Promoções e preços válidos 10 — 16 novembro 2026.

TODA A GENTE POUPA EM TUDO

+ DE 50 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

PEIXARIA

DISPONÍVEL NO MÓVEL DOS CONGELADOS

Até **25%** Desconto Direto

NO MIOLO DE MARISCO CONGELADO DA MARCA CONTINENTE



Mais de **25%** Desconto Direto

~~2,99€~~

2,19€ KG

AMÊIJOA VIETNAMITA C/ CASCA
CONGELADA



20% Desconto Direto

~~9,99€~~

7,99€ KG

CAMARÃO MÉDIO 60/80 VANNAMEI
CONGELADO



Mais de **20%** Desconto Direto

~~13,99€~~

10,99€ KG

GAMBÃO GRANDE DA ARGENTINA SELVAGEM 20/30
CONGELADO



25% Sobre PVPR

NO CAMARÃO ULTRACONGELADO DA MARCA PESCANOVA



Até **30%** Desconto Direto

NO RED FISH CONGELADO DO BALCÃO DE ATENDIMENTO



Até **25%** Desconto Direto

NA PESCADA DO CHILE CONGELADA DO BALCÃO DE ATENDIMENTO



Até **25%** Desconto Direto

NOS TENTÁCULOS DE POTA CONGELADOS DA MARCA CONTINENTE

NOVA EMBALAGEM



Mais de **15%** Desconto Direto

NOVA EMBALAGEM

~~6,65€~~

5,59€ UNID.

BIFES DE ATUM CONTINENTE
CONGELADOS
EMB.: 400 G
13,98€/KG



Apenas

3,99€ UNID.

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



Apenas

4,59€ UNID.

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



Mais de **10%** Desconto Direto

~~8,99€~~

7,99€ UNID.

POSTAS DE SALMÃO ASC
CONGELADO
EMB.: 700 G
11,41€/KG



20% Sobre PVPR

NOS FILETES ULTRACONGELADOS DA MARCA IGLO

Descubra ideias de receitas e muito mais



Mais de **20%** Sobre PVPR

NO SALMÃO ULTRACONGELADO DA MARCA PESCANOVA







PESCANOVA
O bom sai bem
www.pescanova.pt

20% Sobre PVPR

PVPR ~~5,66€~~

4,49€ UNID.

FILETES DE PANGASIUS PESCANOVA
ULTRACONGELADOS
EMB.: 600 G
7,48€/KG




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


25% Desconto Direto
3,99€
2,99€ KG
CAVALA
FRESCA


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


Apenas
4,49€ UNID.
BIFE DE ATUM CONTINENTE
FRESCO
EMB.: 200 G
22,45€/KG


Apenas
12,99€ KG
AMÊIJOA BRANCA GRANDE
FRESCA


Mais de 30% Desconto Direto
14,99€
9,99€ KG
CAMARÃO
30/50
COZIDO


Desde
20,99€ KG
BACALHAU CONTINENTE SELEÇÃO
SALGADO SECO
INTEIRO


Apenas
5,49€ UNID.
CALDEIRADA DE BACALHAU MSC CONTINENTE
DEMOLHADO
CONGELADO
EMB.: 700 G
7,84€/KG


Apenas
9,49€ UNID.
BACALHAU DESFIADO MSC CONTINENTE
DEMOLHADO
CONGELADO
EMB.: 500 G
18,98€/KG


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


25% Sobre PVPR
PVPR 25,41€
18,99€ UNID.
BACALHAU DESFIADO PACK POUPANÇA PESCANOVA
ULTRACONGELADO
EMB.: 850 G
22,34€/KG
PESCANOVA
Sabor Típico
FORMATO POUPANÇA
Bacalhau Desfiado
850g
O BOM, SAI BEM.
www.pescanova.pt


Apenas
17,99€ UNID.
BACALHAU LOMBO MSC CONTINENTE
DEMOLHADO
CONGELADO
EMB.: 700 G
25,70€/KG


Desde
11,99€ KG
POSTAS E LOMBO DE BACALHAU HIGIENIZADO CONTINENTE
CONGELADO
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)

