Promoções e preços válidos 13 — 19 outubro 2026.

TODA A GENTE POUPA EM TUDO

+ DE 60 GRANDES MARCAS

Até **60%** Sobre PVPR — Skip

Até **40%** Sobre PVPR — Bacalhau Riberalves, Paixão Nacional

Até **35%** Sobre PVPR — Danone YoPRO, Pantene, Lindor

Até **30%** Sobre PVPR — Somersby

Até **25%** Sobre PVPR — Nicola desde 1779, Danone Oîkos Iogurte Grego

SEJA RESPONSÁVEL. BEBA COM MODERAÇÃO.

Apenas
18,99€/KG
BACALHAU CRESCIDO DE 1ª DA NORUEGA CONTINENTE
SALGADO SECO INTEIRO



Apenas
11,99€/KG
POSTAS DE SALMÃO
FRESCAS



PREÇO VENCEDOR
~~14,99€~~
11,99€/KG
POLVO 800G A 1,5KG CONTINENTE
CONGELADO



PREÇO VENCEDOR
~~6,29€~~
4,79€/KG
ENTRECOSTO DE PORCO CONTINENTE



Poupe 2€
~~13,99€~~
11,99€/KG
BIFE DA PÁ E ACÉM DE NOVILHO CONTINENTE
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Apenas
2,49€/KG
PERNA DE FRANGO CONTINENTE
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)



MARCA DA SEMANA
Persil
50 CARRINHOS DE 350€ CADA

CONTINENTE

É DE TODA A GENTE

PEIXARIA

Até **30%** Desconto Direto

NO MARISCO CONGELADO DO BALCÃO DE ATENDIMENTO

~~13,99€~~
12,99€ KG

GAMBÃO GRANDE DA ARGENTINA SELVAGEM 20/30
CONGELADO



20% Desconto Direto

~~9,99€~~
7,99€ KG

CAMARÃO MÉDIO 60/80 VANNAMEI
CONGELADO

Apenas

14,99€ KG

SAPATEIRA COZIDA GRANDE CONTINENTE SELEÇÃO
CONGELADA



Até **25%** Desconto Direto

NOS MIOLOS DE CAMARÃO CONGELADOS DA MARCA CONTINENTE



Mais de **15%** Desconto Direto

~~5,99€~~
4,99€ UNID.

PREPARADO P/ MARISCADA S/ GLÚTEN CONTINENTE
CONGELADO
EMB.: 700 G
7,13€/KG



Até **25%** Sobre PVPR

NO CAMARÃO ULTRACONGELADO DA MARCA PESCANOVA



PESCANOVA
O bom sai bem
www.pescanova.pt

Mais de **20%** Sobre PVPR

NO SALMÃO ULTRACONGELADO DA MARCA PESCANOVA



Mais de **15%** Desconto Direto

~~6,69€~~
5,59€ UNID.

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



30% Sobre PVPR

PVPR ~~9,99€~~
6,99€ UNID.

FILETES DE DOURADA/ ROBALO ASC IGLO
ULTRACONGELADOS
EMB.: 200 G
34,95€/KG



20% Sobre PVPR

PVPR ~~5,66€~~
4,49€ UNID.

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



~~5,49€~~
4,99€ KG

RED FISH MÉDIO
CONGELADO
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)

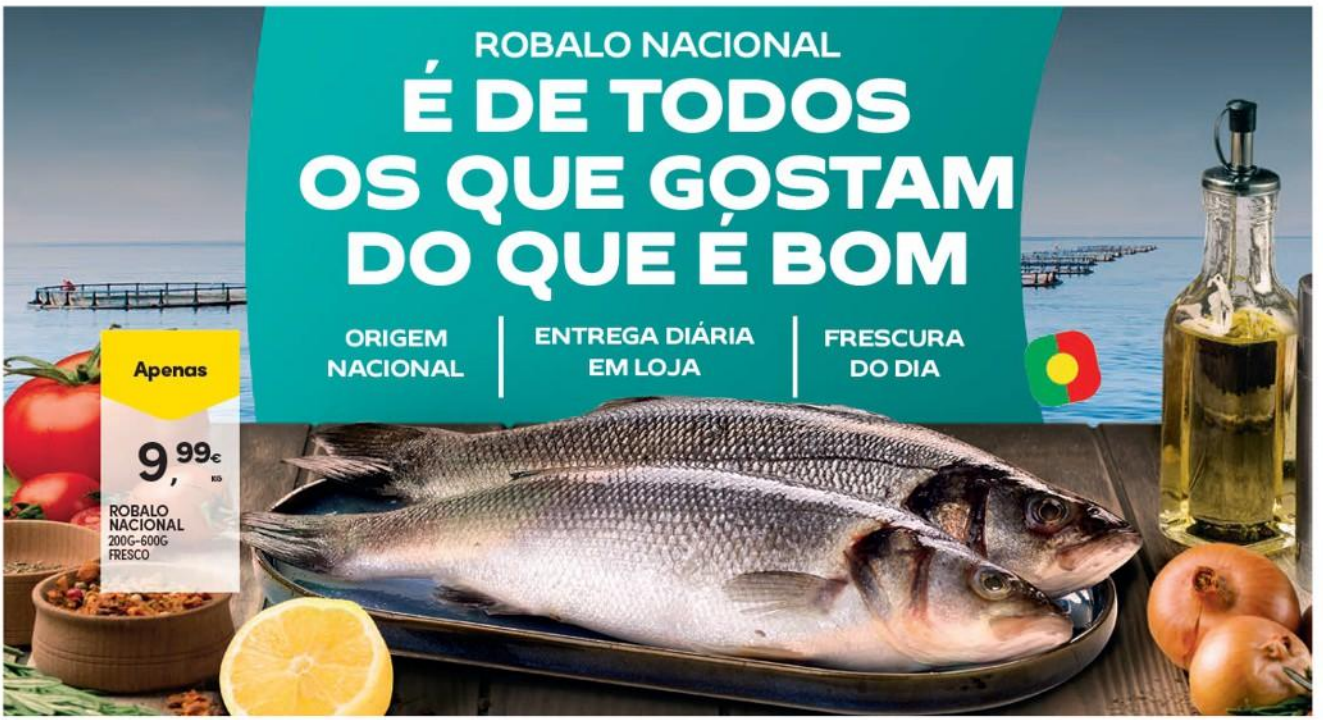


25% Desconto Direto

~~11,99€~~
8,99€ KG

PESCADA MÉDIA DO CHILE
CONGELADA
(BALCÃO DE ATENDIMENTO)




