULTURA RESPONSÁVEL

20% Desconto Direto
~~7,99€~~
6,39€ UNID.
FILETES DE TILÁPIA
CONGELADOS
EMB.: 900 G
7,10€/KG

20% Sobre PVPR
PVPR 5,66€
4,49€ UNID.
FILETES DE PANGASIUS PESCANOVA
ULTRACONGELADOS
EMB.: 600 G
7,48€/KG

Mais de 20% Sobre PVPR
NO SALMÃO ULTRACONGELADO DA MARCA PESCANOVA

Até 25% Sobre PVPR
NA PESCADA ULTRACONGELADA DA MARCA PESCANOVA
PESCANOVA
O bom sai bem
www.pescanova.pt

ÍNDICE

DISPONÍVEL NO MÓVEL DOS CONGELADOS

Até 25% Desconto Direto

NO MIOLO DE MARISCO CONGELADO DA MARCA CONTINENTE



Mais de 10% Desconto Direto

~~2,41€~~

6,49€ UNID.

PREPARADO P/ MARISCADA CONTINENTE
S/ GLÚTEN
PACK POUPANÇA
CONGELADO
EMB.: 900 G
7,21€/KG



25% Sobre PVPR

NO CAMARÃO ULTRACONGELADO DA MARCA PESCANOVA



20% Sobre PVPR

PVP3 ~~4,24€~~

3,39€ UNID.

DELÍCIAS DO MAR S/ GLÚTEN PESCANOVA
ULTRACONGELADO
EMB.: 500 G
6,78€/KG

PESCANOVA
O bom sai bem
www.pescanova.pt



Mais de 25% Desconto Direto

~~2,93€~~

2,19€ KG

AMÊIJOA VIETNAMITA C/ CASCA
CONGELADA



~~44,99€~~

40,99€ KG

CAMARÃO TIGRE SELVAGEM GRANDE
CONGELADO



20% Desconto Direto

~~9,99€~~

7,99€ KG

CAMARÃO MÉDIO 60/80 VANNAMEI
CONGELADO



Mais de 20% Desconto Direto

~~12,99€~~

10,99€ KG

GAMBÃO GRANDE DA ARGENTINA SELVAGEM 20/30
CONGELADO



Apenas

11,99€ KG

LINGUEIRÃO
FRESCO



Apenas

12,99€ KG

AMÊIJOA BRANCA GRANDE
FRESCA



Mais de 30% Desconto Direto

~~14,99€~~

9,99€ KG

CAMARÃO
30/50
COZIDO



Mais de 10% Desconto Direto

~~7,19€~~

6,29€ UNID.

CAMARÃO CONTINENTE
60/80
COZIDO
EMB.: 600 G
10,48€/KG





Apenas
1,99€ KG
MARMELO



Apenas
1,59€ KG
PERA ROCHA DOP OESTE EMBALADA



15% Desconto Direto
1,99€
1,69€ KG
MAÇÃ GOLDEN



15% Desconto Direto
1,99€
1,69€ UNID.
MAÇÃ REINETA S/ RESÍDUOS
IGP ALCOBAÇA
EMB.: 1 KG



10% Desconto Direto
2,79€
2,49€ UNID.
UVA BRANCA S/ GRAINHA CONTINENTE
EMB.: 500 G
4,98€/KG



20% Desconto Direto
4,99€
3,99€ KG
MANGA DE AVIÃO PALMER



15% Desconto Direto
3,99€
3,39€ KG
LIMA



Mais de 10% Desconto Direto
1,99€
1,49€ KG
LARANJA CONTINENTE
EMB.: 2 KG



2 KG FICA A 2,98€

20% Desconto Direto
1,75€
1,39€ UNID.
TOMATE CHERRY TRIMIX CONTINENTE
EMB.: 250 G
5,56€/KG



20% Desconto Direto
1,69€
1,35€ KG
CEBOLA NOVA



Mais de 15% Desconto Direto
1,09€
0,89€ KG
CENOURA



20% Desconto Direto
1,69€
1,35€ KG
COUVE BRANCA INTEIRA



Apenas
1,69€ KG
CURGETE VERDE



20% Desconto Direto
2,99€
2,39€ KG
TOMATE CORAÇÃO DE BOI



20% Desconto Direto
2,69€
2,15€ KG
TOMATE CHUCHA



15% Sobre PVPR

PVPR 2,29€
1,94€ UNID.

SALADA GOURMET 8 BROTES FLORETTE
EMB.: 110 G
17,64€/KG



20% Desconto Direto

0,99€
0,79€ UNID.

AMENDOIM C/ SAL CONTINENTE
EMB.: 200 G
3,95€/KG



10% Sobre PVPR

PVPR 1,87€
1,68€ UNID.

SALADA RIVA VITACRESS
EMB.: 100 G
16,80€/KG



20% Desconto Direto

3,99€
3,19€ UNID.

AZEITONA PRETA C/ CAROÇO OXIDADA CONTINENTE
EMB.: 560 G
5,70€/KG



10% Sobre PVPR

PVPR 1,49€
1,34€ UNID.

RÚCULA SELVAGEM VITACRESS
EMB.: 75 G
17,87€/KG



10% Sobre PVPR

PVPR 1,09€
0,98€ UNID.

COENTROS NATURA VITACRESS
EMB.: 30 G
32,67€/KG



20% Sobre PVPR

NAS AZEITONAS E TREMOÇO MARCA QAMPO



15% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE TREMOÇOS MARCA TARWI



BIOLÓGICOS



Apenas

2,05€ UNID.

ABACATE BIOLÓGICO CONTINENTE BIO
EMB.: 300 G
6,83€/KG



Apenas

2,29€ UNID.

CLEMENTINA CONTINENTE BIO
EMB.: 500 G
4,58€/KG



10% Desconto Direto

1,99€
1,79€ UNID.

CEBOLA BIOLÓGICA CONTINENTE BIO
EMB.: 750 G
2,39€/KG



Mais de 10% Desconto Direto

1,05€
0,95€ UNID.

CENOURA BIOLÓGICA CONTINENTE BIO
EMB.: 500 G
1,90€/KG



15% Desconto Direto

NOS PRODUTOS DA MARCA WISSI



10% Desconto Direto

5,99€
5,39€ UNID.

SEMENTES CÂNHAMO BIOLÓGICAS SEARA
EMB.: 200 G
26,95€/KG



TALHO
BOVINO



PEÇA-NOS A MELHOR PEÇA

O corte não é detalhe, é uma arte. Nos nossos talhos, temos **profissionais experientes e especializados** que conhecem as técnicas ideais para valorizar cada peça e que garantem que **cada cliente leva exatamente o que procura**: a carne certa para estufar, grelhar ou assar, com desperdício mínimo e o máximo sabor.

Poupe 1€

~~13,95€~~
12,99€ /KG

BIFE DA RABADILHA DE NOVILHO CONTINENTE (BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Poupe 1€

~~16,99€~~
15,99€ /KG

MAMINHA DE BOVINO FATIADA CONTINENTE (EMBALADA)



Apenas

13,99€ /KG

CHAMBÃO DE NOVILHO P/ ESTUFAR ANGUS



Apenas

15,99€ /KG

BIFE DA PÁ DE NOVILHO ANGUS



Apenas

18,99€ /KG

VAZIO ALTO C/ OSSO DE NOVILHO ANGUS



Apenas

15,99€ /KG

ACÉM COMPRIDO DE NOVILHO LIMOUSINE (BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Apenas

18,99€ /KG

ALCATRA DE NOVILHO LIMOUSINE



Apenas

14,99€ /KG

MEDALHÕES DE NOVILHO NACIONAL CONTINENTE (EMBALADOS)



Apenas

18,99€ /KG

FRALDINHA DE BOVINO (EMBALADA)



Apenas

21,99€ /KG

PREGUINHO DE VITELA (EMBALADO)



Apenas

19,99€ /KG

VAZIA DE BOVINO AMÉRICA DO SUL CONTINENTE (CONGELADA)



Apenas

19,99€ /KG

ENTRECÔTE DE BOVINO AMÉRICA DO SUL CONTINENTE (CONGELADO)



ÍNDICE

PORCO



CACHAÇO DE PORCO

De sabor intenso, **ideal para grelhar ou estufar**. Proveniente de explorações com acompanhamento rigoroso.

Apenas 4,99€/kg
BIFANAS DE PORCO CONTINENTE



Apenas 5,29€/kg
CACHAÇO DE PORCO P/ASSAR S/OSSO CONTINENTE



Apenas 4,99€/kg
COSTELETAS MISTAS DE PORCO CONTINENTE



Apenas 4,89€/kg
ENTREMEADA DE PORCO CONTINENTE



Apenas 5,29€/kg
LOMBO DE PORCO S/ OSSO CONTINENTE



Apenas 4,49€/kg
PÁ DE PORCO C/ OSSO CONTINENTE



Apenas 6,49€/kg
LOMBO P/ ASSAR PORCO DUROC CONTINENTE SELEÇÃO (EMBALADO)



Apenas 6,49€/kg
ENTRECOSTO PORCO DUROC CONTINENTE SELEÇÃO (EMBALADO)



Apenas 6,99€/kg
LOMBINHOS DE PORCO CONTINENTE



Apenas 4,99€/kg
ROJÕES DE PORCO CONTINENTE (EMBALADOS)



Apenas 6,99€/kg
TIRAS DE ENTRECOSTO DE PORCO (PIANO) CONTINENTE



Apenas 8,49€/kg
BOCHECHAS DE PORCO CONTINENTE (BALCÃO DE ATENDIMENTO)



TALHO



GRANDES OPORTUNIDADES

LÍNGUA DE BOVINO CONGELADA CONTINENTE
Apenas 8,99€ KG

PERNIL DE PORCO CONTINENTE
Apenas 3,49€ KG

COELHO INTEIRO CONTINENTE (EMBALADO)
Apenas 6,99€ KG

NUGGETS DE FRANGO
EMB.: 800 G
7,86€/KG
10% Sobre PVPR
PVPR 6,99€
6,29€ UNID.

BORREGO



Apenas 17,99€ KG
COSTELETA DE BORREGO CONGELADA CONTINENTE

AVES



Apenas 2,49€ KG
FRANGO INTEIRO CONTINENTE



Apenas 2,99€ KG
PERNA DE FRANGO CONTINENTE (BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Apenas 4,49€ KG
FRANGO DO CAMPO INTEIRO C/ MIÚDOS CONTINENTE SELEÇÃO



Apenas 4,99€ KG
PERNA DE PERU CONTINENTE (BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Apenas 4,49€ KG
PATO INTEIRO FRESCO



Apenas 8,49€ KG
PEITO DE PERU CONTINENTE (BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Apenas 6,59€ KG
COXAS DE FRANGO DESOSSADAS (BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Apenas 3,39€ KG
FRANGO P/ CHURRASCO CONTINENTE (EMBALADO)



Apenas 3,49€ UNID.
COXAS DE FRANGO CONTINENTE CONGELADAS EMB.: 1 KG



Apenas 2,49€ UNID.
MOELAS DE FRANGO CONGELADAS EMB.: 1 KG

ÍNDICE

PREPARADOS

SUGESTÕES BY CHEF CHAKALL

10% Sobre PVPR

PVPR 10,79€

9,69€ UNID.

HAMBÚRGUER 100% CARNE CHAKALL PRIME MEAT
(CONGELADO)
EMB.: 640 G
15,14€/KG





10% Desconto Direto

~~9,29€~~

7,39€ KG

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

NOVO PRODUTO



10% Sobre PVPR

PVPR 9,99€

8,99€ UNID.

HAMBÚRGUER DE NOVILHO SMASH PRIME MEAT
CONGELADO
EMB.: 640 G
14,05€/KG

HAMBÚRGUER DE NOVILHO NA CHAPA E SMASHHH!

1 2 3



MARINADOS COM SABOR A SEU GOSTO

10% Sobre PVPR

PVPR 10,99€

9,89€ KG

TIRA ENTRECOSTO TEMPERADA CAMPOFRIO
BARBACOA
(EMBALADA)



ROLOS DE CARNE RECHEADOS COM O SEU SABOR



10% Desconto Direto

~~12,99€~~

12,59€ KG

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

10% Desconto Direto

~~9,99€~~

8,99€ KG

TIRA DE ENTRECOSTO MARINADA CONTINENTE
MEXICANA / PROVENÇAL
(EMBALADO)



Apenas

7,59€ KG

ROLO DE CARNE DE PORCO RECHEADO CONTINENTE
ESPINAFRES E QUEIJO/ COGUMELOS, BACON E QUEIJO/ FARINHEIRA
(EMBALADO)



10% Sobre PVPR

PVPR 6,99€

6,29€ UNID.

CARNE DE PORCO PRETO À ALENTEJANA MIGUEL&MIGUEL
EMB.: 250 G
25,16€/KG



10% Desconto Direto

~~9,69€~~

8,69€ KG

ROLO MISTO MASSA FOLHADA EXTRA QUEIJO/ FIAMBRE CONTINENTE SELEÇÃO
(EMBALADO)



10% Desconto Direto

~~10,99€~~

9,89€ KG

LOMBINHO DE PORCO RECHEADO CONTINENTE
C/ FARINHEIRA E CASTANHA

NOVO PRODUTO



QUEIJOS E CHARCUTARIA

Mais de **15%** Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE QUEIJOS FATIADOS DA MARCA CASTELÕES



Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 2,79€ **2,29€** UNID.

QUEIJO FLAMENGO CURADO/ PROTEÍNA TERRA NOSTRA
FATIAS
EMB.: 180 G
12,72€/KG



15% Sobre PVPR

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



10% Sobre PVPR

PVPR 2,09€ **1,88€** UNID.

QUEIJO DA ILHA NOVA AÇORES
FATIAS
EMB.: 150 G
12,53€/KG



15% Sobre PVPR

PVPR 2,29€ **1,94€** UNID.

QUEIJO FLAMENGO ORIGINAL/ FLAMENGO LIGHT AGROS
FATIAS
EMB.: 200 G/ 170 G
9,70€/KG/ 11,41€/KG



Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 3,59€ **2,99€** UNID.

QUEIJO P/ GRELHAR LIMIANO
EMB.: 225 G
13,29€/KG



Mais de **20%** Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE QUEIJOS FATIADOS DA MARCA MR CHEESE



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 1,49€ **1,29€** UNID.

QUEIJO CRUNCHY LIMIANO
INTENSIDADE 1/ 3
EMB.: 20 G
64,50€/KG



10% Sobre PVPR

PVPR 1,89€ **1,69€** UNID.

QUEIJO MOZZARELLA PALITOS MR. CHEESE
EMB.: 4 X 20 G
21,13€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 2,49€ **1,86€** UNID.

QUEIJO FRESCO PHILADELPHIA
S/ LACTOSE
EMB.: 150 G
12,40€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 2,49€ **1,86€** UNID.

QUEIJO FRESCO P/ BARRAR PHILADELPHIA
ERVAS FINAS/ SALMÃO
EMB.: 150 G
12,40€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 1,99€ **1,49€** UNID.

QUEIJO RALADO MOZZARELLA CAMPAINHA
EMB.: 150 G
9,93€/KG



15% Sobre PVPR

PVPR 1,99€ **1,69€** UNID.