Apenas

1,59€/KG

PERA ROCHA DOP OESTE
EMBALADA



15% Desconto Direto

~~1,99€~~

1,69€/KG

MAÇÃ GOLDEN



JÁ É TEMPO

CASTANHA NACIONAL

PERFEITAS PARA COZER OU ASSAR

RICA EM FIBRA E VITAMINA C

CLUBE DE PRODUTORES CONTINENTE O MELHOR DE PORTUGAL

Mais de 30% Desconto Direto

~~5,99€~~

3,99€/KG

CASTANHA NACIONAL

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



20% Desconto Direto

~~1,75€~~

1,39€/UNID.

TOMATE CHERRY TRIMIX CONTINENTE
EMB.: 250 G
5,56€/KG



20% Desconto Direto

~~2,99€~~

2,39€/KG

TOMATE CORAÇÃO DE BOI



20% Desconto Direto

~~1,69€~~

1,35€/KG

COUVE BRANCA
INTEIRA



Mais de 10% Desconto Direto

~~1,69€~~

1,49€/KG

LARANJA CONTINENTE
EMB.: 2 KG



2 KG FICA A 2,98€

Apenas

1,69€/KG

CURGETE VERDE



20% Desconto Direto

~~2,69€~~

2,15€/KG

TOMATE CHUCHA



Mais de 15% Desconto Direto

~~1,05€~~

0,89€/KG

CENOURA



20% Desconto Direto

~~1,69€~~

1,35€/KG

CEBOLA NOVA



BIOLÓGICOS

Apenas

2,29€/UNID.

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



Mais de 10% Desconto Direto

~~1,05€~~

0,95€/UNID.

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



20% Desconto Direto

~~0,99€~~

0,79€/UNID.

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



20% Desconto Direto

~~3,99€~~

3,19€/UNID.

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

Apenas
15,99€ KG
BIFE DA PÁ DE NOVILHO ANGUS



Apenas
13,99€ KG
CHAMBÃO DE NOVILHO P/ ESTUFAR ANGUS



Apenas
18,99€ KG
VAZIO ALTO C/ OSSO DE NOVILHO ANGUS



Apenas
14,99€ KG
MEDALHÕES DE NOVILHO CONTINENTE EMBALADOS



Apenas
21,99€ KG
PREGUINHO DE VITELA (EMBALADO)



Apenas
8,99€ KG
LÍNGUA DE BOVINO CONGELADA CONTINENTE



PORCO

Apenas
4,99€ KG
BIFANAS DE PORCO CONTINENTE



Apenas
4,89€ KG
ENTREMEADA DE PORCO CONTINENTE



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



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



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



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



Apenas
4,99€ KG
COSTELETAS MISTAS DE PORCO CONTINENTE



Apenas
6,99€ KG
TIRAS DE ENTRECOSTO DE PORCO (PIANO) 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
8,49€/KG
PEITO DE PERU CONTINENTE (BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Apenas
4,49€/KG
PATO INTEIRO FRESCO



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



PREPARADOS



Apenas
7,59€/KG
ROLO DE CARNE DE PORCO RECHEADO CONTINENTE ESPINAFRES E QUEIJO/ COGUMELOS, BACON E QUEIJO/ FARINHEIRA (EMBALADO)

10% Sobre PVPR
PVPR 10,79€
9,69€/UNID.
HAMBÚRGUER 100% CARNE CHAKALL PRIME MEAT (CONGELADO)
EMB.: 640 G
15,14€/KG



CHARCUTARIA E QUEIJOS

20% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA 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



Mais de 15% Sobre PVPR
PVPR 2,99€
2,49€/UNID.
BACON ELPOZO
FATIAS
EMB.: 150 G
16,60€/KG



20% Sobre PVPR
PVPR 2,49€
1,99€/UNID.
FIAMBRE PERNA EXTRA NOBRE
FATIAS FINAS
EMB.: 120 G
16,58€/KG



10% Desconto Direto
~~1,99€~~
1,79€/UNID.
FARINHEIRA DE PORCO PRETO ALENTEJO CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 160 G
11,19€/KG



~~2,09€~~
1,99€/UNID.
CHOURIÇO DE PORCO PRETO ALENTEJO CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 130 G
15,31€/KG



10% Desconto Direto
~~5,99€~~
5,39€/UNID.
TÁBUA PAIO/ SALSICHÃO/ PALETA CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 90 G
59,89€/KG



Mais de **15%** Sobre PVPR

PVP 2,79€
2,29€ UNID.