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


20% Desconto Direto
4,99€
3,99€ KG
CARAPAU MÉDIO/ PEQUENO
FRESCO


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


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


15% Desconto Direto
12,99€
10,99€ KG
CHOCO C/ TINTA
200G-800G
FRESCO


Apenas
2,99€ UNID.
PORÇÃO DE SÁLMÃO
FRESCO
EMB.: 150 G
19,93€/KG


Apenas
2,99€ UNID.
FILETE DE DOURADA/ ROBALO
FRESCO
EMB.: 120 G
24,92€/KG


Mais de 30% Desconto Direto
2,99€
1,99€ KG
MEXILHÃO
FRESCO


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


Desde
19,99€ KG
BACALHAU GRAÚDO CONTINENTE E CONTINENTE SELEÇÃO
SALGADO SECO
INTEIRO


Apenas
5,99€ UNID.
CALDEIRADA BACALHAU CONTINENTE
SALGADO SECO
EMB.: 700 G
8,56€/KG


Apenas
3,49€ UNID.
PALOCO-DO--PACÍFICO DESFIADO CONTINENTE
SALGADO SECO
EMB.: 400 G
8,73€/KG


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


Mais de 15% Desconto Direto
8,99€
7,49€ UNID.
POSTAS MÉDIAS DE BACALHAU MSC CONTINENTE
DEMOLHADO
CONGELADO
EMB.: 600 G
12,48€/KG


Até 30% Sobre PVPR
NO BACALHAU ULTRACONGELADO DA MARCA PESCANOVA
FORMATO POUPANÇA
Bacalhau Desfiado
PESCANOVA
Sabor Típico
ÓMEGA 3
O BOM, SAI BEM.
www.pescanova.pt


Até 40% Sobre PVPR
NO BACALHAU ULTRACONGELADO DA MARCA RIBERALVES
Riberalves
40 ANOS
HÁ 40 ANOS DA NOSSA FAMÍLIA PARA A SUA



Mais de 10% Desconto Direto
~~2,29€~~
1,99€ UNID.
UVA BRANCA S/ GRAINHA CONTINENTE
EMB.: 500 G
3,98€/KG



Mais de 10% Desconto Direto
~~1,69€~~
1,49€ KG
LARANJA CONTINENTE
EMB.: 2KG



2 KG FICA A 2,98€

Mais de 10% Desconto Direto
~~1,99€~~
1,39€ UNID.
PERA ROCHA
ZERO% DESPERDÍCIO
EMB.: 1 KG



10% Desconto Direto
~~1,99€~~
1,79€ KG
CLEMENTINA



20% Desconto Direto
~~4,99€~~
3,99€ KG
KIWI VERDE ZESPRI



Apenas
2,49€ KG
UVA RED GLOBE



Mais de 15% Desconto Direto
~~2,49€~~
2,09€ KG
MAÇÃ REINETA ALCOBAÇA IGP SEM RESÍDUOS



20% Desconto Direto
~~2,19€~~
1,75€ KG
TOMATE CHUCHA



20% Desconto Direto
~~1,99€~~
1,59€ KG
ALFACE FRISADA



Apenas
1,59€ KG
CURGETE VERDE



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



20% Desconto Direto
~~2,49€~~
1,99€ KG
COUVE FLOR INTEIRA



Mais de 15% Desconto Direto
~~1,40€~~
1,13€ KG
BATATA ASSAR CONTINENTE
EMB.: 2 KG



2 KG FICA A 2,25€

20% Desconto Direto
~~2,69€~~
2,15€ UNID.
NOZ CONTINENTE
METADES
EMB.: 200 G
10,75€/KG



BIOLÓGICOS

Apenas
2,99€ UNID.
LIMÃO BIOLÓGICO CONTINENTE BIO
EMB.: 500 G
5,98€/KG



Apenas
2,39€ UNID.
BATATA DOCE LARANJA BIOLÓGICA CONTINENTE BIO
EMB.: 1 KG



Mais de 15% Desconto Direto
~~5,25€~~
4,25€ UNID.
SOPA FEIJÃO VERDE C/ CENOURA CONTINENTE
EMB.: 400 G
10,63€/KG



Mais de 15% Desconto Direto
~~1,39€~~
1,15€ UNID.
SALADA CAMPONESA CONTINENTE
EMB.: 250 G
4,60€/KG



TALHO

BOVINO



BEM-ESTAR PARA TODOS

Trabalhamos com produtores que cumprem normas de **bem-estar animal** reconhecidas, com práticas de criação, alimentação e transporte responsáveis. Este compromisso ético melhora a **qualidade da carne** e promove uma cadeia de valor mais justa e sustentável. É o caminho certo para garantir respeito pelo consumidor, pelos animais e pelo planeta.