QUEIJO TERRA NOSTRA
RALADO
EMB.: 150 G
11,27€/KG



10% Sobre PVPR

PVPR 1,99€ **1,79€** UNID.

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



10% Sobre PVPR

PVPR 4,79€ **4,29€** UNID.

QUEIJO CABRA FRESCO SEGREDOS DE BARRANCOS
EMB.: 2 UNID



15% Sobre PVPR

PVPR 4,19€ **3,55€** UNID.

QUEIJO CREMOSO PAVÉ D'AFFINOIS
EMB.: 200 G
17,75€/KG



15% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS HIGH PROTEIN DA MARCA GRANAROLO



10% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA LE RUSTIQUE



ÍNDICE

QUEIJOS E CHARCUTARIA

Mais de 10% Sobre PVPR

PVPR 6,89€ **5,89€** UNID.

QUEIJO FLAMENGO LIMIANO
BOLA PEQUENA



20% Sobre PVPR

PVPR 9,39€ **7,49€** UNID.

QUEIJO DE VACA AMANTEIGADO SEIA DO TAVARES



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 12,99€ **9,99€** KG

QUEIJO MEIO GORDO/ AMANTEIGADO D. PEDRO



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 13,89€ **10,69€** KG

QUEIJO MEIO GORDO D.PEDRO
METADES



Mais de 15% Sobre PVPR

PVPR 7,19€ **5,79€** UNID.

QUEIJO PEQUENO LIGHT CASTELÕES
EMB.: 450 G
12,87€/KG



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 7,59€ **5,79€** UNID.

QUEIJO DE VACA CURADO MEIO GORDO/ CURADO/ PIMENTÃO CASTELÕES



Mais de 15% Sobre PVPR

PVPR 12,19€ **10,19€** UNID.

QUEIJO DE CABRA CÔVO



10% Sobre PVPR

PVPR 5,99€ **5,39€** UNID.

QUEIJO OVELHA MÉDIO/ CURADO BARRADO HERDADE DA MAIA



Mais de 15% Sobre PVPR

PVPR 6,99€ **5,79€** UNID.

QUEIJO VACA/ OVELHA AMANTEIGADO/ MEIO GORDO LIMIANO
S/ CASCA
EMB.: 450 G
12,87€/KG



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 13,29€ **9,99€** KG

QUEIJO AMANTEIGADO/ APIMENTADO/ CURADO MEIO GORDO PAIVA



Mais de 10% Sobre PVPR

PVPR 3,99€ **3,49€** UNID.

QUEIJO FLAMENGO BOLA AGROS
1/4
EMB.: 350 G
9,97€/KG



Mais de 10% Sobre PVPR

PVPR 4,49€ **3,99€** UNID.

QUEIJO ILHA GRACIOSA PIMENTA TERRA MILHAFRE
EMB.: 250 G
15,96€/KG



10% Sobre PVPR

PVPR 4,69€ **4,19€** UNID.

QUEIJO DA ILHA GRACIOSA 3 MESES MILHAFRE
EMB.: 280 G
14,96€/KG



20% Sobre PVPR

PVPR 6,20€ **4,95€** UNID.

QUEIJO ILHA DOP 7 MESES SÃO JORGE
CUNHA
EMB.: 300 G
16,50€/KG



PVPR 3,99€ **3,79€** UNID.

SALSICHA FRANKFURT VEGAN BETTER BALANCE
EMB.: 200 G
18,95€/KG



15% Desconto Direto

~~3,99€~~ **3,39€** UNID.

TIRAS DE SALMÃO FUMADO CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 2 X 50 G
33,90€/KG



10% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA TULIP



BALCÃO DE ATENDIMENTO

20% Sobre PVPR

PVPR 9,99€ **7,99€** KG

QUEIJO FLAMENGO MIMOSA
BARRA



15% Sobre PVPR

PVPR 15,79€ **13,39€** KG

PAIO YORK SUAVE SABOR NOBRE



15% Sobre PVPR

PVPR 25,39€ **21,49€** KG

BACON EXTRA NOBRE



Mais de 10% Desconto Direto

~~1,69€~~

1,49€ UNID.

PAIO YORK CONTINENTE
FATIAS
EMB.: 200 G
7,45€/KG



10% Desconto Direto

~~1,99€~~

1,79€ UNID.

PEITO DE PERU CONTINENTE
EMB.: 150 G
11,93€/KG



10% Desconto Direto

~~2,49€~~

2,24€ UNID.

PRESUNTO 7 MESES CONTINENTE
FATIADO
EMB.: 150 G
14,93€/KG



20% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA NOBRE



20% Sobre PVPR

PVPR ~~2,49€~~

1,99€ UNID.

FIAMBRE PERNA EXTRA NOBRE
FATIAS FINAS
EMB.: 120 G
16,58€/KG



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR ~~4,99€~~

3,59€ UNID.

PEITO FRANGO/ PERU FORNO LENHA CAMPOFRIO
FATIAS FINAS
EMB.: 200 G
17,95€/KG



Mais de 10% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA IZIDORO



20% Sobre PVPR

PVPR ~~2,49€~~

1,99€ UNID.

SALSICHÃO/ CHOURIÇO/ SALAME ELPOZO
EMB.: 70 G
28,43€/KG



Mais de 15% Sobre PVPR

PVPR ~~2,99€~~

2,49€ UNID.

BACON ELPOZO
FATIAS
EMB.: 150 G
16,60€/KG



15% Sobre PVPR

PVPR ~~6,99€~~

5,89€ UNID.

ROLITOS MEDITERRÂNEOS NOEL
EMB.: 198 G
29,75€/KG



20% Sobre PVPR

PVPR ~~2,49€~~

1,99€ UNID.

SALSICHA CHURRASCO CLÁSSICA/ PICANTE/ BRASILEIRA NOBRE
EMB.: 220 G
9,05€/KG



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR ~~3,59€~~

2,79€ UNID.

BACON NACO EXTRA PRIMOR
EMB.: 200 G
13,95€/KG



Mais de 10% Sobre PVPR

PVPR ~~2,59€~~

2,29€ UNID.

LINGUIÇA CORRENTE DAMATTA
EMB.: 170 G
13,47€/KG



15% Sobre PVPR

PVPR ~~4,39€~~

3,69€ UNID.

CHOURIÇO SABOR PORTUGUÊS DAMATTA
EMB.: 400 G
9,23€/KG



10% Desconto Direto

~~1,99€~~

1,79€ UNID.

FARINHEIRA DE PORCO PRETO ALENTEJO CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 160 G
11,19€/KG



~~2,03€~~

1,99€ UNID.

CHOURIÇO DE PORCO PRETO ALENTEJO CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 130 G
15,31€/KG



~~2,29€~~

2,09€ UNID.

CHOURIÇO PRETO DE PORCO PRETO ALENTEJO CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 150 G
13,93€/KG



10% Desconto Direto

~~5,99€~~

5,39€ UNID.

TÁBUA PAIO/ SALSICHÃO/ PALETA CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 90 G
59,89€/KG



ÍNDICE

ÍNDICE

loja, site e app

JÁ EXPERIMENTOU?

MESA DE DOCES

PASTELARIAS DE REFERÊNCIA

RECEITAS EXCLUSIVAS



NOVO PRODUTO

Apenas 9,99€ UNID.
BOLO-REI PASTELARIA ALOMA
EMB.: 1 KG

Mais de 10% Desconto Direto
14,99€
12,99€ UNID.
PANETTONE PASTELARIA SUIÇA
EMB.: 450 G
28,87€/KG

Apenas 4,49€ UNID.
SONHOS RECHEADOS ZÉ NATÁRIO
EMB.: 4 UNID
1,12€/UNID

NOVO PRODUTO

Apenas 8,99€ UNID.
COROA DE NATAL PASTELARIA O CARECA
EMB.: 477 G
18,85€/KG

NOVO PRODUTO

CONTINENTE

É DE TODA A GENTE

A PADARIA DE TODA A GENTE

Pão de Rio Maior - Tradição e Sabor

O nosso Pão Escuro com Sementes

Sementes Selecionadas

Rico em Fibra

Sem Aditivos



1,99€ UNID.

PÃO ESCURO RIO MAIOR C/ SEMENTES
EMB.: 530 G
3,75€/KG

Apenas

1,85€ UNID.

PÃO ASSINATURA CENTEIO
EMB.: 500 G
3,70€/KG



0,49€ UNID.

PÃO ABÓBORA E NOZES



0,49€ UNID.

BOLA DE QUINOA



Apenas

0,89€ UNID.

BAGUETE 100% INTEGRAL
EMB.: 240 G
3,71€/KG

Apenas

PACK POUPANÇA

3,35€ UNID.

MERENDA MISTA PACK POUPANÇA
EMB.: 4 UNID
0,84€/UNID



Apenas

PACK POUPANÇA

3,75€ UNID.

CROISSANT BRIOCHE PACK POUPANÇA
EMB.: 6 UNID
0,63€/UNID



Apenas

NOVO PRODUTO

1,30€ UNID.

BRIOCHE PEPPERONI
10,92€/KG



Apenas

Edição Especial

9,99€ UNID.

TORTA DE LARANJA MARCO COSTA
EMB.: 600 G
16,65€/KG



Apenas

NOVO PRODUTO

EXCLUSIVO

5,99€ UNID.

PAVLOVA MARACUJÁ E FRAMBOESA/ SPECULOOS, LIMÃO E DOCE DE LEITE MISS PAVLOVA



1,99€ UNID.

LANCHINHOS CONTINENTE C/ PEPITAS DE CHOCOLATE
EMB.: 240 G
8,29€/KG



ESPECIAL NATAL

Edição Limitada e Especial



Mais de **10%** Desconto Direto

~~8,99€~~

7,99€ UNID.

BOLO-REI CHOCOLATE E AVELÃ PASTELARIA ALOMA/ CANELA E AÇÚCAR MASCAVADO PASTELARIA SUIÇA
EMB.: 550 G
14,53€/KG

Mais de **10%** Desconto Direto

~~8,99€~~

7,99€ UNID.

PANETTONE CLÁSSICO / CHOCOLATE BAUDUCCO
EMB.: 454 G
17,60€/KG

Edição Limitada e Especial

NOVO PRODUTO



10% Sobre PVPR

PVPR 1,99€

1,79€ UNID.

MINI GRESSINOS FORNO DORO ESPELTA RIALTO
EMB.: 300 G
5,97€/KG



Até **25%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PÃES DE FORMA DA MARCA BIMBO



20% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PÃES DE FORMA DA MARCA OROWEAT



Mais de **20%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PÃES DE FORMA DA MARCA PANRICO



15% Desconto Direto

NAS BISCOTINAS TRUFA/ PRESUNTO IBÉRICO DA MARCA CONTINENTE (EMB.:100 G)

NOVO PRODUTO



ÍNDICE

Cozinha

CONTINENTE

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



8,49€ KG
PERNAS FRANGO ASSADO COZINHA CONTINENTE

Desde **0,89€** UNID.
CROQUETES DE CARNE / PATO/ COGUMELOS/ BOLINHAS DE CARNE 100% BOVINO COZINHA CONTINENTE
EMB.: 1 UNID



7,99€ KG
FRANGO ASSADO COZINHA CONTINENTE



4,29€ UNID.
BACALHAU GOMES DE SÁ COZINHA CONTINENTE
EMB.: 300 G
14,30€/KG



1,79€ UNID.
GRAN TORTELLO CARNE/ RAVIOLI C/ QUEIJO/ RICOTTA E ESPINAFRES/ QUEIJO E FIAMBRE COZINHA CONTINENTE
EMB.: 250 G
7,16€/KG



2,89€ UNID.
CACHORRO QUENTE COZINHA CONTINENTE
EMB.: 1 UNID



2,99€ UNID.
SALADA GREGA COZINHA CONTINENTE
EMB.: 190 G
15,74€/KG



3,99€ UNID.
FRANGO TERIYAKI C/ ARROZ COZINHA CONTINENTE
EMB.: 350 G
11,40€/KG



2,49€ UNID.
SOPA FEIJÃO, AGRIÃO E CHOURIÇO/ ABÓBORA CAMARÃO E COENTROS/ ERVILHAS E BACON COZINHA CONTINENTE
EMB.: 400 G
6,23€/KG



2,49€ UNID.
LASANHA BOLONHESA/ ATUM/ VEGETAIS/ ESPINAFRES E RICOTTA/ FRANGO / QUEIJO CONTINENTE
EMB.: 400 G
6,23€/KG



3,49€ UNID.
PIZZA FAMILIAR FIAMBRE E QUEIJO CONTINENTE
EMB.: 580 G
6,02€/KG



2,79€ UNID.
LONG BURGUER C/ FRANGO CROCANTE ABBELEN
EMB.: 1 UNID



6,99€ UNID.
TIRAS DE ENTRECOSTO PRISCA
EMB.: 600 G
11,65€/KG



8,99€ UNID.
LEITÃO ASSADO HM CANEIRA
EMB.: 500 G
17,98€/KG



25% Sobre PVPR
NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA RANA



10% Sobre PVPR
PASTA DO DIA®
NA MARCA PASTA DO DIA



BIO E SAUDÁVEL

20% Sobre PVPR

PVPR 2,49€ **1,99€** UNID.

BEBIDA VEGETAL PLENO
CAFÉ
EMB.: 1L



25% Sobre PVPR

PVPR 3,49€ **2,59€** UNID.

FLOCOS DE CEREAIS NESTUM PRO
MORANGO/ CEREAIS/ CACAU
EMB.: 250 G
10,36€/KG



Mais de 40% Sobre PVPR

PVPR 2,39€ **1,39€** UNID.

SNACKS UNBORING QAMPO
SOUR CREAM & ONION/ SALICÓRNIA/ TOMATE E MANJERICÃO/ BARBECUE
EMB.: 85 G
16,35€/KG



S/ LACTOSE

1,29€ UNID.

BEBIDA VEGETAL AVEIA BARISTA CONTINENTE
EMB.: 1L



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 1,79€ **1,39€** UNID.

CREME SOJA ALPRO
EMB.: 250 ML
5,56€/L



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 2,99€ **2,29€** UNID.

BEBIDA DE SOJA ALPRO
CHOCOLATE/ FRUTOS VERMELHOS
EMB.: 3 X 250 ML
3,05€/L



Mais de 15% Sobre PVPR

PVPR 1,19€ **0,99€** UNID.

BEBIDA VEGETAL HIGH PROTEÍNA ALPRO
CHOCOLATE/ CARAMELO
EMB.: 250 ML
3,96€/L



S/ GLÚTEN

25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PÃES S/ GLÚTEN DA MARCA NUTRIFREE



Apenas ISENTO DE GLÚTEN

2,59€ UNID.

MINI MUFFINS LIMÃO/ CHOCOLATE SGLÚTEN MUSEU DO PÃO
EMB.: 120 G
21,58€/KG



BIOLÓGICO

20% Sobre PVPR

NO SAL DOS HIMALAIAS DA MARCA ORIGENS BIO



20% Sobre PVPR

NO LEITE DE COCO DA MARCA ORIGENS BIO



BIOLÓGICO

Apenas

2,59€ UNID.

PÃO TRIGO SARRACENO BIO
EMB.: 500 G
5,18€/KG



25% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS BIO ORGANIC DA MARCA GULLÓN



10% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS DA MARCA ORIGENS BIO



20% Sobre PVPR

PVPR 1,99€ **1,59€** UNID.