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



15% Sobre PVPR

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



Mais de **15%** Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE QUEIJOS FATIADOS DA MARCA CASTELÕES



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVP 1,49€
1,29€ UNID.

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



25% Sobre PVPR

PVP 1,99€
1,49€ UNID.

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



10% Sobre PVPR

PVP 2,09€
1,88€ UNID.

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



Mais de **15%** Sobre PVPR

PVP 3,59€
2,99€ UNID.

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



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVP 6,89€
5,89€ UNID.

QUEIJO FLAMENGO LIMIANO
BOLA PEQUENA



20% Sobre PVPR

PVP 9,39€
7,49€ UNID.

QUEIJO DE VACA AMANTEIGADO SEIA DO TAVARES



Mais de **20%** Sobre PVPR

PVP 12,99€
9,99€ KG

QUEIJO MEIO GORDO D. PEDRO



Mais de **20%** Sobre PVPR

PVP 13,89€
10,69€ KG

QUEIJO MEIO GORDO D.PEDRO
METADES



10% Sobre PVPR

PVP 1,99€
1,79€ UNID.

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



Mais de **15%** Sobre PVPR

PVP 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

PVP 7,59€
5,79€ UNID.

QUEIJO DE VACA CURADO MEIO GORDO/ CURADO/ PIMENTÃO CASTELÕES



Mais de **15%** Sobre PVPR

PVP 12,19€
10,19€ UNID.

QUEIJO DE CABRA CÔVO



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

PVP 3,99€
3,59€ UNID.

BACON TULIP
EMB.: 150 G
23,93€/KG



PVP 3,99€
3,79€ UNID.

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



10% Sobre PVPR

PVP 4,69€
4,19€ UNID.

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



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

0,49€ UNID.

PÃO ABÓBORA E NOZES



Apenas

0,89€ UNID.

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



0,49€ UNID.

BOLA DE QUINOA



Apenas

Massa Mãe

1,85€ UNID.

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

1,89€ UNID.

NOSSO CROISSANT MILKYBAR



Apenas

2,50€ UNID.

PALMIERS VIRGEN BREZO
EMB.: 250 G
10€/KG



1,99€ UNID.

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



10% Sobre PVPR

PVPR 1,99€

1,79€ UNID.

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

Apenas

EXCLUSIVO

Edição Especial

9,99€ UNID.

BOLO-REI PASTELARIA ALOMA
EMB.: 1 KG



Apenas

8,99€ UNID.

COROA NATAL PASTELARIA O CARECA

Edição Especial

EXCLUSIVO



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



15% Desconto Direto

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

NOVO PRODUTO



Cozinha

CONTINENTE

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

Desde **0,89€** UNID.

CROQUETES DE CARNE/ BOLINHAS DE CARNE 100% BOVINO COZINHA CONTINENTE





8,49€ KG

PERNAS FRANGO ASSADO COZINHA CONTINENTE



2,49€ UNID.

SOPA DE AGRIÃO COZINHA CONTINENTE
EMB.: 800 G
3,11€/KG



4,29€ UNID.

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



2,89€ UNID.

CACHORRO QUENTE COZINHA CONTINENTE
EMB.: 1 UNID



7,99€ KG

FRANGO ASSADO COZINHA CONTINENTE



3,69€ UNID.

EMPANADA DE ATUM COZINHA CONTINENTE

- Receita artesanal galega
- Recheio suculento
- Massa crocante



1,79€ UNID.

RAVIOLI C/ QUEIJO/ RICOTTA E ESPINAFRES/ QUEIJO E FIAMBRE COZINHA CONTINENTE
EMB.: 250 G
7,16€/KG



2,49€ UNID.