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



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



Apenas
6,99€ KG
BOVINO FÍGADO FATIADO CONTINENTE



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



Apenas
19,99€ KG
FRALDINHA DE BOVINO AMÉRICA DO SUL (EMBALADO)



Apenas
19,99€ KG
VAZIA DE BOVINO AMÉRICA DO SUL (BALCÃO DE ATENDIMENTO)



Apenas
19,99€ KG
T-BONE STEAK DE BOVINO BLUE SMOKE (CONGELADO)



PORCO

Apenas
4,99€ KG
BIFANAS DE PORCO CONTINENTE



Apenas
4,99€ KG
COSTELETAS MISTAS DE PORCO CONTINENTE



Apenas
4,89€ KG
ENTREMEADA DE PORCO CONTINENTE



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



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



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



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



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



AVES

Apenas

2,49€ KG

FRANGO INTEIRO CONTINENTE



Apenas

6,49€ KG

PEITO 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

10% Desconto Direto

~~7,99€~~

6,79€ KG

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



Apenas

3,49€ UNID.

MINI SALSICHAS DE PORCO KIDS CONTINENTE
EMB.: 500 G
6,98€/KG



10% Sobre PVPR

PVPR 10,99€

9,79€ UNID.

HAMBÚRGUER 100% CARNE CHAKALL PRIME MEAT
(CONGELADO)
EMB.: 640 G
15,30€/KG



CHARCUTARIA E QUEIJOS

Mais de **10%** Desconto Direto

~~1,79€~~

1,59€ UNID.

CHOURIÇÃO CONTINENTE
FATIAS
EMB.: 200 G
7,95€/KG



10% Desconto Direto

~~1,99€~~

1,79€ UNID.

FIAMBRE PERNA EXTRA CONTINENTE
FATIAS FINAS
EMB.: 200 G
8,95€/KG



10% Desconto Direto

~~2,09€~~

1,88€ UNID.

PEITO PERU FORNO DE LENHA CONTINENTE
EMB.: 150 G
12,53€/KG



20% Sobre PVPR

PVPR 2,49€

1,99€ UNID.

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



20% Sobre PVPR

PVPR 2,99€

2,39€ UNID.

PEITO DE PERU/ FRANGO FORNO DE LENHA CAMPOFRIO
FATIAS FINAS
EMB.: 120 G
19,92€/KG



~~3,69€~~

3,49€ UNID.

PRESUNTO SERRANO 9 MESES CONTINENTE
EMB.: 200 G
17,45€/KG



Apenas

5,99€ UNID.

PRESUNTO PORCO PRETO 24 MESES CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 80 G
74,88€/KG



10% Desconto Direto

~~1,29€~~

1,15€ UNID.

LINGUIÇA EXTRA CONTINENTE
EMB.: 150 G
7,67€/KG



10% Desconto Direto

~~1,29€~~

1,15€ UNID.

LINGUIÇA PICANTE CONTINENTE
EMB.: 150 G
7,67€/KG



~~1,99€~~

1,89€ UNID.

FARINHEIRA DE PORCO PRETO ALENTEJO CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 160 G
11,81€/KG



Mais de **10%** Desconto Direto

~~2,69€~~

2,39€ UNID.

CHOURIÇO CARNE CORRENTE CONTINENTE
EMB.: 400 G
5,98€/KG



Mais de **15%** Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE QUEIJOS FATIADOS DA MARCA CASTELÕES



15% Sobre PVPR

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





Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 3,59€
2,99€ UNID.

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



50% Sobre PVPR

PVPR 1,49€
0,74€ UNID.

QUEIJO CRUNCHY LIMIANO
INTENSIDADE 1/3
EMB.: 20 G
37€/KG



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 6,89€
5,89€ UNID.

QUEIJO FLAMENGO LIMIANO
BOLA PEQUENA



Mais de **15%** Sobre PVPR

PVPR 7,99€
6,59€ UNID.

QUEIJO CURADO CASTELÕES
METADES
EMB.: 575 G
11,46€/KG



Mais de **20%** Sobre PVPR

PVPR 7,69€
5,99€ UNID.

QUEIJO DE VACA AMANTEIGADO CASTELÕES



Mais de **20%** Sobre PVPR

PVPR 7,69€
5,99€ UNID.

QUEIJO APIMENTADO/ MEIO GORDO/ AMANTEIGADO PAIVA



Mais de **20%** Sobre PVPR

PVPR 6,49€
4,99€ UNID.

QUEIJO PRATO ILHA AZUL
1/2
EMB.: 500 G
9,98€/KG



20% Sobre PVPR

PVPR 6,20€
4,95€ UNID.

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



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 7,99€
6,99€ UNID.

QUEIJO MISTURA CURADO LAGOS



25% Sobre PVPR

PVPR 1,99€
1,49€ UNID.

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



Mais de **20%** Sobre PVPR

PVPR 2,59€
1,99€ UNID.

QUEIJO PALITOS ORIGINAL/ LIGHT/ PIZZA A VACA QUE RI
EMB.: 140 G
14,21€/KG



Mais de **20%** Sobre PVPR

PVPR 2,29€
1,79€ UNID.

QUEIJO CREME PHILADELPHIA
ORIGINAL/ LIGHT
EMB.: 150 G
11,93€/KG



~~1,49€~~
1,39€ UNID.

QUEIJO P/ SALADAS C/ AZEITONAS/ C/ ALHO CONTINENTE
EMB.: 100 G
13,90€/KG



10% Sobre PVPR

PVPR 4,29€
3,86€ UNID.

QUEIJO CAMEMBERT PRÉSIDENT
EMB.: 250 G
15,44€/KG



10% Sobre PVPR

PVPR 4,19€
3,77€ UNID.

QUEIJO BRIE PRÉSIDENT
EMB.: 200 G
18,85€/KG



15% Desconto Direto

~~4,59€~~
3,89€ UNID.

SALMÃO FUMADO NORUEGA MARINADO CONTINENTE SELEÇÃO
EMB.: 80 G
48,63€/KG



15% Sobre PVPR

PVPR 2,19€
1,86€ UNID.