ÁGUA DE COCO WHY FOODS
EMB.: 330 ML
4,82€/L



PERFORMANCE DESPORTIVA

10% Sobre PVPR

NAS MONODOSES DA MARCA PROZIS

A TUA PROTEÍNA, A QUALQUER MOMENTO
SAQUETAS UNIDOSE DE PROTEÍNA WHEY E VEGAN



Até 15% Sobre PVPR

NAS PROTEÍNAS DA MARCA GOLD NUTRITION



20% Sobre PVPR

NA MARCA OPTIMUM NUTRITION



ALIMENTAÇÃO DESPORTIVA

10% Sobre PVPR

NAS MANTEIGAS DE AMENDOIM DA MARCA PROZIS (EMB.: 500G)



SUPLEMENTAÇÃO

Apenas

7,99€ UNID.

SUPLEMENTO ÔMEGA 3 ZUMUB
EMB.: 90 CÁPSULAS
0,09€/CÁPSULA



25% Sobre PVPR

NA MARCA JUVAMINE



~~4,95€~~ **1,29€** UNID.

BARRAS DE PROTEÍNA WAYUP
COOKIES & CREAM / CHOCOLATE & AVELÃ
EMB.: 38 G
33,95€/KG



ÍNDICE

MERCEARIA











NOS AZEITES DAS MARCAS ESPORÃO E VIDIGUEIRA



PVPR 3,99€
2,59€ UNID.

AZEITE VIRGEM EXTRA OLIVEIRA DA SERRA
SPRAY
EMB.: 0,2 L
12,95€/L



ARROZ EXTRA LONGO CAÇAROLA
AGULHA
EMB.: 2 KG
1,25€/KG



ARROZ CAROLINO ORIENTE
EMB.: 2 KG
1,25€/KG



PVPR 7,69€
4,69€ UNID.

AZEITE VIRGEM EXTRA GALLO
SQUEEZE
EMB.: 500 ML
9,38€/L

PVPR 7,99€
3,79€ UNID.

AZEITE GALLO
SUBTIL
EMB.: 0,75 L
5,05€/L



PVPR 27,99€
9,99€ UNID.

AZEITE VIRGEM EXTRA OLIVEIRA DA SERRA
SELECIONADO
EMB.: 2 L
5€/L

ESPECIAL NATAL



PVPR 10,99€
6,99€ UNID.

AZEITE VIRGEM EXTRA GALLO
RESERVA
EMB.: 0,75 L
9,32€/L



PVPR 7,99€
5,99€ UNID.

AZEITE EA
VIRGEM EXTRA
EMB.: 500 ML
11,98€/L



AZEITE CASA RELVAS
COLHEITA SELECIONADA
EMB.: 75 CL
9,32€/L





PVPR 1,85€
1,38€ UNID.

ALETRIA MILANEZA
EMB.: 500 G
2,76€/KG



PVPR 1,19€
1,09€ UNID.

AÇÚCAR BRANCO SIDUL
EMB.: 1 KG



PVPR 2,49€
1,86€ UNID.

CANELA MOÍDA MARGÃO
FRASCO
EMB.: 39 G
47,69€/KG



PVPR 5,18€
2,89€ UNID.

ÓLEO ALIMENTAR FRIGI
EMB.: 2 L
1,45€/L



~~1,89€~~
1,69€ UNID.

ÓLEO GIRASSOL CONTINENTE
EMB.: 1 L



~~17,09€~~
14,49€ UNID.

AZEITE VIRGEM EXTRA CONTINENTE
EMB.: 3 L
4,83€/L



AZEITE CONTINENTE
VIRGEM EXTRA
EMB.: 250 ML
7,96€/L

MERCEARIA

ÍNDICE

Até **35%** Sobre PVPR



Mais de **20%** Sobre PVPR



Até **25%** Sobre PVPR



Até **20%** Sobre PVPR



3,99€ UNID.

ARROZ CIGALA
BASMATI
EMB.: 2 KG
2€/KG



7,99€ UNID.

ARROZ JASMIM PERFUMADO TOUCH
EXTRA LONGO
EMB.: 5 KG
1,60€/KG



30% Sobre PVPR

PVPR 2,24€
1,55€ UNID.

ATUM BOM PETISCO
AZEITE
EMB.: 78 G
19,87€/KG



Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 1,75€
1,29€ UNID.

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



Até **20%** Sobre PVPR

NO ARROZ DA MARCA ORIENTE (EMB.: 1KG)



2,69€ UNID.

ARROZ VAPORIZADO ORIENTE
EMB.: 2 KG
1,35€/KG



2,38€ UNID.

ARROZ AGULHA ORIENTE
EMB.: 2 KG
1,19€/KG



15% Sobre PVPR

PVPR 1,89€
1,59€ UNID.

RISOTTO SCOTTI
ARBORIO
EMB.: 500 G
3,18€/KG



40% Sobre PVPR

NA MASSAS HÉLICES, LAÇOS, LÍRIOS E CONCHAS DA MARCA MILANEZA



Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 1,29€
0,89€ UNID.

MASSA MILANEZA
ESPARGUETE
EMB.: 500 G
1,78€/KG



Mais de **40%** Sobre PVPR

PVPR 1,83€
1,04€ UNID.

MASSA MILANEZA
COTOVELOS/ MACARRÃO/ MACARRONETE
EMB.: 500 G
2,08€/KG



Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 1,65€
1,09€ UNID.

MASSA MILANEZA
MACARRONETE RISCADO/ COTOVELINHOS/ ESPIRAIS
EMB.: 500 G
2,18€/KG



Mais de **10%** Desconto Direto

NAS MASSAS COTOVELOS E COTOVELINHOS DA MARCA CONTINENTE (EMB.: 500G)



10% Desconto Direto

NAS MASSAS TRICOLOR DA MARCA CONTINENTE (EMB.: 500G)



Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 1,93€
1,29€ UNID.

MASSA TRICOLOR MILANEZA
ESPIRAIS/ LAÇOS
EMB.: 500 G
2,58€/KG



25% Sobre PVPR

NAS FARINHAS DA MARCA FERBAR



Mais de **15%** Desconto Direto

~~2,25€~~
1,85€ UNID.

AÇÚCAR BRANCO CONTINENTE
200 STICKS
EMB.: 800 G
2,31€/KG



10% Desconto Direto

~~1,39€~~
1,25€ UNID.

ARROZ AGULHA SELECIONADO CONTINENTE
EMB.: 1 KG



20% Sobre PVPR

NOS LEGUMES E CEREAIS SECOS DA MARCA CAÇAROLA



MERCEARIA

Até **50%** Sobre PVPR



25% Sobre PVPR



Até **40%** Sobre PVPR



25% Sobre PVPR



30% Sobre PVPR

~~1,49€~~ **1,04€** UNID.

SALSICHAS FRANKFURT NOBRE
PORCO
EMB.: 6 UNID
0,17€/UNID



Mais de **40%** Sobre PVPR

~~2,65€~~ **1,49€** UNID.

SALSICHAS FRANKFURT IZIDORO
LATA
EMB.: 10 UNID
0,15€/UNID



35% Sobre PVPR

NOS MOLHOS XXL TOP DOWN DA MARCA CALVÉ



35% Sobre PVPR

~~2,79€~~ **1,81€** UNID.

MOSTARDA SAVORA
TOP DOWN
EMB.: 230 G
7,87€/KG



20% Sobre PVPR

~~4,99€~~ **3,98€** UNID.

SALSICHAS HOT DOG NOBRE
PORCO
EMB.: 420 G
9,48€/KG



Mais de **15%** Sobre PVPR

NO GRÃO E FEIJÃO DA MARCA COMPAL (EM.B.: 468G)



25% Sobre PVPR

NAS MAIONESES DA MARCA PALADIN



Até **35%** Sobre PVPR

NAS MAIONESES DA MARCA HEINZ



35% Sobre PVPR

NO MILHO DOCE DA MARCA BONDUELLE (EMB.: 3X140G)



Mais de **20%** Sobre PVPR

NOS COGUMELOS DA MARCA FERBAR



Até **50%** Sobre PVPR

NAS SALSICHAS DE LATA E FRASCO DA MARCA IZIDORO



Até **25%** Sobre PVPR

NAS SARDINHAS DA MARCA BOM PETISCO



Leve 3 ou Mais

1,15€ UNID.

ATUM EM AZEITE CONTINENTE
EMB.: 85 G
13,53€/KG



UNID FICA A **1,09€**

~~0,99€~~ **0,85€** UNID.

ATUM TRITÃO NATURAL
EMB.: 77 G
11,04€/KG



0,94€ UNID.

ATUM EM POSTA AO NATURAL CONTINENTE EQUILÍBRIO
EMB.: 85 G
11,06€/KG



Mais de **10%** Desconto Direto

~~1,25€~~ **1,14€** UNID.

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



~~2,99€~~ **2,79€** UNID.

PEITO DE FRANGO CONTINENTE EQUILÍBRIO
EMB.: 2 X 52 G
26,83€/KG



~~0,89€~~ **0,84€** UNID.

GRÃO E FEIJÃO CONTINENTE
MANTEIGA, BRANCO, ENCARNADO E FRADE
EMB.: 400 G
2,10€/KG



Leve 3 ou Mais

1,19€ UNID.

SALSICHAS FRANKFURT CONTINENTE
10 UNID
EMB.: 380 G
3,13€/KG



UNID FICA A **1,09€**

~~1,15€~~ **1,04€** UNID.

MILHO DOCE CONTINENTE
EMB.: 300 G
3,47€/KG



MERCEARIA

35% Sobre PVPR

PONTI



20% Sobre PVPR

SACLÀ



Até 25% Sobre PVPR

Pringles



30% Sobre PVPR

Doritos



50% Sobre PVPR

PVPR 5,09€

2,54€ UNID.

CALDOS 24 CUBOS KNORR
CARNE/ GALINHA/ ARROZ/ LEGUMES/ MARISCO
EMB.: 24 UNID
0,11€/UNID



35% Sobre PVPR

NAS MARINADAS DA MARCA SACANA



Mais de 25% Sobre PVPR

PVPR 2,39€

1,69€ UNID.

SNACKS DE BATATAS FORNO LAY'S
C/ SAL/ CAMPONESAS
EMB.: 150 G/ 130 G
11,27€/KG/ 13€/KG



20% Sobre PVPR

NOS CALDOS DA MARCA KNORR (EMB.: 16 CUBOS)



25% Sobre PVPR

NOS SUCULENTOS DA MARCA MAGGI



PVPR 2,69€

1,69€ UNID.

SNACKS DE BATATA FORNO LAY'S
PIMENTO ASSADO
EMB.: 130 G
13€/KG



25% Sobre PVPR

NAS PIMENTAS DA MARCA MARGÃO (EMB.: 25G E 35G)



30% Sobre PVPR

PVPR 1,49€

1,04€ UNID.

TEMPERO AIRFRYER MAGGI
CHEESE CRISPY CHICKEN/ TEX MEX CRISPY CHICKEN
EMB.: 66 G
15,76€/KG



PVPR 1,69€

1,44€ UNID.

BATATAS FRITAS ONDULADAS RUFFLES
C/ SAL
EMB.: 160 G
9€/KG



PVPR 1,69€

1,44€ UNID.

BATATAS FRITAS ONDULADAS RUFFLES
PRESUNTO
EMB.: 150 G
9,60€/KG



Até 25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS EM TOMATE DA MARCA GULOSO



25% Sobre PVPR

NOS MOINHOS DA MARCA MARGÃO



PVPR 1,69€

1,44€ UNID.

BATATAS FRITAS ONDULADAS RUFFLES
KETCHUP/ YORK'ESO
EMB.: 150 G
9,60€/KG



1,19€ UNID.

MOSTARDA DIJON CONTINENTE
EMB.: 200 G
5,95€/KG



Apenas 1,09€ UNID.

TORTILHAS DE TRIGO E INTEGRAL CONTINENTE
FAJITA/WRAP
EMB.: 8 UNID/ 6 UNID
0,14€/UNID/ 0,17€/ UNID/ 0,27€/UNID



35% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BATATAS DA MARCA PÁLA-PÁLA



MERCEARIA

35% Sobre PVPR



30% Sobre PVPR



Até 25% Sobre PVPR



Até 25% Sobre PVPR



Até 25% Sobre PVPR

NAS PIPOCAS E BATATAS DOCES DA MARCA MARIA BATATA



Até 30% Sobre PVPR

NAS SOPAS DA MARCA KNORR



25% Sobre PVPR

NOS CALDOS E SOPAS DA MARCA MAGGI



25% Sobre PVPR

NOS SNACKS DA MARCA LONG CHIPS (EMB.: 75G)



35% Sobre PVPR

NAS REFEIÇÕES PRÉ-PREPARADAS DA MARCA KNORR



Até 10% Sobre PVPR

NO ARROZ PRONTO A COMER DA MARCA CIGALA



20% Sobre PVPR

PVPR 1,99€
1,59€ UNID.

SNACKS MIX MATUTANO
EMB.: 125 G
12,72€/KG



35% Sobre PVPR

PVPR 1,99€
1,29€ UNID.

SNACKS FRITOS MATUTANO
BARBECUE
EMB.: 130 G
9,92€/KG



Até 20% Sobre PVPR

NO ARROZ PRONTO A COMER DA MARCA LOURO



Desde

0,89€ UNID.

SOPAS DESIDRATADAS CONTINENTE
VÁRIOS SABORES
EMB.: 74 G



Mais de 25% Sobre PVPR

PVPR 1,34€
0,99€ UNID.

PIPOCAS DOCES SPOP
EMB.: 150 G
6,60€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 2,94€
2,19€ UNID.

SNACKS BOLACHAS KRIT CUETARA
KRITITAS/ PISCIS
EMB.: 350 G
6,26€/KG



25% Sobre PVPR

NOS TEMPEROS DA MARCA SAZÓN



~~1,49€~~
1,39€ UNID.

BATATAS FRITAS ONDULADAS CONTINENTE
SABOR A MOLHO LEITÃO
EMB.: 150 G
9,27€/KG



Apenas

0,99€ UNID.

SNACKS PALITO CONTINENTE
KETCHUP
EMB.: 100 G
9,90€/KG



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 1,45€
1,09€ UNID.

MILHO P/ PIPOCAS CIMARROM
EMB.: 400 G
2,73€/KG



2,35€ UNID.

FARINHA P.A.N
MILHO
EMB.: 1 KG



MERCEARIA

ÍNDICE

Até **20%** Sobre PVPR

LAVAZZA



Até **35%** Sobre PVPR

Tetley



Até **25%** Sobre PVPR

CASA DE MATEUS



25% Sobre PVPR

NAS CÁPSULAS DE CAFÉ DA MARCA STARBUCKS



15% Sobre PVPR

PVPR 6,59€

5,59€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ DOLCE GUSTO
BUONDI/ SICAL
EMB.: 16 CÁPSULAS
0,35€/CÁPSULA



Até **10%** Sobre PVPR

NAS CÁPSULAS DE CAFÉ NICOLA COMPATÍVEL C/ DOLCE GUSTO (EMB.: 16 CÁPSULAS)



Leve 2 por 6,98€

3,85€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ COMPATÍVEIS C/ DOLCE GUSTO CONTINENTE
EMB.: 16 CÁPSULAS
0,24€/CÁPSULA



UNID FICA A 3,49€

MARCA DA SEMANA DELTA

50 CARRINHOS DE COMPRAS NO VALOR DE 350€ CADA TODOS OS MESES

Mais de **35%** Sobre PVPR

PVPR 54,89€

34,99€ UNID.