LASANHA BOLONHESA/ VEGETAIS/ ESPINAFRES E RICOTTA/ QUEIJO CONTINENTE
EMB.: 400 G
6,23€/KG



3,49€ UNID.

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



0,99€ UNID.

MASSA PIZZA CONTINENTE
EMB.: 280 G
3,54€/KG



2,79€ UNID.

LONG BURGUER C/ FRANGO CROCANTE ABBELEN
EMB.: 1 UNID



10% Sobre PVPR

PVPR 2,99€

2,69€ UNID.

MASSA TENRA FRESCA PASTA DO DIA
EMB.: 300 G
8,97€/KG



BIO E SAUDÁVEL

25% Sobre PVPR

PVPR 3,49€
2,59€ UNID.

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



S/ LACTOSE

1,29€ UNID.

BEBIDA VEGETAL AVEIA BARISTA CONTINENTE
EMB.: 1 L



Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 1,79€
1,39€ UNID.

CREME SOJA ALPRO
EMB.: 250 ML
5,56€/L



BIOLÓGICO

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



S/ GLÚTEN

Apenas

2,59€ UNID.

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



S/ GLÚTEN

Apenas

2,59€ UNID.

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



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PÃES S/ GLÚTEN DA MARCA NUTRIFREE



PERFORMANCE DESPORTIVA

10% Sobre PVPR

NAS SAQUETAS MONODOSE DA MARCA PROZIS

A TUA PROTEÍNA, A QUALQUER MOMENTO

SAQUETAS UNIDOSE DE PROTEÍNA WHEY E VEGAN



ALIMENTAÇÃO DESPORTIVA

10% Sobre PVPR

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



SUPLEMENTAÇÃO

Apenas

7,99€ UNID.

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



~~1,39€~~
1,29€ UNID.

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



MERCEARIA

Até 30% Sobre PVPR

fula



Até 25% Sobre PVPR

Saludães



Até 25% Sobre PVPR

la Molisana



Até 35% Sobre PVPR

Garofalo



Mais de 20% Sobre PVPR

MAIZENA



Até 50% Sobre PVPR

ESPORÃO AZEITE

VIDIGUEIRA Oliveiras Centenárias

NOS AZEITES DAS MARCAS ESPORÃO E VIDIGUEIRA



35% Sobre PVPR

PVPR 3,99€

2,59€ UNID.

AZEITE VIRGEM EXTRA OLIVEIRA DA SERRA
SPRAY
EMB.: 0.2 L
12,95€/L

NOVO PRODUTO



2,49€ UNID.

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



Até 20% Sobre PVPR

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



Até 50% Sobre PVPR

NOS AZEITES DA MARCA GALLO



25% Sobre PVPR

NOS CREMES BALSÂMICOS DA MARCA MORENO



ESPECIAL NATAL

25% Sobre PVPR

PVPR 1,85€

1,38€ UNID.

ALETRIA MILANEZA
EMB.: 500 G
2,76€/KG



Até 35% Sobre PVPR

NAS FARINHAS DA MARCA NACIONAL



ESPECIAL NATAL

PVPR 1,19€

1,09€ UNID.

AÇÚCAR BRANCO SIDUL
EMB.: 1 KG



25% Sobre PVPR

PVPR 2,49€

1,86€ UNID.

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



7,99€ UNID.

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



15% Sobre PVPR

PVPR 1,89€

1,59€ UNID.

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



Apenas

1,99€ UNID.

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



~~0,93€~~

0,85€ UNID.

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



MERCEARIA

Até **40%** Sobre PVPR



25% Sobre PVPR



35% Sobre PVPR



40% Sobre PVPR

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



30% Sobre PVPR

PVPR 1,49€

1,04€ UNID.

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



35% Sobre PVPR

NOS MOLHOS XXL TOP DOWN DA MARCA CALVÉ



Até **35%** Sobre PVPR

NAS MAIONESES DA MARCA HEINZ



Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 1,93€

1,29€ UNID.

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



Até **50%** Sobre PVPR

NAS SALSICHAS DE LATA E FRASCO DA MARCA IZIDORO



50% Sobre PVPR

PVPR 5,09€

2,54€ UNID.