SALSICHAS CLÁSSICA DE AVES WUDY
EMB.: 300 G
6,20€/KG



A PADARIA DE TODA A GENTE

DIA MUNDIAL DO PÃO

16 OUTUBRO

0,49€ UNID.
BOLA DE QUINOA



NOVA RECEITA

0,99€ UNID.
PÃO C/ CHOURIÇO
EMB.: 100 G
9,90€/KG



Apenas

NOVO PRODUTO

1,49€ UNID.
PÃO DE LEITÃO



Apenas

1,49€ UNID.
PÃO DE FORMA RIO MAIOR
EMB.: 500 G
2,98€/KG



Apenas

Massa Mãe

1,69€ UNID.
PÃO DE ASSINATURA
EMB.: 500 G
3,38€/KG



Apenas

PACK POUPANÇA

3,35€ UNID.
MERENDA MISTA PACK POUPANÇA
EMB.: 4 UNID
0,84€/UNID



Apenas

PACK POUPANÇA

2,89€ UNID.
FOLHADO C/ RECHEIO DE PIZZA PACK POUPANÇA
EMB.: 3 UNID
0,96€/UNID



Apenas

1,89€ UNID.
Ovos moles de Aveiro
NOSSO CROISSANT C/ OVOS MOLES



Apenas

EXCLUSIVO

Edição especial - Melhor Pastel de Nata de Lisboa

0,90€ UNID.
PASTEL DE NATA PASTELARIA ALOMA



Apenas

6,49€ UNID.
BOLO-REI
EMB.: 700 G
9,27€/KG



Apenas

2€ UNID.
MINI PALMIERS SIMPLES/ C/ CHOCOLATE VIRGEN BREZO
EMB.: 180 G/ 200 G
11,11€/KG/ 10€/KG



Apenas

NOVO PRODUTO

4,99€ UNID.
SPOONY NINHO E DOCE DE LEITE/ BROWNIE E DOCE DE LEITE
EMB.: 340 G
14,68€/KG



10% Desconto Direto

~~3,99€~~
3,59€ UNID.
TARTE DE MAÇÃ / BRIGADEIRO/ LIMÃO
EMB.: 400 G
8,98€/KG



Apenas

2,65€ UNID.
BISNAGUINHA BAUDUCCO
EMB.: 260 G
10,19€/KG



1,99€ UNID.
TOSTA PÃO ALENTEJANO/ C/ ALHO E COENTROS
EMB.: 100 G
19,90€/KG



Até **25%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PÃES DE FORMA DA MARCA BIMBO



20% Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE PÃES DE FORMA DA MARCA OROWEAT



2,15€ UNID.
PÃO RÚSTICO TRIGO/ MISTURA/ CEREAIS/ CENTEIO CONTINENTE
EMB.: 450 G
4,78€/KG



* Massa mãe
* Fermentação lenta natural

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



7,99€ KG

FRANGO ASSADO COZINHA CONTINENTE

2,49€ UNID.

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



6,99€ UNID.

FRANCESINHA COZINHA CONTINENTE
EMB.: 500 G
13,98€/KG



3,49€ UNID.

SALADA DE GRÃO C/ ATUM E OVO COZINHA CONTINENTE
EMB.: 285 G
12,25€/KG



3,99€ UNID.

BACALHAU C/ NATAS COZINHA CONTINENTE
EMB.: 300 G
13,30€/KG



Desde

2,49€ UNID.

HAMBÚRGUER PORCO C/ QUEIJO GOUDA / AVES C/ QUEIJO GOUDA CONTINENTE
EMB.: 2 X 125 G



2,89€ UNID.

PIZZA 4 QUEIJOS/ CARBONARA/ HAVAIANA CONTINENTE
EMB.: 400 G/ 410 G/ 420 G
7,23€/KG/ 7,05€/KG/ 6,88€/KG



2,99€ UNID.

BIFRANGA C/ MOLHO LIMÃO LUSIAVES



4,99€ UNID.

LOMBO ASSADO HM CANEIRA
EMB.: 400 G
12,48€/KG



TODA A GENTE POUPA EM TUDO

PACK POUPANÇA

TUDO

AOS PREÇOS MAIS BAIXOS

ATÉ **35%** Sobre PVPR

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

FORMATO XXL



CONTINENTE

É DE TODA A GENTE

MERCEARIA

PVPR 20,99€
19,99€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ DOLCE GUSTO
BUONDI/ SICAL/ BUONDI INTENSO
EMB.: 64 CÁPSULAS
0,31€/CÁPSULA



Até **35%** Sobre PVPR

NOS CEREAIS, GRANOLAS E BARRAS DA MARCA NACIONAL



Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 7,99€
5,49€ UNID.

GRANOLA FITNESS
MEL MAXI
EMB.: 600 G
9,15€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 2,89€
2,14€ UNID.

MADALENAS BIMBO
ZERO% AÇÚCAR
EMB.: 232 G
9,22€/KG



25% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS DA MARCA MILKA



Até **40%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE SNACKS DE CHOCOLATE MINIS DAS MARCAS NESTLÉ, KIT KAT E LION



Até **25%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE SNACKS DE CHOCOLATE DAS MARCAS SNICKERS, TWIX, MARS E BOUNTY



BEBIDAS

Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 7,98€
5,39€ UNID.

ÁGUA C/ GÁS PEDRAS SALGADAS
+0,60€ VALOR DEPÓSITO
EMB.: 6 X 1 L



PVPR 4,78€
4,49€ UNID.

REFRIGERANTE C/ GÁS COCA-COLA
ORIGINAL +2X0.10€ VALOR DEPÓSITO
EMB.: 2 X 1,75 L
1,28€/L



PACK POUPANÇA

Mais de **35%** Sobre PVPR

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



Mais de **35%** Sobre PVPR

PVPR 23,98€
14,49€ UNID.