CONJ. CAFÉ DELTA Q
EMB.: 110 CÁPSULAS
+ 6 COPOS
0,32€/CÁPSULA



OFERTA INCLUÍDA NA EMBALAGEM

20% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

3,99€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ DELTA Q
VÁRIAS INTENSIDADES
EMB.: 10 CÁPSULAS
0,40€/CÁPSULA



Mais de **20%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE CÁPSULAS DE CAFÉ DA MARCA DELTA Q (EMB.: 10 CÁPSULAS)



NOVO PRODUTO

Mais de **40%** Sobre PVPR

PVPR 4,29€

2,49€ UNID.

CAFÉ CAPPUCCINO STICK DELTA
CLÁSSICO / MOCHA
EMB.: 140 G/ 144 G
17,79€/KG/ 17,29€/KG



Até **35%** Sobre PVPR

NOS CAFÉS TORRADOS PORTUGAL DA MARCA DELTA (EMB.: 220G E 750G)



NOVO PRODUTO

Mais de **30%** Sobre PVPR

NOS CAFÉS TORRADOS RITUAL DA MARCA DELTA (EMB.: 220G E 500G)

O Prazer está no ritual



Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 5,49€

3,99€ UNID.

CAFÉ TORRADO LOTE CHÁVENA DELTA
GRÃO/ MOAGEM SACO/ MOAGEM MÁQUINA
EMB.: 250 G
15,96€/KG



30% Sobre PVPR

NOS CAFÉS SOLÚVEIS FUNCIONAIS DA MARCA DELTA



PVPR 11,99€

10,79€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ BUONDI
VÁRIAS INTENSIDADES
EMB.: 36 CÁPSULAS
0,30€/CÁPSULA



3,75€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ COMPATÍVEIS C/ NESPRESSO CONTINENTE
RISTRETTO/ SEDUCENTE/ DECAFFEINATO/ INTENSO
EMB.: 20 CÁPSULAS
0,19€/CÁPSULA



Apenas

7,49€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ COMPATÍVEIS C/ DELTA Q CONTINENTE
EMB.: 40 CÁPSULAS
0,19€/CÁPSULA



Mais de **55%** Desconto Direto

~~59,99€~~

24,99€ UNID.

MÁQUINA DE CAFÉ GRAZIE CONTINENTE
PRETO/ CINZENTO/ BEGE
EMB.: 1 UNID



30% Sobre PVPR

NOS CAFÉS TORRADOS DA MARCA BUONDI (EMB.: 200G E 400G)



Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 14,99€

9,89€ UNID.

CAFÉ SOLÚVEL NESCAFÉ GOLD
EMB.: 200 G
49,45€/KG



30% Sobre PVPR

PVPR 9,99€

6,99€ UNID.

BEBIDA DE CAFÉ E CHICÓRIA RICORÉ
EMB.: 260 G
26,88€/KG



40% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE ACHOCOLATADOS DA MARCA NESQUIK



MERCEARIA

Até 25% Sobre PVPR
Nestlé Cerelac



15% Sobre PVPR
Nestlé Yogolino



Até 25% Sobre PVPR
Gerber Organic for baby



BEBÉ

Até 25% Sobre PVPR
NOS LEITES NAN (EXCETO LEITES 1, ESPECIAIS E PACKS PROMOCIONAIS)



35,79€ UNID.
LEITE INFANTIL APTAMIL 2
EMB.: 2 X 800 G
LEVE 3 PAGUE 2
22,37€/KG



OFERTA INCLUÍDA NA EMBALAGEM

Até 30% Sobre PVPR
NA MARCA NUTRIBÉN (EXCETO LEITES 1, ESPECIAIS E PACKS PROMOCIONAIS)



25% Sobre PVPR
PVPR 2,99€
2,24€ UNID.
FLOCOS DE CEREAIS NESTUM MEL
EMB.: 300 G
7,47€/KG



25% Sobre PVPR
PVPR 2,99€
2,24€ UNID.
FARINHA PENSAL C/CACAU
EMB.: 250 G
8,96€/KG



Até 30% Sobre PVPR
NAS SAQUETAS DE FRUTAS DA MARCA NESTLÉ (EXCETO PACKS PROMOCIONAIS)



30% Sobre PVPR
PVPR 1,28€
0,89€ UNID.
SAQUETAS DE FRUTA PATRULHA PATA BLÉDINA
FRUTOS VARIADOS/ MAÇÃ/ MAÇÃ & BANANA & MORANGO
EMB.: 100 G
8,90€/KG



2,99€ UNID.
CREME P/ BARRAR CONTINENTE
LEITE E AVELÃ
EMB.: 400 G
7,48€/KG



35% Sobre PVPR
PVPR 7,19€
4,64€ UNID.
CEREAIS FITNESS ORIGINAL
EMB.: 625 G
7,42€/KG



Até 35% Sobre PVPR
NOS CEREAIS CLÁSSICOS DA MARCA SPECIAL K



Até 30% Sobre PVPR
NOS CEREAIS CORN FLAKES DA MARCA NACIONAL



Mais de 30% Sobre PVPR
PVPR 4,39€
2,99€ UNID.
GRANOLA FITNESS
MEL/ CHOCOLATE/ ABÓBORA/ CRUNCHY OATS
EMB.: 300 G
9,97€/KG



Mais de 10% Desconto Direto
2,59€
2,29€ UNID.
CEREAIS CRUNCHY MUESLI CONTINENTE
FRUTA
EMB.: 500 G
4,58€/KG



50% Sobre PVPR
PVPR 4,99€
2,49€ UNID.
CEREAIS ESTRELITAS
MEL
EMB.: 550 G
4,53€/KG



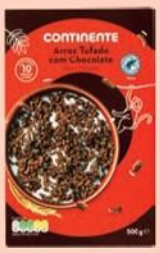
Até 35% Sobre PVPR
NOS CEREAIS DA MARCA CHOCAPIC (EMB.: 375G E 900G)



25% Sobre PVPR
PVPR 4,69€
3,49€ UNID.
CEREAIS KELLOGG'S SMACKS/ FROSTIES/ MIEL POPS
EMB.: 330 G
10,58€/KG



Mais de 10% Desconto Direto
2,69€
2,39€ UNID.
CEREAIS ARROZ TUFADO C/ CHOCOLATE CONTINENTE
CHOCOLATE
EMB.: 500 G
4,78€/KG



3,69€
3,49€ UNID.
CEREAIS CONTINENTE ESTRELAS DE MEL PACK POUPANÇA
EMB.: 1 KG



Até 50% Sobre PVPR
NAS BARRAS DE CEREAIS DA MARCA FITNESS



MERCEARIA

ÍNDICE

25% Sobre PVPR



Até 30% Sobre PVPR



25% Sobre PVPR



25% Sobre PVPR



Mais de 25% Sobre PVPR

PVPR 2,49€ **1,84€** UNID.



BOLACHAS RECHEADAS MINI OREO
ORIGINAL/ GOLDEN
EMB.: 160 G
11,50€/KG

25% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS MINECRAFT DA MARCA DA MARCA NACIONAL



20% Sobre PVPR

PVPR 1,99€ **1,59€** UNID.



BOLACHAS BELGAS SABOROSA
ORIGINAL
EMB.: 220 G
7,23€/KG

1,99€ UNID.



BOLACHAS CREAMS PACK POUPANÇA CONTINENTE
EMB.: 440 G
4,52€/KG

Leve 2 por 1,98€

1,09€ UNID.



BOLACHAS ARGOLINHAS CHOCOLATE CONTINENTE
LEITE/ NEGRO/ BRANCO
EMB.: 128 G
8,52€/KG

Poupe 0,40€

~~2,39€~~ **1,99€** UNID.

Lascas finas de biscoito crocante caramelizado, envolvo em chocolate



CREPES DENTELLE CONTINENTE SELEÇÃO
NEGRO/ LEITE
EMB.: 100 G
19,90€/KG

Até 50% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS DIGESTIVAS DA MARCA GULLÓN



25% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS MARINHEIROS DA MARCA CUÉTARA



25% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS MARINHEIRAS DA MARCA NACIONAL



Mais de 25% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS DA MARCA TUC (EMB.:100G)



Mais de 25% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS CRACKERS DA MARCA VIEIRA



ESPECIAL NATAL

30% Sobre PVPR

PVPR 2,99€ **2,09€** UNID.



BOLACHA DE NATAL BISCOFF
EMB.: 200 G
10,45€/KG

Mais de 25% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE BOLACHAS DE NATAL DA MARCA CUÉTARA



25% Sobre PVPR

NOS SORTIDOS DA MARCA DAN CAKE



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BOLACHAS DA MARCA MARIA CONFEITARIA



MERCEARIA

25% Sobre PVPR

VIDAL





Mais de **25%** Sobre PVPR

EL MANDARIN

ESTE NATAL PEDE O ORIGINAL



ORIGINAL DESDE 1964

25% Sobre PVPR

NOS BOLOS DA MARCA MILKA



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BOLOS DA MARCA BOLLYCAO



25% Sobre PVPR

PVPR 3,09€

2,29€ UNID.

DONUTS BOMBÓN CHOCOLATE/ CLASSIC GLACÉ
EMB.: 4 UNID
0,57€/UNID



Leve 2 por **2,50€**

1,54€ UNID.

NAPOLITANAS CONTINENTE
CACAU/ BAUNILHA
EMB.: 270 G
5,70€/KG



Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 2,79€

1,99€ UNID.

TABLETE DE CHOCOLATE NESTLÉ EXTRAFINO
LEITE C/ AMÊNDOAS/ LEITE
EMB.: 123 G/ 125 G
16,18€/KG/ 15,92€/KG



Mais de **20%** Sobre PVPR

PVPR 6,45€

4,99€ UNID.

TABLETE DE CHOCOLATE NESTLÉ DARK
LEITE/ AMENDOAS
EMB.: 250 G
19,96€/KG



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE TABLETES DE CHOCOLATE DA MARCA LINDT



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE TABLETES DE CHOCOLATE EXCELLENCE DA MARCA LINDT



Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 5,99€

3,99€ UNID.

TABLETE DE CHOCOLATE MILKA
OREO/ TOFFE CARAMEL & NUTS/ PEANUT CARAMEL
EMB.: 300 G/ 276 G
13,30€/KG/ 14,46€/KG



Até **30%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE SNACKS DE CHOCOLATE DA MARCA KIT KAT



Mais de **20%** Sobre PVPR

NOS SNACKS DE CHOCOLATE DAS MARCAS MARS, SNICKERS E TWIX



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE DRAGEIAS DE CHOCOLATE DA MARCA M&M'S



Até **25%** Sobre PVPR

NOS AUXILIARES DE SOBREMESAS DA MARCA JERÓNIMOS



10% Sobre PVPR

NO LEITE CONDENSADO TRADICIONAL E COZIDO DA MARCA NESTLÉ



25% Sobre PVPR

NOS PUDINS DA MARCA BOCA DOCE



Apenas **2,39€** UNID.

CHOCOLATE CONTINENTE CULINÁRIA
EMB.: 200 G
11,95€/KG



30% Sobre PVPR

NA FRUTA EM CALDA DA MARCA FERBAR



ESPECIAL NATAL

ATÉ 24 DE DEZEMBRO DE 2026

DECORAÇÃO E PRESENTES



VEJA MAIS NO NOSSO FOLHETO

25% Sobre PVPR NESTA SELEÇÃO DE BOMBONS DA MARCA FERRERO



25% Sobre PVPR NOS CALENDÁRIOS DO ADVENTO DA MARCA MILKA



25% Sobre PVPR NUMA SELEÇÃO DE BOMBONS DAS MARCAS RAFFAELLO E MON CHÉRI





25% Sobre PVPR NOS BOMBONS DA MARCA MERCI



30% Sobre PVPR

PVPR 6,99€

4,89€ UNID.

BOMBONS PRALINÉ MILKA
AVELÃ/ MORANGO
EMB.: 105 G/ 114 G
46,57€/KG/
42,89€/KG



20% Sobre PVPR

PVPR 3,99€

3,19€ UNID.

CHOCOLATE C/ AROMA DE LARANJA TERRYS
LEITE/ DARK
EMB.: 145 G
22€/KG

NOVO PRODUTO



50% Sobre PVPR NOS BOMBONS DA MARCA HAMLET



Mais de 25% Sobre PVPR

PVPR 4,49€

3,29€ UNID.

BOMBONS DE BISCOFF MILKA
EMB.: 82 G
40,12€/KG

NOVO PRODUTO



20% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

3,99€ UNID.

BOMBONS AFTER EIGHT
MENTA/ FRAMBOESA/ CARAMELO
EMB.: 200 G
19,95€/KG

NOVO SABOR

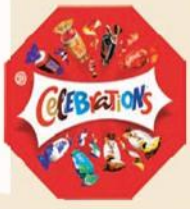


Mais de 40% Sobre PVPR

PVPR 6,99€

3,99€ UNID.

BOMBONS DE CHOCOLATE CELEBRATIONS
SORTIDO
EMB.: 173 G
23,06€/KG



25% Sobre PVPR NOS BOMBONS DA MARCA GUYLIAN



25% Sobre PVPR NOS BOMBONS DA MARCA BACI



Até 25% Sobre PVPR NOS BOMBONS, FANTASIAS DE NATAL E CALENDÁRIO DO ADVENTO DA MARCA LINDT (EXCETO PACKS PROMOCIONAIS)



Até 50% Sobre PVPR NAS FANTASIAS DE CHOCOLATE DAS MARCAS NESTÉ E AFTER EIGHT



Até 35% Sobre PVPR NO CALENDÁRIO DO ADVENTO E FANTASIA DE CHOCOLATE DE NATAL DA MARCA M&MS



25% Sobre PVPR NOS CALENDÁRIOS DO ADVENTO DAS MARCAS LACASA, DOLFIN, LACASITOS E BACI



1,59€ UNID.

CALENDÁRIO ADVENTO BEM ME QUER
EMB.: 65 G
24,46€/KG



4,49€ UNID.