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



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



25% Sobre PVPR

NAS FARINHAS DA MARCA FERBAR



35% Sobre PVPR

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



20% Sobre PVPR

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



25% Sobre PVPR

NOS SUCULENTOS DA MARCA MAGGI



Mais de **10%** Desconto Direto

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



Até **25%** Sobre PVPR

NAS SARDINHAS DA MARCA BOM PETISCO



25% Sobre PVPR

NOS MOINHOS DA MARCA MARGÃO



Até **25%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS EM TOMATE DA MARCA GULOSO



~~0,89€~~

0,84€ UNID.

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



Mais de **10%** Desconto Direto

~~1,29€~~

1,14€ UNID.

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



Até **40%** Sobre PVPR

NOS VINAGRES E PIRI-PIRIS DA MARCA GALLO



35% Sobre PVPR

NOS MOLHOS EM VIDRO DA MARCA CALVÉ



MERCEARIA

Até **25%** Sobre PVPR

Pringles



30% Sobre PVPR

Doritos



Até **25%** Sobre PVPR

BLUE DRAGON



Até **25%** Sobre PVPR

MEXIFOODS



PVPR 1,69€

1,44€ UNID.

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



PVPR 1,69€

1,44€ UNID.

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



PVPR 1,69€

1,44€ UNID.

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



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



35% Sobre PVPR

NAS REFEIÇÕES PRÉ-PREPARADAS DA MARCA KNORR



35% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BATATAS DA MARCA PÁLA-PÁLA



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE MASSAS DA MARCA KOKA



Até **10%** Sobre PVPR

NO ARROZ PRONTO A COMER DA MARCA CIGALA



Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 1,34€

0,99€ UNID.

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



25% Sobre PVPR

NOS TEMPEROS DA MARCA SAZÓN



Até **30%** Sobre PVPR

NAS SOPAS DA MARCA KNORR



MERCEARIA

Até **35%** Sobre PVPR



Até **30%** Sobre PVPR



Até **25%** Sobre PVPR



15% Sobre PVPR



PVPR 11,99€

10,79€ UNID.

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



MARCA DA SEMANA

20% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

3,99€ UNID.

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

DELTA
50 CARRINHOS DE COMPRAS
NO VALOR DE 25€ CADA
TODOS OS MESES



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 SAÇO/ MOAGEM MÁQUINA
EMB.: 250 G
15,96€/KG



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€

Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 14,99€

9,89€ UNID.

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



40% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE ACHOCOLATADOS DA MARCA NESQUIK



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 **35%** Sobre PVPR

NOS CEREAIS DA MARCA CHOCAPIC
(EMB.: 375G E 900G)



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



Mais de **10%** Desconto Direto

~~2,69€~~

2,39€ UNID.

CEREAIS ARROZ TUFADO C/ CHOCOLATE CONTINENTE
CHOCOLATE
EMB.: 500 G
4,78€/KG



Até **50%** Sobre PVPR

NAS BARRAS DE CEREAIS DA MARCA FITNESS



BEBÉ

Até **25%** Sobre PVPR

NOS LEITES NAN
(EXCETO LEITES 1, ESPECIAIS E PACKS PROMOCIONAIS)



Até **30%** Sobre PVPR

NA MARCA NUTRIBÉN
(EXCETO LEITES 1, ESPECIAIS E PACKS PROMOCIONAIS)



30% Sobre PVPR

PVPR 1,28€

0,89€ UNID.

SAQUETAS DE FRUTA PATRULHA PATA BLEDINA
FRUTOS VARIADOS/ MAÇÃ/ MAÇÃ & BANANA & MORANGO
EMB.: 100 G
8,90€/KG



Até **30%** Sobre PVPR

NAS SAQUETAS DE FRUTAS DA MARCA NESTLÉ
(EXCETO PACKS PROMOCIONAIS)



ATÉ 24 DE DEZEMBRO DE 2026

NATAL



VEJA MAIS NO NOSSO FOLHETO

25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BOMBONS DAS MARCAS RAFFAELLO E MON CHÉRI



25% Sobre PVPR

NOS CALENDÁRIOS DO ADVENTO DA MARCA MILKA



20% Sobre PVPR

PVP 4,99€

3,99€ UNID.