CERVEJA C/ ÁLCOOL SUPER BOCK
TARA PERDIDA
EMB.: 35 X 20 CL
2,07€/L



25% Sobre PVPR

PVPR 19,99€
14,99€ UNID.

CERVEJA C/ ÁLCOOL HEINEKEN
ORIGINAL
EMB.: 24 X 25 CL
2,50€/L



25% Sobre PVPR

PVPR 25,31€
18,98€ UNID.

CERVEJA C/ ÁLCOOL HEINEKEN
BARRIL
EMB.: 5 L
3,80€/L



Mais de **25%** Sobre PVPR

PVPR 11,99€
8,49€ UNID.

SIDRA C/ ÁLCOOL SOMERSBY
MINI, MAÇÃ
TARA PERDIDA
EMB.: 12 X 20 CL
3,54€/L



MERCEARIA

Até **65%** Sobre PVPR



Até **30%** Sobre PVPR



Até **25%** Sobre PVPR



Mais de **35%** Sobre PVPR

PVPR 7,69€

4,69€ UNID.

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



35% Sobre PVPR

PVPR 3,99€

2,59€ UNID.

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



2,49€ UNID.

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



50% Sobre PVPR

PVPR 11,99€

5,99€ UNID.

AZEITE VIRGEM EXTRA GALLO
SUBLIME
EMB.: 0.75 L
7,99€/L



2,69€ UNID.

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



20% Sobre PVPR

NO ARROZ C/ SABORES EXÓTICOS DA MARCA CAÇAROLA



30% Sobre PVPR

PVPR 1,28€

0,89€ UNID.

ATUM EM ÓLEO PITÉU
EMB.: 72 G
12,36€/KG



Até **50%** Sobre PVPR

NA MARCA GALLO



Até **40%** Sobre PVPR

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



Mais de **35%** Sobre PVPR

NA MASSA ESPARGUETE DA MARCA MILANEZA
(EMB.:1KG)



20% Sobre PVPR

PVPR 3,52€

2,81€ UNID.

FILETE DE ATUM EM AZEITE TENÓRIO
BIOLÓGICO
EMB.: 78 G
36,03€/KG



40% Sobre PVPR

PVPR 19,99€

11,99€ UNID.

AZEITE SUBTIL GALLO
EMB.: 2 L
6€/L



Mais de **30%** Sobre PVPR

NAS MASSAS MACARRONETE RISCADO, ESPIRAIS E COTOVELINHOS DA MARCA MILANEZA



30% Sobre PVPR

NAS MASSAS TRICOLORES DA MARCA MILANEZA



Até **50%** Sobre PVPR

NAS SALSICHAS DE LATA E FRASCO DA MARCA IZIDORO



Mais de **15%** Desconto Direto

~~17,59€~~

14,49€ UNID.

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



Apenas

1,79€ UNID.

ÓLEO ALIMENTAR CONTINENTE
EMB.: 1 L



Apenas

1,39€ UNID.

ARROZ AGULHA SELECIONADO CONTINENTE
EMB.: 1 KG



Mais de **10%** Desconto Direto

~~1,25€~~

1,14€ UNID.

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



Apenas

1,89€ UNID.

MASSA NINHOS C/ OVO CONTINENTE
EMB.: 500 G
3,78€/KG



MERCEARIA

Até **35%** Sobre PVPR



Até **40%** Sobre PVPR



Até **35%** Sobre PVPR



35% Sobre PVPR



30% Sobre PVPR

NAS SALSICHAS FRANKFURT DA MARCA NOBRE (EMB.: 8 UNID)



25% Sobre PVPR

NAS PASSATAS DA MARCA GULOSO



Até **25%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE POLPAS DA MARCA GULOSO (EMB.:500G)



Até **10%** Sobre PVPR

NO ARROZ PRONTO A COMER DA MARCA CIGALA (EMB.: 250G)



40% Sobre PVPR

NA SALSICHA FRANKFURT DA MARCA IZIDORO (EMB.: 6 UNID)



Mais de **20%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE DERIVADOS DE TOMATE DA MARCA COMPAL



Até **35%** Sobre PVPR

NOS KETCHUP DAS MARCAS HEINZ, CALVÉ E PALADIN



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 1,69€

1,44€ UNID.

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



35% Sobre PVPR

PVPR 3,99€

2,59€ UNID.

MILHO DOCE BONDUELLE
EMB.: 3 X 140 G
6,17€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 1,49€

1,11€ UNID.

TEMPERO AIR-FRY MARGÃO
VEGETAIS/ CHICKEN/ BATATAS
EMB.: 32 G/ 38 G
34,69€/KG/ 29,21€/KG



Até **40%** Sobre PVPR

NOS VINAGRES DAS MARCAS GALLO, MORENO E PONTI



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 1,69€

1,44€ UNID.

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



Mais de **20%** Sobre PVPR

NO GRÃO E FEIJÃO DA MARCA COMPAL (EMB.: 234G)



Até **35%** Sobre PVPR

NAS SAQUETAS 1,2,3 SABOR E AIRFRYER DA MARCA KNORR



Mais de **35%** Sobre PVPR

PVPR 2,69€

1,69€ UNID.

BATATAS FRITAS GOURMET LAY'S
CORTE FINO
EMB.: 170 G
9,94€/KG



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVPR 2,49€

2,19€ UNID.

BATATAS FRITAS LAY'S
CAMPONESAS
EMB.: 242 G
9,05€/KG



Leve 6 Pague 5

0,93€ UNID.

ATUM TRITÃO
EM ÓLEO
EMB.: 72 G
12,92€/KG



UNID FICA A **0,78€**

25% Sobre PVPR

NAS ERVAS AROMÁTICAS DA MARCA MARGÃO



Mais de **40%** Sobre PVPR

PVPR 2,59€

1,44€ UNID.