CRISPIES DE CHOCOLATE BEM ME QUER
BRANCO/ FRUTOS VERMELHOS
EMB.: 150 G
29,93€/KG



ÍNDICE

MISSÃO CONTINENTE

CASA
CENTRO DE APOIO AO SEM ABRIGO

REFOOD
Aproveitar para Alimentar

loja, site e app

APOIE O CASA E A REFOOD COM OS VALES SOLIDÁRIOS



UM NATAL AO JEITO DE TODOS

CONTINENTE

É DE TODA A GENTE

LATICÍNIOS

Até **10%** Sobre PVPR
VIGOR SABOR FRESCO



Até **35%** Sobre PVPR
ProActiv



Até **25%** Sobre PVPR
Planta



Mais de **10%** Sobre PVPR
PVPR 1,14€
1€ UNID.
LEITE UHT MATINAL
SELECIONADO MEIO GORDO/ MAGRO
EMB.: 1L



10% Sobre PVPR
PVPR 1€
0,90€ UNID.
LEITE UHT MIMOSA
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB.: 1L



0,87€ UNID.
LEITE AÇORES CONTINENTE
MAGRO/ MEIO GORDO
EMB.: 1L



Mais de **10%** Sobre PVPR
PVPR 1,14€
1€ UNID.
LEITE UHT BEM ESPECIAL MIMOSA
MAGRO/ MEIO GORDO
EMB.: 1L



Mais de **15%** Sobre PVPR
PVPR 1,42€
1,14€ UNID.
LEITE UHT S/LACTOSE PARMALAT
MAGRO/ MEIO GORDO
EMB.: 1L



20% Sobre PVPR
PVPR 2,24€
1,79€ UNID.
LEITE BEM ESPECIAL MIMOSA
CRESCIMENTO 1-3 ANOS/ CRESCIMENTO 3+ ANOS
EMB.: 1L



15% Sobre PVPR
PVPR 1,98€
1,68€ UNID.
LEITE SELECIONADO MATINAL
LIVRE
EMB.: 3 X 200 ML
2,80€/L



UNID FICA A 0,56€

10% Sobre PVPR
*25g de proteína por unidade
PVPR 3,30€
2,97€ UNID.
LEITE + PROTEÍNA MIMOSA
VÁRIOS SABORES
EMB.: 3 X 250 ML
3,96€/L



UNID FICA A 0,99€

Mais de **15%** Sobre PVPR
PVPR 2€
1,68€ UNID.
LEITE C/ CHOCOLATE MIMOSA
EMB.: 4 X 200 ML
2,10€/L



UNID FICA A 0,42€

25% Sobre PVPR
PVPR 6,55€
4,89€ UNID.
LEITE C/ CHOCOLATE UCAL
ZERO
EMB.: 6 X 250 ML
3,26€/L



UNID FICA A 0,82€

PVPR 0,90€
0,85€ UNID.
NATA UHT GRESSO
EMB.: 200 ML
4,25€/L



Mais de **15%** Sobre PVPR
PVPR 1,42€
1,19€ UNID.
NATA S/ LACTOSE PARMALAT
CULINÁRIA/ P/ BATER
EMB.: 200 ML
5,95€/L



1,69€ UNID.
MOLHO BECHAMEL CONTINENTE
EMB.: 500 ML
3,38€/L



10% Sobre PVPR
PVPR 2,38€
2,14€ UNID.
MOLHO PARMALAT
BÉCHAMEL/ LEVÍSSIMA/ S/GLÚTEN
EMB.: 500 ML
4,28€/L



PVPR 2,29€
2,14€ UNID.
MANTEIGA GRESSO
C/ SAL
EMB.: 250 G
8,56€/KG



10% Sobre PVPR
PVPR 2,44€
2,19€ UNID.
MANTEIGA PASTEURIZADA PRIMOR
S/SAL/ C/ SAL
EMB.: 250 G
8,76€/KG



50% Sobre PVPR
PVPR 2,99€
1,49€ UNID.
CREME P/ BARRAR TULICREME
CHOCOLATE
EMB.: 200 G
7,45€/KG



Até **40%** Sobre PVPR
NUMA SELEÇÃO DE CREMES P/ BARRAR DA MARCA VAQUEIRO



1,69€ UNID.
CREME VEGETAL CONTINENTE
SABOR MANTEIGA
EMB.: 500 G
3,38€/KG



LATICÍNIOS

Até **45%** Sobre PVPR



30% Sobre PVPR



Até **40%** Sobre PVPR



Até **30%** Sobre PVPR



20% Sobre PVPR



Até **30%** Sobre PVPR



BIO E VEGETAIS

20% Sobre PVPR

PVPR 3,49€
2,79€ UNID.

YOFU LÍQUIDO ALPRO
MANGA & MARACUJÁ/ MORANGO & CEREJA
EMB.: 750 G
3,72€/KG



15% Sobre PVPR

PVPR 2,99€
2,54€ UNID.

IOGURTE VEGETAL GREGO ALPRO
VÁRIOS SABORES
EMB.: 400 ML
6,35€/L



BEM-ESTAR

Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 3,46€
2,99€ UNID.

KÉFIR NESTLÉ
NATURAL/ MORANGO
EMB.: 6 X 100 G
4,98€/KG



Mais de **20%** Sobre PVPR

NOS IOGURTES KÉFIR DA MARCA MIMOSA



BEM-ESTAR

Mais de **30%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE IOGURTES S/ LACTOSE DA MARCA MIMOSA



FITNESS

Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 2,39€
1,69€ UNID.

IOGURTE LÍQUIDO PROTEÍNA MIMOSA
MORANGO & BANANA/ FRUTOS TROPICAIS
EMB.: 250 G
6,76€/KG



FITNESS

30% Sobre PVPR

PVPR 1,70€
1,19€ UNID.

IOGURTE SÓLIDO LINDAHLS
VÁRIOS SABORES/ PÊSSEGO & MARACUJÁ/ MORANGO & LIMA
EMB.: 160 G
7,44€/KG/ 6,81€/KG



BEM-ESTAR

2,49€ UNID.

IOGURTE MAGRO AROMA MIMOSA
MORANGO, COCO, MANGA/ MORANGO, KIWI, BANANA, PÊSSEGO
EMB.: 8 X 120 G
2,59€/KG



CONGELADOS

Até **25%** Sobre PVPR



20% Sobre PVPR

PICCOLINIS



Mais de **25%** Sobre PVPR

IDEIAS EQUILIBRADAS À MESA

PVPR 2,69€ **1,99€** UNID.

FINGER S GREEN CUISINE
VEGETAIS
EMB.: 284 G
7,01€/KG



20% Sobre PVPR

PVPR 4,99€ **3,99€** UNID.

ESPARREGADO ESPINAFRE IGLO
S/ GLÚTEN
EMB.: 750 G
5,32€/KG



iglo
VEGETAIS
Qualidade e frescura

NUGGETS

Até **50%** Sobre PVPR

NOS NUGGETS DA MARCA IGLO (EMB.: 10 E 50 UNID)



50% Sobre PVPR

PVPR 13,99€ **6,99€** UNID.

NUGGETS CAPITÃO IGLO
FRANGO
EMB.: 25 UNID
0,28€/UNID

NUGGETS
Receitas que conquistam



NUGGETS

50% Sobre PVPR

PVPR 19,99€ **9,99€** UNID.

NUGGETS AMERICANOS CAPITÃO IGLO
EMB.: 38 UNID
0,26€/UNID



50% Sobre PVPR

PVPR 6,99€ **3,49€** UNID.

DOURADINHOS CAPITÃO IGLO
FRANGO
EMB.: 250 G
13,96€/KG

NUGGETS
Receitas que conquistam



CROCANTES

40% Sobre PVPR

PVPR 6,69€ **3,99€** UNID.

CROCANTES DE FRANGO RECHEADOS IGLO
ALHO & SALSA/ TOMATE & MANJERICÃO
EMB.: 2 UNID
2€/UNID

NOVO PRODUTO



40% Sobre PVPR

PVPR 6,69€ **3,99€** UNID.

CROCANTES DE FRANGO RECHEADOS IGLO
CORDON BLEU
EMB.: 2 UNID
2€/UNID

CROCANTES
100% Peito de Frango



DOURADINHOS

Até **50%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE DOURADINHOS DA MARCA CAPITÃO IGLO



Mais de **45%** Sobre PVPR

PVPR 5,69€ **2,99€** UNID.

DOURADINHOS CAPITÃO IGLO
ULTRACONGELADOS PESCADA FORNÍSSIMO
EMB.: 12 UNID
0,25€/UNID

DOURADINHOS
100% Filetes de Peixe

Pesca Sustentável



HAMBÚRGUERES

40% Sobre PVPR

PVPR 31,69€ **18,99€** UNID.

HAMBÚRGUERES IGLO
VACA/ FRANGO
EMB.: 16 UNID
1,19€/UNID/ 1,06€/ UNID

HAMBÚRGUERES
Momentos Saborosos



FILETES

25% Sobre PVPR

PVPR 4,99€ **3,74€** UNID.

FILETES PRIMAVERA CAPITÃO IGLO
ULTRACONGELADOS ALHO & ERVAS/ LIMÃO
EMB.: 2 UNID
1,87€/UNID



Até **25%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DE FORMATO FAMILIAR DA MARCA PESCANOVA



25% Sobre PVPR

PVPR 9,37€ **6,99€** UNID.

FILETES PESCANOVA
FARINHA&OVO
EMB.: 600 G
11,65€/KG





1,95€ UNID.

RECHEIOS MEXICANOS CONTINENTE
FAJITAS/ BURRITO
EMB.: 300 G
6,50€/KG

NOVO PRODUTO



2,79€ UNID.

PEIXINHOS DA HORTA CONTINENTE
EMB.: 400 G
6,98€/KG

NOVO PRODUTO



CONGELADOS

25% Sobre PVPR

SWEE



SOLERO bon bon

PROVA QUE ÉS O MAIOR FÃ DE SOLERO BON BON E

HABILITA-TE A GANHAR UM FRIGORÍFICO SMEG*

PARTICIPA AQUI



50% Sobre PVPR

PVPR 5,99€

2,99€ UNID.

GELADO BON BON SOLERO
EXÓTICO/ MORANGO E LIMA
EMB.: 12 UNID
0,25€/UNID

*Válido apenas no CONTINENTE.

Até 31 de Dezembro de 2026, apenas para compras efetuadas nas lojas Continente, Continente Modelo, Continente Bom Dia e Continente Online.

Mais de 40% Sobre PVPR



PVPR 5,99€

3,49€ UNID.

GELADO CORNETTO
MORANGO/ CLÁSSICO/ CHOCOLATE
EMB.: 6 UNID
0,58€/UNID

NUMA SELEÇÃO DE GELADOS DA MARCA MAGNUM

40% Sobre PVPR



MAGNUM FIEL AO PRAZER

2,99€ UNID.

MOCHI COOKIE CONTINENTE
CANELA
EMB.: 6 UNID
0,50€/UNID



Desde

2,69€ UNID.

MINI CHURROS CONTINENTE
EMB.: 170 G



3,69€ UNID.

BATATA GRATINADA TRUFADA CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 400 G
9,23€/KG



15% Sobre PVPR

PVPR 3,89€

3,29€ UNID.

BATATAS MEDITERRÂNEAS MC CAIN
ULTRACONGELADAS
EMB.: 750 G
4,39€/KG



BEBIDAS

ÍNDICE

Até 20% Sobre PVPR



Mais de 10% Sobre PVPR



Até 20% Sobre PVPR



30% Sobre PVPR



Até 20% Sobre PVPR



Até 20% Sobre PVPR



Mais de 25% Sobre PVPR



Mais de 20% Sobre PVPR



SUMOS

Até 20% Sobre PVPR

NOS SUMOS DA MARCA COMPAL VITAL (EMB.: 1L)



SUMO REFRIGERADO

Até 20% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE SUMOS DA MARCA INNOCENT (EMB.: 25CL E 30CL)



SUMOS FRESCOS

Mais de 10% Sobre PVPR

NOS SUMOS DA MARCA COMPAL FRESCO (EMB.: 250ML)



COLAS

Até 10% Sobre PVPR

NOS REFRIGERANTES C/ GÁS ORIGINAL DA MARCA PEPSI (EMB.: 1L E 1.75L)



REFRIGERANTES C/ GÁS

Até 25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE REFRIGERANTES C/ GÁS DA MARCA SUMOL (EMB.: 1L E 6X33CL)



Mais de 30% Sobre PVPR

PVPR 1,49€

0,99€ UNID.

REFRIGERANTE C/ GÁS FANTA E SPRITE LARANJA / LARANJA ZERO/ GUARANÁ/ LIMA LIMÃO

+0,10€ VALOR DEPÓSITO

EMB.: 1.5 L

0,66€/L



1,39€ UNID.

REFRIGERANTE C/ GÁS ZERO GUARANÁ ANTARTICA

+0,10€ VALOR DEPÓSITO

EMB.: 1L

+0.5 L



OFERTA INCLUÍDA NA EMBALAGEM

ICE TEAS

Mais de 35% Sobre PVPR

NOS ICE TEAS DA MARCA LIPTON (EMB.: 2L)



REFRIGERANTES S/ GÁS

25% Sobre PVPR

PVPR 2,39€

1,79€ UNID.

REFRIGERANTE S/ GÁS AQUARIUS LARANJA / LIMÃO

+0.10€ VALOR DEPÓSITO

EMB.: 1.5 L

1,19€/L



MIXER

Mais de 25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BEBIDAS EM LATA DA MARCA SCHWEPPES (EMB.: 25CL E 33CL)



ENERGÉTICAS

Até 25% Sobre PVPR

NAS BEBIDAS ENERGÉTICAS DA MARCA RED BULL (EMB.: 250ML)



NÉCTAR

1,49€ UNID.

NÉCTAR TAMANHO FAMILIAR CONTINENTE LARANJA E TANGERINA/ FRUTAS DO POMAR

EMB.: 1.5 L

0,99€/L



SUMOS FRESCOS

Desde

1,09€ UNID.

SUMOS REFRIGERADOS CONTINENTE EQUILÍBRIO VÁRIOS SABORES

+0,10€ VALOR DEPÓSITO

EMB.: 330 ML



REFRIGERANTES C/ GÁS

1,19€ UNID.

REFRIGERANTE C/ GÁS CONTINENTE GUARANÁ FIZZUP

+0,10€ VALOR DEPÓSITO

EMB.: 2 L

0,60€/L



1,29€ UNID.

REFRIGERANTE C/ GÁS CONTINENTE FIZZUP MARACUJÁ

+0,10€ VALOR DEPÓSITO

EMB.: 2 L

0,65€/L

NOVO PRODUTO



BEBIDAS

25% Sobre PVPR
Heineken

Até 35% Sobre PVPR
Carlsberg

10% Sobre PVPR
Corona

Mais de 25% Sobre PVPR
Super Bock

Até 25% Sobre PVPR
Super Bock Abadia

Até 30% Sobre PVPR
Somersby

40% Sobre PVPR
Bandida do Pomar

Até 20% Sobre PVPR
Fastio

CERVEJA NACIONAL

35% Sobre PVPR
PVPR 0,99€
0,64€ UNID.
CERVEJA C/ ÁLCOOL SUPER BOCK
LATA
+0.10€ VALOR DEPÓSITO
EMB.: 33 CL
1,94€/L

PVPR 1,99€
1,89€ UNID.
CERVEJA C/ ÁLCOOL SUPER BOCK
TARA PERDIDA
GARRAFA: 1 L

Há amizades que não se poupam. Brinda ao teu pack!