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

NOVO SABOR



Até 25% Sobre PVPR

NOS BOMBONS, FANTASIAS DE NATAL E CALENDÁRIO DO ADVENTO DA MARCA LINDT (EXCETO PACKS PROMOCIONAIS)



1,59€ UNID.

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



1,99€ UNID.

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



Apenas 2,39€ UNID.

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



Até 35% Sobre PVPR

NO CALENDÁRIO DO ADVENTO E FANTASIA DE CHOCOLATE DE NATAL DA MARCA M&M'S



4,49€ UNID.

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



Mais de 20% Sobre PVPR

NOS SNACKS DE CHOCOLATE DAS MARCAS MARS, SNICKERS E TWIX



25% Sobre PVPR

NOS BOMBONS DA MARCA GUYLIAN



25% Sobre PVPR

NOS BOLOS DA MARCA MILKA



Até 50% Sobre PVPR

NAS FANTASIAS DE CHOCOLATE DAS MARCAS NESTLÉ E AFTER EIGHT



25% Sobre PVPR

NOS SORTIDOS DA MARCA DAN CAKE



Leve 2 por 2,50€

1,54€ UNID.

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



Mais de 25% Sobre PVPR

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



Leve 2 por 1,98€

1,09€ UNID.

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



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE TABLETES DE CHOCOLATE EXCELLENCE DA MARCA LINDT



10% Sobre PVPR

NO LEITE CONDENSADO TRADICIONAL E COZIDO DA MARCA NESTLÉ



LATICÍNIOS

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



Até **35%** Sobre PVPR
ProActiv



Até **25%** Sobre PVPR
Planta



Até **45%** Sobre PVPR
ACTIVIA



Até **40%** Sobre PVPR
Yoggi



Até **30%** Sobre PVPR
OIKOS



Até **20%** Sobre PVPR
Danonino



Até **30%** Sobre PVPR
Leiteira



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



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



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



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
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€**

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



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



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



Mais de **20%** Sobre PVPR
NOS IOGURTES KÉFIR DA MARCA MIMOSA



Mais de **10%** Sobre PVPR
PVPR 3,46€
2,99€ UNID.
KÉFIR NESTLÉ
NATURAL/ MORANGO
EMB.: 6 X 100 G
4,98€/KG



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



2,49€ UNID.
IOGURTE MAGRO AROMA MIMOSA
MORANGO, COCO, MANGA/ MORANGO, KIWI, BANANA, PÊSSEGO
EMB.: 8 X 120 G
2,59€/KG



Mais de **30%** Sobre PVPR
NUMA SELEÇÃO DE IOGURTES S/ LACTOSE DA MARCA MIMOSA



CONGELADOS

Até **25%** Sobre PVPR



20% Sobre PVPR

PICCOLINIS



25% Sobre PVPR



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



Até **50%** Sobre PVPR

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



50% Sobre PVPR

PVPR 19,99€

9,99€ UNID.

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

NUGGETS
Receitas que conquistam



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



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



40% Sobre PVPR

PVPR 6,69€

3,99€ UNID.

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



Até **50%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE DOURADINHOS DA MARCA CAPITÃO IGLO



Pesca Sustentável

DOURADINHOS
100% Filetes de Peixe

25% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

3,74€ UNID.

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

CROCANTES
100% Peito de Frango



Até **25%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DE FORMATO FAMILIAR DA MARCA PESCANOVA



PESCANOVA

O BOM, SAI BEM.

www.pescanova.pt

Mais de **40%** Sobre PVPR

PVPR 5,99€

3,49€ UNID.

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



40% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE GELADOS DA MARCA MAGNUM



MAGNUM FIEL AO PRAZER

Desde

2,69€ UNID.

MINI CHURROS CONTINENTE
EMB.: 170 G



2,79€ UNID.

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



15% Sobre PVPR

PVPR 3,89€

3,29€ UNID.