BATATAS FRITAS LAY'S
MEDITERRÂNEAS
EMB.: 140 G
10,29€/KG



Até **25%** Sobre PVPR

NO SNACK BURGER KING DA MARCA PRINGLES



MERCEARIA

Até **35%** Sobre PVPR



Até **35%** Sobre PVPR



Até **50%** Sobre PVPR



Até **30%** Sobre PVPR



Até **30%** Sobre PVPR



PVPR 10,49€
9,89€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ DOLCE GUSTO
BUONDI/ SICAL
EMB.: 30 CÁPSULAS
0,33€/CÁPSULA



20% Sobre PVPR



PVPR 4,99€
3,99€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ DELTA Q
QALIDUS/ QHARACTER/ AQTIVUS/ DEQAFEINATUS
EMB.: 10 CÁPSULAS
0,40€/CÁPSULA

Mais de **30%** Sobre PVPR

PVPR 4,69€
3,19€ UNID.

CÁPSULAS DE CAFÉ COMPATIVEL C/ NESPRESSO BUONDI
INTENSO/ ORIGINAL/ DESCAFEINADO/ RISTRETTO
EMB.: 10 CÁPSULAS
0,32€/CÁPSULA



30% Sobre PVPR

NOS CAFÉS TORRADOS DA MARCA SICAL



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



Leve 2 por **5,58€**

2,95€ UNID.

CAFÉ MOÍDO CONTINENTE
FORTÍSSIMO/ AROMÁTICO/ INTENSO
EMB.: 250 G
11,80€/KG



EMB. FICA A **2,79€**

Até **30%** Sobre PVPR

NOS ACHOCOLATADOS DA MARCA NESQUIK



35% Sobre PVPR

PVPR 7,19€
4,64€ UNID.

CEREAIS FITNESS
ORIGINAL
EMB.: 625 G
7,42€/KG



25% Sobre PVPR

NAS GRANOLAS DA MARCA KELLOGG'S



~~2,49€~~
3,19€ UNID.

CEREAIS CRUNCHY MUESLI CONTINENTE
EMB.: 1 KG



Até **50%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DAS BARRAS DA MARCA FITNESS



50% Sobre PVPR

PVPR 4,99€
2,49€ UNID.

CEREAIS ESTRELITAS
MEL
EMB.: 550 G
4,53€/KG



MERCEARIA

25% Sobre PVPR



Até 25% Sobre PVPR



Até 25% Sobre PVPR



Mais de 30% Sobre PVPR



BEBÉ

Até 25% Sobre PVPR

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



30% Sobre PVPR

PVPR 1,28€

0,89€ UNID.

SAQUETAS DE FRUTA BLEDINA
PATRULHA PATA / VÁRIOS SABORES
EMB.: 100 G
8,90€/KG



Mais de 25% Sobre PVPR

PVPR 0,89€

0,64€ UNID.

SAQUETAS DE FRUTA FRUTAPURA
VÁRIOS SABORES
EMB.: 85 G
7,53€/KG



Até 25% Sobre PVPR

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



Até 25% Sobre PVPR

NA MARCA NESTUM (EXCETO PACKS PROMOCIONAIS)



35% Sobre PVPR

PVPR 1,99€

1,29€ UNID.

SAQUETA DE CACAU NESQUIK
EMB.: 110 G
11,73€/KG



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE BOLACHAS DA MARCA FILIPINOS



1,59€ UNID.

BOLACHAS RECHEADAS CONTINENTE
CHOCOLATE/ BAUNILHA
EMB.: 500 G
3,18€/KG



Leve 2 por 1,38€

0,99€ UNID.

BOLACHAS MERENDINHA CONTINENTE
C/ MEL
EMB.: 215 G
4,60€/KG



20% Sobre PVPR

PVPR 2,49€

1,99€ UNID.

BOLACHAS BELGAS SABOROSA
HALLOWEEN
EMB.: 220 G
9,05€/KG



ESPECIAL BOMBONS

Até 40% Sobre PVPR

NOS BOMBONS CAJA ROJA DA MARCA NESTLÉ (EXCETO PACKS PROMOCIONAIS)



25% Sobre PVPR

NOS BOMBONS DA MARCA GUYLIAN



25% Sobre PVPR

PVPR 3,99€

2,99€ UNID.

BOMBONS FERRERO ROCHER
T8
EMB.: 100 G
29,90€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 9,49€

7,09€ UNID.

BOMBONS COLLECTION FERRERO
T15
EMB.: 175 G
40,51€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 2,99€

2,24€ UNID.

BOMBONS DE CHOCOLATE RAFFAELLO
EMB.: 80 G
28€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 4,49€

3,34€ UNID.

BOMBONS MON CHÉRI
T10
EMB.: 105 G
31,81€/KG



25% Sobre PVPR

PVPR 6,99€

5,24€ UNID.

BOMBOM PRALINÉ MILKA
AVELÃ/ MORANGO/ CHOCOLATE/ CREME DE LEITE E CARAMELO
EMB.: 105 G/ 114 G/ 110 G
49,90€/KG/ 45,96€/KG/ 47,64€/KG



25% Sobre PVPR

NOS BOMBONS CORNET DA MARCA LINDOR (EMB.: 200G)



BIO E SAUDÁVEL

Mais de **20%** Sobre PVPR

PVP 2,59€ **1,99€** UNID.

BEBIDA ALPRO
CHOCOLATE/ BAUNILHA/ ORIGINAL/ COCO
EMB.: 1L



35% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS DA MARCA GULLÓN ZERO



25% Sobre PVPR

NOS CEREAIS E GRANOLAS DA MARCA CEM PORCENTO



Desde **0,94€** UNID.