Mais de 30% Sobre PVPR
PVPR 14,99€
9,99€ UNID.
CERVEJA C/ ÁLCOOL SUPER BOCK MINI
TARA PERDIDA
EMB.: 24 X 20 CL
2,08€/L

Mais de 45% Sobre PVPR
PVPR 27,99€
14,95€ UNID.
CERVEJA C/ ÁLCOOL SUPER BOCK MINI, TARA PERDIDA
EMB.: 30 X 25 CL
1,99€/L

CERVEJA NACIONAL

50% Sobre PVPR
PVPR 28,99€
14,35€ UNID.
CERVEJA C/ ÁLCOOL SAGRES MINI, TARA PERDIDA
EMB.: 30 X 25 CL
1,91€/L

Mais de 50% Sobre PVPR
PVPR 16,39€
7,49€ UNID.
CERVEJA C/ ÁLCOOL SAGRES
TARA PERDIDA
EMB.: 15 X 25 CL
2€/L

CERVEJA SEM ÁLCOOL

25% Sobre PVPR
O mesmo espírito, sem álcool
NOVO PRODUTO
PVPR 5,99€
4,49€ UNID.
CERVEJA S/ ÁLCOOL SUPER BOCK
PILSENER/ TROPICAL
EMB.: 6 X 33 CL
2,27€/L

CERVEJA ESPECIAL

25% Sobre PVPR
NOVO PRODUTO
PVPR 4,99€
3,74€ UNID.
CERVEJA C/ ÁLCOOL SAGRES MISTA
EMB.: 6 X 25 CL
2,49€/L

CERVEJA ESTRANGEIRA

Mais de 25% Sobre PVPR
PVPR 2,99€
2,19€ UNID.
CERVEJA C/ ÁLCOOL FRANZISKANER DUNKEL
TARA PERDIDA/ WEISSBIER
GARRAFA: 50 CL
4,38€/L

SIDRAS

7,19€ UNID.
SIDRA FLECHA MAÇÃ
EMB.: 12 X 20 CL
3€/L

ÁGUAS LISAS

Apenas
0,87€ UNID.
ÁGUA S/ GÁS CALDAS DE PENACOVA
EMB.: 3 L
0,28€/L

ÁGUAS ALCALINA

Apenas
0,70€ UNID.
ÁGUA S/ GÁS MONCHIQUE
+0,10€ VALOR DEPÓSITO
EMB.: 1.5 L
0,47€/L

ÁGUAS C/ GÁS

Mais de 20% Sobre PVPR
PVPR 3,89€
2,95€ UNID.
ÁGUA C/ GÁS NATURAL PEDRAS SALGADAS
TARA PERDIDA
EMB.: 6 X 33 CL
1,49€/L

ÁGUAS C/ GÁS SABORES

20% Sobre PVPR
NAS ÁGUAS C/ GÁS DA MARCA PEDRAS SABORES (EMB.: 4X25CL)
AÇAÍ NOVO SABOR

25% Sobre PVPR
PVPR 3,49€
2,59€ UNID.
ÁGUA C/ GÁS BOTÂNICOS FRIZE
LIMA & PEPINO & GENGIBRE/ CLEMENTINA & CARDAMOMO/ FRAMBOESA & PIMENTA ROSA
EMB.: 4 X 25 CL
2,59€/L

ÁGUAS C/ GÁS

0,49€ UNID.
ÁGUA C/ GÁS CONTINENTE
+0,10€ VALOR DEPÓSITO
EMB.: 1.5 L
0,33€/L

GARRAFEIRA

Até **65%** Sobre PVPR

MULA VELHA



Até **70%** Desconto Direto

CANCELLUS



Até **70%** Sobre PVPR

TAPADA DAS LEBRES



Mais de **40%** Sobre PVPR

PVPR 6,99€

3,99€ UNID.

VINHO CAIADO ADEGA MAYOR
ALENTEJO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
5,32€/L

GANHE CABAZES DE VINHO
TODAS AS SEMANAS
Saiba mais:



SEJA RESPONSÁVEL. BEBA COM MODERAÇÃO.

60% Sobre PVPR

PVPR 9,99€

3,99€ UNID.

VINHO GUARDA RIOS
ALENTEJO, TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
5,32€/L



60% Sobre PVPR

PVPR 11,99€

4,79€ UNID.

VINHO CICONIA
PREMIUM, ALENTEJO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
6,39€/L



55% Sobre PVPR

PVPR 11,09€

4,99€ UNID.

VINHO VINHA MARIA
PREMIUM, DÃO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
6,65€/L



45% Sobre PVPR

PVPR 9,99€

5,49€ UNID.

VINHO LAGAR DE BURMESTER
RESERVA, DOURO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
7,32€/L



25% Sobre PVPR

PVPR 7,99€

5,99€ UNID.

VINHO ASSOBIO
DOURO, TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
7,99€/L



65% Sobre PVPR

PVPR 18,99€

6,59€ UNID.

VINHO COUTADA VELHA
SIGNATURE, ALENTEJO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
8,79€/L



Mais de **55%** Sobre PVPR

PVPR 16,99€

6,99€ UNID.

VINHO AZUL VENTOZELO
SIGNATURE, DOURO, TINTO
GARRAFA: 75 CL
9,32€/L



50% Sobre PVPR

PVPR 14,99€

7,49€ UNID.

VINHO PIANO
PREMIUM, DOURO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
9,99€/L



20% Sobre PVPR

PVPR 9,99€

7,99€ UNID.

VINHO ESPORÃO
BIOLÓGICO, ALENTEJO, TINTO
GARRAFA: 75 CL
10,65€/L



20% Sobre PVPR

PVPR 11,89€

9,49€ UNID.

VINHO QM
ALVARINHO, VERDE, BRANCO
GARRAFA: 75 CL
12,65€/L



25% Sobre PVPR

PVPR 13,49€

9,99€ UNID.

VINHO DUORUM
DOURO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
13,32€/L



Mais de **70%** Sobre PVPR

PVPR 27,98€

7,95€ UNID.

CONJ. VINHO VINHA DA VALENTINA
PREMIUM, PENÍNSULA DE SETÚBAL, TINTO/ BRANCO
EMB.: 2 X 75 CL
5,30€/L



25% Desconto Direto

NOVO PRODUTO

~~16,95€~~

12,69€ UNID.

CONJ. VINHO TRINCA BOLOTAS
COLHEITA/RESERVA, ALENTEJO, TINTO
EMB.: 2 X 75 CL
8,46€/L



~~17,97€~~

13,99€ UNID.

CONJ. VINHO EA
ALENTEJO, TINTO
EMB.: 3 X 75 CL
6,22€/L



25% Sobre PVPR

PVPR 11,99€

8,99€ UNID.

VINHO MONTE VELHO
ALENTEJO, TINTO
GARRAFA: 1.5 L
5,99€/L

GRANDE FORMATO



Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 16,99€

12,49€ UNID.

VINHO MARQUÊS DE BORBA
ALENTEJO, TINTO
GARRAFA: 1.5 L
8,33€/L

GRANDE FORMATO



PVPR 20,49€

16,59€ UNID.

VINHO DONA ERMELINDA
RESERVA, PALMELA DOC, TINTO
GARRAFA: 1.5 L
11,06€/L

GRANDE FORMATO



20% Sobre PVPR

PVPR 27,99€

22,39€ UNID.

VINHO CARM
DOURO, TINTO
GARRAFA: 1.5 L
14,93€/L

GRANDE FORMATO



SEJA RESPONSÁVEL. BEBA COM MODERAÇÃO.

GARRAFEIRA

Até 25% Sobre PVPR



Até 25% Sobre PVPR

BEEFEATER LONDON



Até 15% Sobre PVPR

HENDRICK'S GIN



Até 35% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE VINHOS BAG-IN-BOX

GRANDES FORMATOS



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 2,09€

1,65€ UNID.

VINHO FRISANTE CRISTA DE GALO
BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
2,20€/L



25% Sobre PVPR

PVPR 4,39€

3,29€ UNID.

BEBIDAS AROMATIZADAS FAISÃO
RED BERRIES / FRUITY/ BLACK BERRIES/ TROPICAL
GARRAFA: 75 CL
4,39€/L



20% Sobre PVPR

PVPR 9,99€

7,99€ UNID.

ESPUMANTE FREIXENET
CORDON NEGRO, PREMIUM CAVA, BRUTO, BRANCO
GARRAFA: 75 CL
10,65€/L



25% Desconto Direto

~~39,99€~~

29,99€ UNID.

CHAMPANHE GRUET
SELECTION, BRUT, BRANCO
GARRAFA: 75 CL
39,99€/L



Até 50% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE VINHOS DO PORTO



25% Sobre PVPR

PVPR 13,15€

9,85€ UNID.

MOSCATEL FAVAIOS
RESERVA
GARRAFA: 75 CL
13,13€/L



50% Sobre PVPR

PVPR 24,19€

11,97€ UNID.

MOSCATEL DE SETUBAL JOSÉ MARIA DA FONSECA
SUPERIOR, 10 ANOS
GARRAFA: 75 CL
15,96€/L



25% Sobre PVPR

PVPR 11,29€

8,45€ UNID.

APERITIVO MARTINI
ROSSO/ BIANCO
GARRAFA: 75 CL
11,27€/L



Até 25% Desconto Direto

NESTA SELEÇÃO DE LICORES DA MARCA MACIEIRA



20% Sobre PVPR

PVPR 19,49€

15,59€ UNID.

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



Sobre PVPR Menos 2€

PVPR 18,49€

16,49€ UNID.

LICOR BEIRÃO
GARRAFA: 1 L



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 26,69€

20,99€ UNID.

LICOR BEIRÃO D'HONRA
D'HONRA
GARRAFA: 70 CL
+ COPO
29,99€/L



OFERTA INCLUÍDA NA EMBALAGEM

20% Sobre PVPR

PVPR 15,69€

12,55€ UNID.

VODKA ERISTOFF
GARRAFA: 70 CL
17,93€/L



Sobre PVPR Menos 1,50€

PVPR 11,99€

10,49€ UNID.

CACHAÇA VELHO BARREIRO
GARRAFA: 70 CL
14,99€/L



Sobre PVPR Menos 6€

PVPR 29,99€

23,99€ UNID.

AGUARDENTE VÍNICA ADEGA VELHA
RESERVA, 6 ANOS
GARRAFA: 50 CL
47,98€/L



Até 25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE WHISKIES



SEJA RESPONSÁVEL. BEBA COM MODERAÇÃO.

HIGIENE E BELEZA

Até **40%** Sobre PVPR

syoss



Até **25%** Sobre PVPR

Herbal Essences



25% Sobre PVPR

LINIC



Até **35%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS ABACATE DA MARCA ULTRA SUAVE



25% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS PREMIUM DA MARCA FRUCTIS



Mais de **25%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS GLYCOLIC GLOSS PREMIUM DA MARCA ELVIVE



MYLABEL

Mais de **10%** Desconto Direto

~~3,05€~~

2,69€ UNID.

CERA MATE MYLABEL
EMB.: 100 G
26,90€/KG



Apenas

1,89€ UNID.

ESPUMA VOLUME E CARACÓIS MYLABEL
EMB.: 300 ML
6,30€/L



#napeledequemsegue

Mais de **15%** Sobre PVPR

NAS COLORAÇÕES DA MARCA PALETTE



30% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS BRIGHT REVEAL DA MARCA L'ORÉAL PARIS



30% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS AGE PERFECT DA MARCA L'ORÉAL PARIS



35% Sobre PVPR

NAS ÁGUAS MICELARES DA MARCA GARNIER



30% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DE ROSTO LUMINOUS DA MARCA NIVEA



35% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DERMA SKIN CLEAR E CLEAR UP STRIPS DA MARCA NIVEA



Mais de **15%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS FACE+ DA MARCA NIVEA



35% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DE ROSTO REVITALIFT LASER DA MARCA L'ORÉAL



ESPECIAL NATAL

Até **50%** Sobre PVPR

NOS CONJ. DE NATAL (EXCETO MYLABEL E CARAVAN)



MYLABEL

Desde

4,49€ UNID.

CREME/ SÉRUM/ CONTORNO DE OLHOS ANTIRRUGAS REFIRMANTE MYLABEL
EMB.: 15ML/30ML/50ML



20% Desconto Direto

NA MAQUILHAGEM MAIN CHARACTER DA MARCA MYLABEL



#napeledequemsegue

ÍNDICE

HIGIENE E BELEZA

Até **50%** Sobre PVPR

Veet



30% Sobre PVPR

NO BODY OLIVA DA MARCA NIVEA



10% Sobre PVPR

NOS CARREGADORES POUPANÇA DA MARCA GILLETTE



50% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS TWIN LADY DA MARCA BIC



Até **25%** Sobre PVPR

NAS DESCARTÁVEIS DE 3 LÂMINAS DA MARCA VENUS



35% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS BIC 3 DA MARCA BIC



Até **25%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS P/ HOMEM DA MARCA WILKINSON



25% Sobre PVPR

NOS CREMES DE MÃOS DA MARCA NIVEA
(EXCETO ALOE VERA, MEL E MINIATURA)



MYLABEL

10% Desconto Direto

~~4,99€~~

1,79€ UNID.

CREMES DE MÃOS MYLABEL
JASMIM/ COCO
EMB.: 75 ML
23,87€/L



15% Desconto Direto

NOS PRODUTOS URBAN BARBER DA MARCA MYLABEL



#napeledequemsegue

HIGIENE E BELEZA

ÍNDICE

Até **50%** Sobre PVPR

NATURAL HONEY



Até **50%** Sobre PVPR

PALMOLIVE



20% Sobre PVPR

parodontax



PM-PT-PAD-26-00005 - 01/26

35% Sobre PVPR

NOS GÉIS DE BANHO DA MARCA AXE



MYLABEL

Apenas **1,39€** UNID.

SABONETE LÍQUIDO MYLABEL ANTI ODORES
EMB.: 500 ML
2,78€/L



#napeledequemsegue

40% Sobre PVPR

NOS DESODORIZANTES EM ROLL ON DAS MARCAS NIVEA E NIVEA MEN (EXCETO DRY COMFORT E IMPACT)



40% Sobre PVPR

NOS DESODORIZANTES BLACK&WHITE DAS MARCAS NIVEA E NIVEA MEN (EXCETO MINIATURAS)



35% Sobre PVPR

NOS GÉIS DE BANHO ADVANCED DA MARCA DOVE



40% Sobre PVPR

NOS GÉIS DE BANHO DA MARCA NIVEA (EMB.: 250ML E 750ML)



Até **25%** Sobre PVPR

NAS ESCOVAS ELÉTRICAS E RECARGAS DA MARCA ORAL - B (EXCETO VITALITY PRO E RECARGAS EMB.: 2UNID)



HIGIENE E BELEZA

Até **50%** Sobre PVPR



Até **25%** Sobre PVPR

1 EMBALAGEM = 1 MINUTO DE INVESTIGAÇÃO*

AUSONIA

#UMAPORTODAS

LIGA PORTUGUESA CONTRA O CANCRO



Campanha Nacional, válida de 23/09/2020 a 30/11/2020. Na compra de 1 embalagem, a Ausonia contribuirá com 1 minuto para uma bolsa de investigação de projetos relacionados com o cancro de mama (+0,12€) à Liga Portuguesa Contra o Cancro. Valor máximo de 30.000€.

25% Sobre PVPR

NOS PENSOS DE INCONTINÊNCIA DA MARCA TENA



12,99€ UNID.

TOALHITAS HIDRATAÇÃO CONTINENTE DO BEBÉ
CONTINENTE DO BEBÉ
EMB.: 72 X 12 UNID
0,02€/UNID



25% Sobre PVPR

NOS PENSOS DIÁRIOS SALVASLIP BOLSINHAS E MULTIFORMA DA MARCA EVAX



10% Sobre PVPR

NO PENSO HIGIÉNICO COTTONLIKE NORMAL ABAS DA MARCA EVAX (EMB.: 64UNID)



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA CAREFREE



~~3,19€~~ **2,99€** UNID.