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



BEBIDAS

Até **20%** Sobre PVPR



Até **20%** Sobre PVPR



Mais de **10%** Sobre PVPR



Até **20%** Sobre PVPR



Até **30%** Sobre PVPR



Até **25%** Sobre PVPR



Mais de **25%** Sobre PVPR



Até **30%** Sobre PVPR



SUMOS

Até **20%** Sobre PVPR

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



SUMOS REFRIGERADOS

Até **20%** Sobre PVPR

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



NÉCTAR

1,49€ UNID.

NÉCTAR TAMANHO FAMILIAR CONTINENTE LARANJA E TANGERINA/ FRUTAS DO POMAR EMB.: 1.5 L 0,99€/L



COLAS

Até **10%** Sobre PVPR

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



LIMAS

Até **20%** Sobre PVPR

NA MARCA SEVEN UP



ICE TEAS

Mais de **35%** Sobre PVPR

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



ENERGÉTICAS

Até **20%** Sobre PVPR

NA MARCA MONSTER



ÁGUAS ALCALINA

Apenas **0,70€** UNID.

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



ÁGUAS C/ GÁS SABORES

Até **20%** Sobre PVPR

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



Mais de **25%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA FRIZE SABORES



REFRIGERANTES C/ GÁS

1,19€ UNID.

REFRIGERANTE C/ GÁS CONTINENTE GUARANÁ FIZZUP +0,10€ VALOR DEPÓSITO EMB.: 2 L 0,60€/L



CERVEJA NACIONAL

PVPR 1,99€ **1,89€** UNID.

CERVEJA C/ ÁLCOOL SUPER BOCK TARA PERDIDA GARRAFA: 1 L





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

CERVEJA SEM ÁLCOOL

25% Sobre PVPR

PVPR 5,99€ **4,49€** UNID.

CERVEJA S/ ÁLCOOL SUPER BOCK PILSENER/ TROPICAL EMB.: 6 X 33 CL 2,27€/L



SIDRAS

40% Sobre PVPR

PVPR 2,07€ **1,24€** UNID.

SIDRA C/ ÁLCOOL BANDIDA POMAR MAÇA/ FRUTOS VERMELHOS EMB.: 50 CL 2,48€/L



GARRAFEIRA

Até **70%** Desconto Direto

CANCELLUS



Até **70%** Sobre PVPR

TAPADA DAS LEBRES



Até **25%** Sobre PVPR



Até **25%** Sobre PVPR

BEEFEATER LONDON



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

25% Sobre PVPR

PVPR 13,49€

9,99€ UNID.



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

25% Sobre PVPR

PVPR 11,99€

8,99€ UNID.



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

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% 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 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

20% Sobre PVPR

PVPR 15,69€

12,55€ UNID.



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

CONTINENTE

loja, site e app

HIGIENE E BELEZA

Até **40%** Sobre PVPR



Até **25%** Sobre PVPR

Herbal Essences



25% Sobre PVPR

LINIC



Até **50%** Sobre PVPR

Veet



MYLABEL

15% Desconto Direto

NOS PRODUTOS URBAN BARBER DA MARCA MYLABEL



#napeledequemsegue

Até **35%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS ABACATE DA MARCA ULTRA SUAVE



MYLABEL

Apenas **1,89€** UNID.

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



Mais de **10%** Desconto Direto

~~3,05€~~ **2,69€** UNID.

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



#napeledequemsegue

Mais de **25%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS GLYCOLIC GLOSS PREMIUM DA MARCA ELVIVE



Mais de **15%** Sobre PVPR

NAS COLORAÇÕES DA MARCA PALETTE



30% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS BRIGHT REVEAL DA MARCA L'ORÉAL PARIS



MYLABEL

Desde **4,49€** UNID.