BEBIDA VEGETAL CONTINENTE EQUILÍBRIO
SOJA/ AVEIA/ AMÊNDOA
EMB.: 1L



S/ GLÚTEN

Mais de **40%** Sobre PVPR

PVP 2,39€ **1,39€** UNID.

SNACKS QAMPO
EMB.: 85 G
16,35€/KG



S/ AÇÚCAR

35% Sobre PVPR

NAS BOLACHAS S/ GLÚTEN DA MARCA GULLÓN



NUTRIÇÃO DESPORTIVA

10% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA PROZIS



PERFORMANCE DESPORTIVA

15% Sobre PVPR

NAS CREATINAS DA MARCA ZUMUB (EMB.: 500G)



S/ GLÚTEN

Até **25%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA NUTRIFREE



Apenas **2,99€** UNID.

PÃO SEMENTES PACHAMAMA
EMB.: 450 G
6,64€/KG



10% Desconto Direto

ISENTO DE GLÚTEN

~~14,29€~~ **12,79€** UNID.

BOLO ANIVERSÁRIO INFANTIL S/ GLÚTEN
EMB.: 750 G
17,05€/KG



LATICÍNIOS

Até **35%** Sobre PVPR

Becel



Até **35%** Sobre PVPR

ProActiv



Mais de **35%** Sobre PVPR

Go Chill



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVP 1€ **0,89€** UNID.

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



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVP 1,14€ **1€** UNID.

LEITE UHT MATINAL
SELECIONADO MEIO GORDO
EMB.: 1L



Mais de **15%** Sobre PVPR

PVP 1,49€ **1,25€** UNID.

LEITE UHT SELECIONADO LIVRE MATINAL
MEIO-GORDO
EMB.: 1L



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVP 1,14€ **1€** UNID.

LEITE UHT BEM ESPECIAL MIMOSA
MAGRO/ MEIO GORDO
EMB.: 1 L



Mais de **15%** Sobre PVPR

PVP 2€ **1,68€** UNID.

LEITE C/ CHOCOLATE MIMOSA
EMB.: 4 X 200 ML
2,10€/L



10% Sobre PVPR

PVP 2,79€ **2,49€** UNID.

MANTEIGA MAGRA MATINAL
EMB.: 250 G
9,96€/KG



Mais de **10%** Sobre PVPR

PVP 2,49€ **2,19€** UNID.

MANTEIGA MILHAFRE
C/ SAL
EMB.: 250 G
8,76€/KG



Mais de **25%** Sobre PVPR

NOS CREMES P/ BARRAR DA MARCA PLANTA (EMB.: 1KG)



LATICÍNIOS E CONGELADOS

Até **30%** Sobre PVPR



25% Sobre PVPR



Até **25%** Sobre PVPR



Até **40%** Sobre PVPR



Até **35%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE IOGURTES KÉFIR DA MARCA NESTLÉ



Mais de **35%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE IOGURTES LÍQUIDOS DA MARCA ACTIVIA



1,69€ UNID.

IOGURTE MYTHOS CONTINENTE
FRAMBOESA E CHOCOLATE BRANCO
EMB.: 4 X 115 G
3,67€/KG

• Edição limitada



50% Sobre PVPR

NOS NUGGETS E DOURADINHOS DE FRANGO DA MARCA CAPITÃO IGLO



40% Sobre PVPR

PVPR 6,69€

3,99€ UNID.

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

CROCANTES
100% Peito de Frango



40% Sobre PVPR

PVPR 14,99€

8,99€ UNID.

HAMBÚRGUERES S/ GLÚTEN CAPITÃO IGLO
FRANGO
EMB.: 480 G
18,73€/KG

iglo
HAMBÚRGUERES
Momentos Saborosos



Até **50%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE DOURADINHOS DA MARCA CAPITÃO IGLO

Pesca Sustentável



25% Sobre PVPR

NOS FILETES PRIMAVERA DA MARCA IGLO

FILETES
Deliciosos e Crocantes



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS DA MARCA GREEN CUISINE

PROTEÍNA VEGETAL
0% carne, 100% sabor



Até **25%** Sobre PVPR

NOS PRODUTOS DE FORMATO FAMILIAR DA MARCA PESCANOVA



Até **50%** Sobre PVPR

NOS GELADOS DA MARCA SNICKERS



40% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

2,99€ UNID.

GELADO OLÁ
PERNA PAU/ CALIPPO SUPER MIX/ FIZZ LIMÃO/ CONE PERNA PAU
EMB.: 6 UNID/ 5 X 105 ML/ 6 X 60 ML/ 4 UNID
0,50€/UNID/ 5,70€/L/ 8,31€/L/ 0,75€/UNID



40% Sobre PVPR

NOS GELADOS AFTER DINNER, BOMBONIERA E CARAMEL&NUTS DA MARCA MAGNUM



25% Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE GELADOS DA MARCA SWEE



40% Sobre PVPR

NOS GELADOS PINTS DA MARCA MAGNUM



40% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

2,99€ UNID.

GELADO CARTE D'OR
BAUNILHA
EMB.: 1,3 L
+30%
2,30€/L



15% Sobre PVPR

NAS BATATAS MEDITERRÂNEAS DA MARCA MCCAIN



1,95€ UNID.

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



BEBIDAS

Mais de 10% Sobre PVPR
Juver

Mais de 10% Sobre PVPR
COMPAL fresco

Mais de 30% Sobre PVPR
fuze tea

Até 25% Sobre PVPR
Sumol

Mais de 20% Sobre PVPR
evian
6x1.5L
75cL

Até 20% Sobre PVPR
CASTELLO

Até 25% Sobre PVPR
SUPER BOCK ABADIA
NOVA EMBALAGEM
6x 33cl

20% Sobre PVPR
DESPERADOS

SUMOS

25% Sobre PVPR

PVPR 1,99€
1,49€ UNID.