CREME BARREIRA CONTINENTE
EMB.: 100 ML
29,90€/L



10% Desconto Direto

~~0,99€~~ **0,89€** UNID.

BATOM HIDRATANTE CONTINENTE
FRUTOS SILVESTRES/ BAUNILHA
EMB.: 1 UNID/ 2 UNID
0,54€/UNID



Até **10%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BOXES E JUMBO PACKS BEBÉ SECO DA MARCA DODOT



Mais de **30%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS ACTIVITY EXTRA DA MARCA DODOT



35% Sobre PVPR

NOS NINJAMAS FOGUETE T7 E T8 DA MARCA DODOT



~~9,99€~~ **8,99€** UNID.

FRALDA CUECA CONTINENTE DO BEBÉ
T4/ T5/ T6/ T7
EMB.: 44 UNID/ 40 UNID/ 36 UNID/ 32 UNID
0,20€/UNID/ 0,22€/ UNID/ 0,25€/UNID/ 0,28€/UNID



25% Sobre PVPR

NAS FRALDAS DA MARCA LIBERO



Até **25%** Sobre PVPR

NOS PENSOS HIGIÉNICOS LIBERTY DA MARCA EVAX



*Promoção válida de 1 de Março a 1 de Junho em todos os produtos Evax Cottonlike inferiores a 32 unidades, excluindo packs com produto grátis, até um máximo de 15,00€ em reembolsos. Consulte o regulamento em https://www.consultasaponaveg.pt/assets/Regulamento_APP.pdf

1,99€ UNID.

PAPEL HIGIÉNICO HÚMIDO/ CONTINENTE
99% ÁGUA
EMB.: 100 UNID
0,02€/UNID



50% Sobre PVPR

NAS TOALHITAS DA MARCA CHICCO



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE CHAMPÔS DA MARCA JOHNSON'S BABY



Até **30%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE GÉIS DE BANHO SUAVE DA MARCA JOHNSON'S BABY



Até **50%** Sobre PVPR

NA MARCA SKIP

FÓRMULA MELHORADA

FORMATO XXL 60 LAVAGENS

NOVO

REMOVE NÓDOAS DIFÍCEIS DESDE A 1ª LAVAGEM

EFICÁCIA COMPROVADA

TECNOLOGIA NANO POWER

ACTIVE CLEAN

REMOVE NÓDOAS DIFÍCEIS

DISSOLUÇÃO RÁPIDA EM ÁGUA FRIA E CICLOS CURTOS

FRESCURA DURADOURA

Lava a roupa em 15 minutos

NOVO PRODUTO

PERFUME

ANTIODORES

EFICÁCIA

MARCA DA SEMANA

50 CARRINHOS DE COMPRAS

NO VALOR DE 350€ CADA

TODOS OS MESES

AMACIADORES ROUPA

Até **50%** Sobre PVPR

NOS AMACIADORES DAS MARCAS QUANTO, COMFORT, VERNEL E SURF

55% Sobre PVPR

PVPR 7,76€

3,49€ UNID.

AMACIADOR P/ ROUPA A+

EXPLOSÃO DE ROSAS/ FRESCURA DE FLORES/ DOÇURA DE VIOLETA

EMB.: 100 DOSES

0,03€/DOSE

Mais de **50%** Sobre PVPR

PVPR 16,78€

7,99€ UNID.

AMACIADOR CONCENTRADO LENOR

ALPINE FRESH/ FLORAL FRESH

EMB.: 76 DOSES

0,11€/DOSE

INTENSIFICADORES ROUPA

Até **50%** Sobre PVPR

NOS INTENSIFICADORES DE PERFUME DAS MARCAS VERNEL, LENOR E SAN

Mais de **65%** Sobre PVPR

PVPR 15,99€

4,99€ UNID.

INTENSIFICADOR A+

PÉROLAS DO CÉU

EMB.: 180 G

27,72€/KG

Mais de **40%** Sobre PVPR

PVPR 22,99€

12,99€ UNID.

PÉROLAS UNSTOPPABLES LENOR

FRESH/ GOLD ORCHID/ APRIL FRESH/ FLORAL FRESH

EMB.: 495 G

26,24€/KG

ADITIVOS E AUXILIARES ROUPA

Até **50%** Sobre PVPR

NOS ADITIVOS P/ MÁQUINA DA ROUPA DAS MARCAS CALGON E XAU

35% Sobre PVPR

PVPR 9,22€

5,99€ UNID.

TIRA-NÓDOAS VANISH

PÓ OXI ACTION PINK/ WHITE

EMB.: 400 G

14,98€/KG

50% Sobre PVPR

PVPR 27,99€

13,99€ UNID.

TIRA-NÓDOAS OXI ACTION GOLD VANISH

TIRA MANCHAS/ BRANQUEADOR

EMB.: 2,21 L

6,33€/L

3,59€ UNID.

DETERGENTE LÍQUIDO P/ MÁQUINA DE ROUPA CONTINENTE

SABÃO NATURAL/ BRISA AZUL

EMB.: 40 DOSES

0,09€/DOSE

3,09€ UNID.

PERFUMADOR CONTINENTE

COLÓNIA/ LÍRIOS E MORANGOS/ FLORAL

EMB.: 36 DOSES

0,09€/DOSE

4,65€ UNID.

PASTILHAS ANTICALCÁRIO CONTINENTE

3 EM 1

EMB.: 60 UNID

0,08€/UNID

ANTICALCÁRIO

LIMPEZA DO LAR

Até 30% Sobre PVPR

DesTop



LAVA TUDO E LIXÍVIAS

Até 50% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PRODUTOS DAS MARCAS CIF E AJAX



50% Sobre PVPR

PVPR 5,19€

2,59€ UNID.

SPRAY MULTISUPERFÍCIES CILLIT BANG
BOLOR
EMB.: 500 ML
5,18€/L



50% Sobre PVPR

PVPR 7,99€

3,99€ UNID.

SPRAY LIMPA TUDO INFINITE CLEAN CIF
LAVANDA/ EUCALIPTO
EMB.: 280 ML
14,25€/L



Até 50% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE LAVA TUDO DAS MARCAS AJAX, CIF E SONASOL



30% Sobre PVPR

PVPR 3,70€

2,59€ UNID.

LAVA TUDO PERFUMADO SONASOL
VÁRIOS AROMAS
EMB.: 1,5 L
1,73€/L



40% Sobre PVPR

PVPR 6,19€

3,69€ UNID.

LIXÍVIA DELICADA E TIRA-NÓDOAS NEOBLANC GENTIL
PERFUME FRESCO
EMB.: 2 L
1,85€/L



WC

Até 50% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BLOCOS E DISCOS SANITÁRIOS (EXCETO MARCA CONTINENTE)



50% Sobre PVPR

PVPR 3,39€

1,69€ UNID.

ABRASIVO SANITÁRIO PATO
POWER MARINE/ FOREST/ HIBISCO HYPER/ MINT MISSION
EMB.: 750 ML
2,25€/L



50% Sobre PVPR

PVPR 6,99€

3,49€ UNID.

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



LIMPEZA

Até 30% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DAS MARCAS VILEDA E SWIFFER



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 2,19€

1,65€ UNID.

PANO VILEDA
SUAVE
EMB.: 2 UNID
0,83€/UNID



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 4,59€

3,45€ UNID.

RECARGA MOPA SWIFFER
FRESH
EMB.: 18 UNID
0,19€/UNID



1,79€ UNID.

SPRAY DE LIMPEZA CONTINENTE
POWER+
EMB.: 750 ML
2,39€/L



0,99€ UNID.

GEL SANITÁRIO POWER CONTINENTE
PINHO/ LIXÍVIA/ MARINHO
EMB.: 1 L



1,79€ UNID.

VELA CONTINENTE
JASMIM/ TROPICAL/ LAVANDA
EMB.: 1 UNID



LIMPEZA DO LAR

Até **50%** Sobre PVPR



AMBIENTADORES

Até **50%** Sobre PVPR

NOS AMBIENTADORES DA MARCA AIRWICK



40% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

2,99€ UNID.

AMBIENTADOR AEROSOL AIRWICK
JASMIM E ORVALHO FRESCO/ LAVANDA E LÍRIO
EMB.: 1 UNID



50% Sobre PVPR

PVPR 19,99€

9,99€ UNID.

RECARGA FRESH AIRWICK
COPACABANA
EMB.: 2 UNID
5€/UNID



Até **50%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE AMBIENTADORES DAS MARCAS GLADE E AMBIPUR



Mais de **40%** Sobre PVPR

PVPR 8,99€

4,99€ UNID.

AMBIENTADOR ELÉTRICO GLADE
RELAXING ZEN
EMB.: 1 UNID



45% Sobre PVPR

PVPR 11,65€

6,39€ UNID.

RECARGA AMBIENTADOR AMBIPUR
TATAMI
EMB.: 2 UNID
3,20€/UNID



DETERGENTES MÁQUINA

Até **35%** Sobre PVPR

NOS DETERGENTES P/ MÁQUINA DA LOIÇA DA MARCA FAIRY



Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 10,99€

7,49€ UNID.

DETERGENTE EM PASTILHAS P/ MÁQUINA DA LOIÇA FAIRY
TUDO EM UM LIMÃO
EMB.: 29 DOSES
0,26€/DOSE



Mais de **35%** Sobre PVPR

PVPR 33,99€

21,65€ UNID.

DETERGENTE EM PASTILHAS P/ MÁQUINA DA LOIÇA TUDO EM UM FAIRY
ORIGINAL LIMÃO
EMB.: 140 DOSES
0,15€/DOSE



Até **50%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS P/ MÁQUINA DA LOIÇA DA MARCA FINISH



60% Sobre PVPR

PVPR 17,48€

6,99€ UNID.

DETERGENTE EM PASTILHAS P/ MÁQUINA DA LOIÇA FINISH
QUANTUM
EMB.: 20 DOSES
+10 DOSES
0,35€/DOSE



OFERTA INCLUÍDA NA EMBALAGEM

60% Sobre PVPR

PVPR 42,49€

16,99€ UNID.

DETERGENTE EM CÁPSULAS P/ MÁQUINA DA LOIÇA FINISH
QUANTUM
EMB.: 105 DOSES
0,16€/DOSE



4,99€ UNID.

DETERGENTE PASTILHAS LOIÇA CONTINENTE
ALL IN ONE GEL
EMB.: 30 DOSES
0,17€/DOSE



3,79€ UNID.

DETERGENTE GEL MÁQUINA POWER+ CONTINENTE
LIMÃO/LIMA
EMB.: 36 DOSES
0,11€/DOSE



1,49€ UNID.

AMBIENTADOR MÁQUINA LOIÇA CONTINENTE
LIMÃO
EMB.: 1 DOSE



LIMPEZA DO LAR

Até 50% Sobre PVPR

Sun







DETERGENTES MANUAIS

Até 25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE DETERGENTES MANUAIS P/ LOIÇA DA MARCA FAIRY



50% Sobre PVPR

PVPR 4,59€

2,29€ UNID.

DETERGENTE MANUAL P/ LOIÇA + PODER CIF
LIMÃO VERDE/LIMÃO/ HIGIENE/FRUTOS VERMELHOS
EMB.: 1 L



MULTIUSOS

20% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

3,99€ UNID.

SPRAY FAIRY
LIMÃO
EMB.: 500 ML
7,98€/L



ADITIVOS LOIÇA

Até 60% Sobre PVPR

NOS ADITIVOS E LIMPA MÁQUINAS DA MARCA FINISH



35% Sobre PVPR

PVPR 3,09€

1,99€ UNID.

SAL P/ MÁQUINA DA LOIÇA FINISH
EMB.: 1 KG



50% Sobre PVPR

PVPR 14,99€

7,49€ UNID.

LIMPA MÁQUINA FINISH
EMB.: 2 X 250 ML
14,98€/L



PAPEL HIGIÉNICO

Até 50% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PAPEL HIGIÉNICO DAS MARCAS RENOVA, FOXY, COLHOGAR E SCOTTEX



Mais de 15% Sobre PVPR

PVPR 3,99€

3,29€ UNID.

PAPEL HIGIÉNICO FOXY
SEDA
3 FOLHAS
EMB.: 4 ROLOS
+2 ROLOS
0,82€/ROLO



OFERTA INCLUÍDA NA EMBALAGEM

Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 12,65€

9,99€ UNID.

PAPEL HIGIÉNICO RENOVA
GRAND SUPER
24=48 ROLOS
EMB.: 24 ROLOS
0,42€/ROLO



ROLO DE COZINHA

Até 50% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE ROLOS DE COZINHA DAS MARCAS RENOVA, FOXY E COLHOGAR



10% Sobre PVPR

PVPR 1,99€

1,79€ UNID.

ROLO DE COZINHA MAX ABSORPTION XXL RENOVA
EMB.: 2 ROLOS = 4 ROLOS
EMB.: 2 UNID
0,90€/UNID



Mais de 25% Sobre PVPR

PVPR 4,69€

3,29€ UNID.

ROLOS COZINHA FOXY
MEGA
EMB.: 2=6 ROLOS
EMB.: 2 ROLOS
1,65€/ROLO



2,39€ UNID.

PAPEL HIGIÉNICO CONTINENTE
SUAVE COMPACTO
2 FOLHAS
EMB.: 6 ROLOS
0,40€/ROLO



4,69€ UNID.

ROLO DE COZINHA MULTIUSOS CONTINENTE
DECORADO
EMB.: 1 ROLO



1,69€ UNID.

PAPEL DE ALUMÍNIO CONTINENTE
EMB.: 1 ROLO



E ESTA NOVIDADE?

FRAGRÂNCIAS DE INVERNO

VELAS, STICKS E AMBIENTADORES

PERFUMES QUENTES E DURADOUROS



2,99€ UNID.

SPRAY AMBIENTADOR CONTINENTE
BOSQUE DE INVERNO/ CARAMELO SALGADO
EMB.: 250 ML
11,96€/L

5,49€ UNID.

STICKS PERFUMADOS CONTINENTE
BOSQUE DE INVERNO/ CARAMELO SALGADO
EMB.: 100 ML
54,90€/L

3,99€ UNID.

VELAS CONTINENTE
BOSQUE DE INVERNO/ CARAMELO SALGADO
EMB.: 1 UNID

CONTINENTE

É DE TODA A GENTE

IA

CÃO



Mais de 10% Sobre PVPR

PVPR 16,99€

14,49€ UNID.

(1)ALIMENTO SECO P/ CÃO MYPET
REF.: 7411360
ADULTO
EMB.: 20 KG
0,72€/KG



10% Desconto Direto

4,79€

1,61€ UNID.

(1)ALIMENTO HÚMIDO P/ CÃO CONTINENTE PET
REF.: 8607638
VACA
EMB.: 4 X 100 G
4,03€/KG

NOVA EMBALAGEM



SAQUETA FICA A 0,40€

Leve 4 por 3€

0,85€ UNID.