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



#napeledequemsegue

MYLABEL

20% Desconto Direto

NA MAQUILHAGEM MAIN CHARACTER DA MARCA MYLABEL



#napeledequemsegue

ESPECIAL NATAL

Até **50%** Sobre PVPR

NOS CONJ. DE NATAL (EXCETO MYLABEL E CARAVAN)



10% Sobre PVPR

NOS CARREGADORES POUPANÇA DA MARCA GILLETTE



35% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS BIC 3 DA MARCA BIC



Até **25%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS P/ HOMEM DA MARCA WILKINSON



50% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS TWIN LADY DA MARCA BIC



Até **25%** Sobre PVPR

NAS DESCARTÁVEIS DE 3 LÂMINAS DA MARCA VENUS



25% Sobre PVPR

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



30% Sobre PVPR

NO LEITE CORPORAL BODY OLIVA DA MARCA NIVEA

NOVO PRODUTO



24h HIDRATAÇÃO PARA PELE SECA

HIGIENE E BELEZA

Até **50%** Sobre PVPR



Até **50%** Sobre PVPR



Até **50%** Sobre PVPR



Até **25%** Sobre PVPR



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)



25% Sobre PVPR

NAS FRALDAS DA MARCA LIBERO



35% Sobre PVPR

NOS GÉIS DE BANHO DA MARCA AXE



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)



25% Sobre PVPR

NOS PENSOS DE INCONTINÊNCIA DA MARCA TENA



Até **25%** Sobre PVPR

NOS PENSOS HIGIÉNICOS LIBERTY DA MARCA EVAX



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



Mais de **30%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS ACTIVITY EXTRA DA MARCA DODOT



Até **10%** Sobre PVPR

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



35% Sobre PVPR

NOS NINJAMAS FOGUETE T7 E T8 DA MARCA DODOT



50% Sobre PVPR

NAS TOALHITAS DA MARCA CHICCO



Até **30%** Sobre PVPR

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



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE CHAMPÔS DA MARCA JOHNSON'S BABY



Até **50%** Sobre PVPR

NA MARCA SKIP



INTENSIFICADORES ROUPA

Até **50%** Sobre PVPR

NOS AMACIADORES DAS MARCAS QUANTO, COMFORT, VERNEL E SURF



Até **50%** Sobre PVPR

NOS INTENSIFICADORES DE PERFUME DAS MARCAS VERNEL, LENOR E SAN



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



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



LAVA TUDO E LIXÍVIAS

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 4,99€

2,99€ UNID.

LAVA TUDO AJAX
LIMÃO/ LAVANDA/ CLÁSSICO
EMB.: 2 L
1,50€/L



MULTIUSOS

50% Sobre PVPR

PVPR 7,99€

3,99€ UNID.

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



LIMPEZA

Até **30%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DAS MARCAS VILEDA E SWIFFER



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



3,79€ UNID.

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



LIMPEZA DO LAR

Até **50%** Sobre PVPR



WC

60% Sobre PVPR

PVPR 17,49€

6,99€ UNID.

BLOCO SANITÁRIO BREF
EMB.: 5 UNID
1,40€/UNID



AMBIENTADORES

40% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

2,99€ UNID.

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



Mais de **40%** Sobre PVPR

PVPR 8,99€

4,99€ UNID.

AMBIENTADOR ELÉTRICO GLADE
RELAXING ZEN
EMB.: 1 UNID



DETERGENTES MÁQUINA

Até **35%** Sobre PVPR

NOS DETERGENTES P/ MÁQUINA DA LOIÇA DA MARCA FAIRY



Até **50%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS P/ MÁQUINA DA LOIÇA DA MARCA FINISH



60% Sobre PVPR

PVPR 17,49€

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 42,48€

16,99€ UNID.

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



DETERGENTES MANUAIS

20% Sobre PVPR

PVPR 6,29€

4,99€ UNID.

DETERGENTE MANUAL P/ LOIÇA FAIRY
ORIGINAL
EMB.: 1,25 L
3,99€/L



MULTIUSOS

20% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

3,99€ UNID.

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



ADITIVOS

35% Sobre PVPR

PVPR 3,09€

1,99€ UNID.

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



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

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



4,99€ UNID.

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



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



loja, site e app

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

IA

CONTINENTE

É DE TODA A GENTE

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 Bom Dia (exceto Continente, Continente Modelo, 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, nº 506 - Senhora da Hora, 4464-503 Matosinhos; Matriculada na C.R.C. do Porto sob o nº 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