(1)ALIMENTO HÚMIDO P/ CÃO CONTINENTE PET PREMIUM
REF.: 8529737/ 8529738/ 8529748/ 8529750/ 8607637
TERRINA PATÉ
VÁRIOS SABORES
EMB.: 300 G
2,83€/KG



TERRINA FICA A 0,75€



Nutrição Científica Avançada com Probióticos Ativos

20% Sobre PVPR

DESENVOLVIDO COM VETERINÁRIOS

(1)NOS ALIMENTOS SECOS P/ CÃO DA MARCA UPPY NUTRI



- Melhor digestão e transito intestinal equilibrado e regular
- Reforço natural do sistema imunitário
- Redução de intolerâncias

Até 40% Sobre PVPR

(1)NOS ALIMENTOS P/ CÃO DA MARCA SMAAK



Até 35% Sobre PVPR

(1)NUMA SELEÇÃO DE ALIMENTOS SECOS E HÚMIDOS DA MARCA PEDIGREE



25% Sobre PVPR

(1)NA MARCA CESAR



20% Sobre PVPR

(1)NA MARCA LILY'S KITCHEN



CONTINENTE

HORA DO SNACK

Cuidar nunca soube tão bem.



Até 50% Sobre PVPR

(1)NUMA SELEÇÃO DE SNACKS DENTASTIX DA MARCA PEDIGREE



Até 35% Sobre PVPR

(1)NUMA SELEÇÃO DE SNACKS DA MARCA PEDIGREE



Mais de 35% Sobre PVPR

PVPR 0,79€

0,49€ UNID.

(1)SNACK P/ CÃO VITAKRAFT
REF.: 2210359/ 2210360/ 8577941/ 8845920
TIRAS VÁRIOS SABORES
EMB.: 12 G
40,83€/KG



20% Sobre PVPR

(1)NOS OVOS SURPRESA P/ CÃO/ GATO DA MARCA JOY&TOY



CONTINENTE

25% Sobre PVPR

YowUp!

(1)NA MARCA YOWUP



CONTINENTE

10% Desconto Direto

4,49€

1,34€ UNID.

(1)SNACK P/CÃO CONTINENTE
REF.: 6117832
ROLINHOS RECHEADOS
EMB.: 500 G
2,68€/KG



0,74€ UNID.

(1)STICK DENTÁRIO P/ CÃO CONTINENTE
REF.: 7631388
P/ TODOS OS PORTES
EMB.: 180 G
4,11€/KG

• Ajuda no cuidado da higiene oral



20% Sobre PVPR

PVPR 19,99€

15,99€ UNID.

(1)TRANSPORTADORA P/ CÃO/ GATO PEQUENO MIMAU
SPARK METAL

NOVO PRODUTO



CONTINENTE

20% Desconto Direto

16,99€

13,59€ UNID.

(1)COLCHÃO BOMBY LUPI LINX
TAM.: 60X80CM

ACESSÓRIOS PARA CÃO E GATO

NOVO PRODUTO



CONTINENTE

30% Sobre PVPR

(1)NOS BRINQUEDOS P/ CÃO E GATO DA MARCA KARLIE



Leve 2 por 8€

5,99€ UNID.

(1)TAPETE DE EDUCAÇÃO P/ CÃO CONTINENTE
EMB.: 12 UNID
0,50€/UNID

Ultra Absorvente



EMB. FICA A 4€

(1) ARTIGOS INDISPONÍVEIS NAS LOJAS CONTINENTE MODELO DE ALTO DO LUMIAR, BARCELOS, ELVAS, ERMESINDE, FAMALICÃO, FAMALICÃO RETAIL PARK, LIXA, LOUSADA, MIRANDELA, PORTELA RALIS, REBORDOSA, RETAIL VISEU, TROFA, VILA REAL DE S.TO ANTÓNIO.

GATO

40% Sobre PVPR

PVPR 55,99€
33,59€ UNID.

(1)ALIMENTO SECO P/ GATO PURINA ONE
REF.: 8297357
ESTÉRIL FRANGO
EMB.: 7,5 KG
4,48€/KG

Formato poupança

0,75€ UNID.

(1)ALIMENTO HÚMIDO P/ GATO CONTINENTE PET BASIC
REF.: 8627410 / 8627428
PEIXE/FRANGO EM MOLHO
EMB.: 400 G
1,88€/KG

1,39€ UNID.

(1)ABSORVENTE P/ GATO CONTINENTE PET BASIC
S/ PERFUME
EMB.: 5 KG
0,28€/KG

25% Sobre PVPR

(1)NAS MARCAS CIAO/ CHURU

CIAO Churu

A deliciar gatos em todo o mundo!

Nutrição completa e equilibrada!

Alto teor de humidade · Livre de corantes · Baixo em calorias · Rico em antioxidantes · 30% frango do campo · Textura cremosa

25% Sobre PVPR

(1)NOS ALIMENTOS SECOS P/ GATO DA MARCA PURINA ONE (EMB.: 1,5KG/2,8KG)

Leve 8 Pague 6

0,89€ UNID.

(1)ALIMENTO HÚMIDO P/ GATO GOURMET GOLD
REF.: 2210474 / 2210476 / 2255635 / 5739886
VÁRIOS SABORES
EMB.: 85 G
10,47€/KG

LATINHA FICA A 0,67€

25% Sobre PVPR

(1)NA MARCA SHEBA

25% Sobre PVPR

PVPR 9,29€
6,96€ UNID.

(1)ALIMENTO SECO P/ GATO FRISKIES
REF.: 2210639/ 2210640/ 2210641
VÁRIOS SABORES
EMB.: 2 KG
3,48€/KG

25% Sobre PVPR

(1)NUMA SELEÇÃO DE PACKS DE ALIMENTOS HÚMIDOS DAS MARCAS GOURMET PERLE E NATURE'S CREATIONS (EMB.: 4 UNID)

25% Sobre PVPR

PVPR 2,99€
2,24€ UNID.

(1)ALIMENTO HÚMIDO P/ GATO WHISKAS
REF.: 7684556 / 7684560
VÁRIOS SABORES
EMB.: 4 X 85 G
6,59€/KG

SAQUETA FICA A 0,56€

Mais de 25% Sobre PVPR

PVPR 2,29€
1,69€ UNID.

(1)SNACK P/ GATO CATISFACTIONS
REF.: 4865278/ 4865279/ 4865281/ 8214102
VÁRIOS SABORES
EMB.: 60 G/ 4 X 10 G
28,17€/KG/ 42,25€/KG

Leve 3 por 1€

NOVA EMBALAGEM

0,39€ UNID.

(1)ALIMENTO HÚMIDO P/ GATO CONTINENTE PET
REF.: 8607595/ 8607640
TERRINA PATÉ
VÁRIOS SABORES
EMB.: 100 G
3,90€/KG

TERRINA FICA A 0,33€

10% Desconto Direto

~~1,99€~~
1,79€ UNID.

(1)ALIMENTO HÚMIDO P/ GATO CONTINENTE PET
REF.: 8607660
JÚNIOR
EMB.: 4 X 100 G
4,48€/KG

SAQUETA FICA A 0,45€

Leve 2 por 2€

1,10€ UNID.

(1)SNACK P/ GATO CONTINENTE
REF.: 7631391/ 7631732/ 7637786/ 7637787/ 8546032/ 8546042
ALMOFADINHAS
VÁRIOS SABORES
EMB.: 70 G
15,71€/KG

EMB. FICA A 1€

1,95€ UNID.

(1)SNACK LÍQUIDO P/ GATO CONTINENTE PET
REF.: 8579170
APERITIVO SALMÃO
EMB.: 8 X 15 G
16,25€/KG

. Sem açúcares adicionados
. Cremoso e saboroso

NOVO PRODUTO

25% Sobre PVPR

ACESSÓRIOS PARA GATO

PVPR 18,49€
13,86€ UNID.

(1)CASA TOILETE BRIBON
SPRING

C/ filtro de carvão ativo incluído

Mais de 30% Desconto Direto

~~14,99€~~
9,99€ UNID.

(1)ARRANHADOR LUPI LINX
TAM.: 41CM

NOVO PRODUTO

25% Sobre PVPR

PVPR 6,99€
5,24€ UNID.

(1)ABSORVENTE P/ GATO SANICAT
AGLOMERANTE
S/ PERFUME
EMB.: 8 L
0,66€/L

CONTINENTE PET PENSADOS PARA A HIGIENE DO SEU GATO

2,89€ UNID.

(1)ABSORVENTE P/ GATO AGLOMERANTE CONTINENTE PET
BRANCO
S/ PERFUME
EMB.: 5 L
0,58€/L

ATÉ 20 DIAS DE DURAÇÃO

(1) ARTIGOS INDISPONÍVEIS NAS LOJAS CONTINENTE MODELO DE ALTO DO LUMIAR, BARCELOS, ELVAS, ERMESINDE, FAMALICÃO, FAMALICÃO RETAIL PARK, LIVA, LOUSADA, MIRANDELA, PORTELA RAUS, REBORDOSA, RETAIL VISEU, TROFA, VILA REAL DE S.TO ANTÓNIO.

ÍNDICE





(1) ARTIGOS INDISPONÍVEIS NAS LOJAS CONTINENTE MODELO DE ALTO DO LUMIAR, BARCELOS, ELVAS, ERMESINDE, FAMALICÃO, FAMALICÃO RETAIL PARK, LIXA, LOUSADA, MIRANDELA, PORTELA RALIS, REBORDOSA, RETAIL VISEU, TROFA, VILA REAL DE S.TO ANTÓNIO.

ESPECIAL PLANTAS

4,99€ UNID.
1x/semana Ø14 cm Interior Semi-sombra
(1)PLANTA NATURAL POINSÉTIA
REF.: 8548975

4,99€ UNID.
1x/semana Ø10.5 cm Interior Semi-sombra
(2)PLANTA NATURAL ROSA KORDANA
REF.: 8090079

16,99€ UNID.
1x/semana Ø12 cm Interior Semi-sombra
(2)PLANTA NATURAL CYMBIDIUM
REF.: 8204738



DIGA ADEUS À HUMIDADE

Elimina a humidade e perfuma o ambiente.

HUMYDRY

30% Sobre PVPR
PVPR 19,99€
13,99€ UNID.
(2)DESUMIDIFICADOR ROUPEIRO HUMYDRY
REF.: 7248219
EMB.: 3X450G

30% Sobre PVPR
PVPR 16,49€
11,54€ UNID.
(2)DESUMIDIFICADOR ROUPEIRO SALVA LÁ
REF.: 7458174
EMB.: 2X450G

30% Sobre PVPR
PVPR 10,49€
7,34€ UNID.
(2)RECARGAS DESUMIDIFICADOR HUMYDRY
REF.: 7458180
EMB.: 4X450G

30% Sobre PVPR
PVPR 13,99€
9,79€ UNID.
(2)DESUMIDIFICADOR PREMIUM PLUS 3+1 HUMYDRY
REF.: 7248217
EMB.: 450G



KASA

CANDEEIRO DE SECRETÁRIA

Disponível em 4 cores, ajustável e versátil.

25% Desconto Direto

(1)NOS CANDEEIROS DE SECRETÁRIA ARTICULAR E27 DA MARCA KASA



(1) ARTIGOS INDISPONÍVEIS NAS LOJAS CONTINENTE DE BARREIRO, LOULÉ, PORTIMÃO (CABEÇO DO MOCHO), TAVIRA, TORRES NOVAS. (2) ARTIGOS INDISPONÍVEIS NAS LOJAS CONTINENTE DE LOULÉ, PORTIMÃO (CABEÇO DO MOCHO), TAVIRA, TORRES NOVAS E CONTINENTE MODELO DE CARTAXO, ELVAS, ERMESINDE, MAIA, MAIA VIVACI,OVAR, REBORDOSA, SÃO JOÃO DE VER, VISEU RETAIL PARK, MADEIRASHOPPING, MACHICO, CANCELA, RIB. BRAVA, VIVEIROS E SÃO MARTINHO.

ÍNDICE

PLAY ESPECIAL BRINQUEDOS

Mais de 30% Desconto Direto
~~29,99€~~
19,99€ UNID.
(1)BANCA DE GELADOS EM MADEIRA
REF.: 8886386
CONTINENTE



Mais de 30% Desconto Direto
~~29,99€~~
19,99€ UNID.
(1)MERCADO C/ FRUTAS CORTADAS, TÁBUA E FACA EM MADEIRA
REF.: 8886385
CONTINENTE



Mais de 20% Desconto Direto
~~64,99€~~
49,99€ UNID.
(1)COZINHA DE CHEF EM MADEIRA
REF.: 8886384
CONTINENTE



25% Desconto Direto
~~39,99€~~
29,99€ UNID.
(1)BLOCOS MAGNÉTICOS
REF.: 8888536
CONTINENTE
66 PEÇAS



20% Desconto Direto
~~48,99€~~
39,99€ UNID.
(1)BLOCOS MAGNÉTICOS RODA GIGANTE C/ CARRO
REF.: 8890586
CONTINENTE
88 PEÇAS



Mais de 15% Desconto Direto
~~58,99€~~
49,99€ UNID.
(1)BLOCOS MAGNÉTICOS RODA GIGANTE C/ TORRES
REF.: 8890587
CONTINENTE
107 PEÇAS



19,99€ UNID.
(1)MINI CÂMARA
REF.: 8488210
CONTINENTE



29,99€ UNID.
(1)FÁBRICA DE PORTA-CHAVES
REF.: 8903663
CONTINENTE



34,99€ UNID.
(1)FÁBRICA FLUFFY
REF.: 8576276
CONTINENTE



Mais de 35% Desconto Direto
~~36,99€~~
24,99€ UNID.
(1)HELICÓPTERO GO FLASH 2.4 GHZ C/ RÁDIO CONTROLO CARRERA
REF.: 8900791
CONTINENTE



Mais de 30% Desconto Direto
~~37,99€~~
24,99€ UNID.
(1)REVELL MINI DRONE FIZZ C/ RÁDIO CONTROLO CARRERA
REF.: 8900793
CONTINENTE



25% Desconto Direto
~~79,99€~~
59,99€ UNID.
(1)DRONE QUADROCOPTER GO! VIDEO 2.0 C/ RÁDIO CONTROLO CARRERA
REF.: 8900794
CONTINENTE



(1) ARTIGOS INDISPONÍVEIS NAS LOJAS CONTINENTE: BARREIRO, LOULÉ, PORTIMÃO 2, TAVIRA, TORRES NOVAS

MARCA DA SEMANA
Skip
DELTA CAFÉS
50 CARRINHOS DE COMPRAS NO VALOR DE 350€ CADA
TODOS OS MESES

Concurso Publicitário nº 1/2026, 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.

MARCA DE CONFIANÇA 2026

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

Estes preços são válidos nos Hipermercados Continente e Continente Modelo, (exceto Continente Bom Dia, Madeira e Açores) de 10 a 16 de novembro de 2026, salvo rutura de stocks ou erro tipográfico. Adereços não incluídos. Modelo Continente Hipermercados, S.A (anunciante); Sede: Rua João Mendonça, n.º 506 – 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. "PVPR/ Preço recomendado" o preço de venda sugerido ou recomendado para um determinado produto, definido e indicado pelo fabricante, produtor ou fornecedor. Os preços anunciados e as ações promocionais podem não coincidir com os disponíveis no Continente Online.

CUIDE 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.

PEFC
PEFC-13-31-011