SUMO 100% FRUTA ANDROS
FRUTAS TROPICAIS
+0,10€ VALOR DEPÓSITO
EMB.: 25 CL
5,96€/L

Mais de 20% Sobre PVPR
NUMA SELEÇÃO DE SUMOS DA MARCA INNOCENT (EMB.: 25CL E 33CL)

ICE TEAS

2,29€ UNID.
ÁGUA DE COCO CONTINENTE EQUILÍBRIO
EMB.: 1L

1,19€ UNID.
ICED TEA CONTINENTE
PÊSSEGO/ MANGA/ LIMÃO
+0,10€ VALOR DEPÓSITO
EMB.: 2 L
0,60€/L

ÁGUAS ALCALINAS

Apenas
1,65€ UNID.
ÁGUA S/ GÁS MONCHIQUE
EMB.: 5 L
0,33€/L

ÁGUAS C/ GÁS

Mais de 15% Sobre PVPR

PVPR 3,69€
2,99€ UNID.
ÁGUA C/ GÁS PEDRAS SALGADAS
NATURAL/ LEVÍSSIMA
EMB.: 6 X 33 CL
1,51€/L

ÁGUAS C/ GÁS SABORES

Até 25% Sobre PVPR
NAS ÁGUAS C/ GÁS DA MARCA PEDRAS SABORES (EMB.: 4X25CL)
NOVO PRODUTO AÇAÍ

COLAS

Mais de 10% Sobre PVPR
NOS REFRIGERANTES C/ GÁS DA MARCA COCA-COLA (EMB.: 1L)

REFRIGERANTES C/ GÁS

Até 15% Sobre PVPR
NOS REFRIGERANTE C/ GÁS DA MARCA FANTA (EMB.: 1.5L)
WANTA FANTA?
CUIDADO. ELES TAMBÉM QUEREM.

© 2026 THE COCA-COLA COMPANY.
FANTA É UMA MARCA REGISTADA DA THE COCA-COLA COMPANY.
Ghost Face ® é uma marca registada da Fun World Div., Easter Unlimited, Inc.
Todos os direitos reservados.
Ghost Face encontra-se protegido por registo de direitos de autor a nível mundial e é propriedade exclusiva da Fun World Div., Easter Unlimited, Inc.
Todos os direitos reservados.

ENERGÉTICAS

Até 30% Sobre PVPR
NAS BEBIDAS ENERGÉTICAS ORIGINAL DA MARCA RED BULL (EMB.: 25CL, 35.5CL E 47.3CL)
COMPRA
GANHA PRÉMIOS
Red Bull WINGS CUP
FC27

CERVEJA NACIONAL

Mais de 45% Sobre PVPR

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

Super Bock Sabor Autêntico
Há amizades que não se poupam. Brinda ao teu pack!
30x 25cl mini

Mais de 50% Sobre PVPR

PVPR 28,99€
13,99€ UNID.
CERVEJA C/ ÁLCOOL SAGRES
MINI, TARA PERDIDA
EMB.: 30 X 25 CL
1,87€/L

SAGRES MINI CERVEJA 30x 25cl

CERVEJA SEM ÁLCOOL

25% Sobre PVPR
NA CERVEJA 0.0% DA MARCA SUPER BOCK (EMB.: 6X33CL)
O mesmo espírito, sem álcool
NOVO PRODUTO
6x 33cl

SIDRAS

Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 5,85€
4,49€ UNID.
SIDRA C/ ÁLCOOL SOMERSBY
MAÇÃ/ BLACKBERRY
TARA PERDIDA
EMB.: 6 X 20 CL
3,74€/L

GARRAFEIRA

Até **65%** Desconto Direto



Até **70%** Sobre PVPR

VINHA DA VALENTINA



Até **20%** Sobre PVPR

Grant's



Até **30%** Sobre PVPR



60% Sobre PVPR

PVPR 4,99€

1,99€ UNID.



VINHO OUTEIRO DOS PINHEIROS
ALENTEJO, TINTO/ BRANCO/ ROSÉ
GARRAFA: 75 CL
2,65€/L

Mais de 60% Sobre PVPR

PVPR 6,49€

2,29€ UNID.



VINHO CAVALO BRAVO
TEJO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
3,05€/L

Mais de 30% Sobre PVPR

PVPR 5,99€

3,99€ UNID.



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

40% Sobre PVPR

PVPR 6,69€

3,99€ UNID.



VINHO CASAL GARCIA
LOUREIRO, VERDE, BRANCO
GARRAFA: 75 CL
5,32€/L

60% Sobre PVPR

PVPR 9,99€

3,99€ UNID.



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

35% Sobre PVPR

NOVO PRODUTO

PVPR 7,69€

4,99€ UNID.



VINHO EA
SYRAH/TOURIGA NACIONAL, ALENTEJO, TINTO
GARRAFA: 75 CL
6,65€/L

70% Sobre PVPR

PVPR 16,99€

4,99€ UNID.



VINHO TAPADA DAS LEBRES
SIGNATURE, ALENTEJO, TINTO/ BRANCO
GARRAFA: 75 CL
6,65€/L

20% Sobre PVPR

PVPR 19,99€

15,99€ UNID.



VINHO ESPORÃO
RESERVA, BIOLÓGICO, ALENTEJO, TINTO
GARRAFA: 75 CL
21,32€/L

Até **35%** Sobre PVPR

NESTA SELEÇÃO DE VINHOS BAG-IN-BOX

GRANDES FORMATOS



25% Sobre PVPR

PVPR 4,39€

3,29€ UNID.



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

Mais de 55% Sobre PVPR

PVPR 5,99€

2,49€ UNID.



COCKTAIL RIN-TIN-TIN
FRUTOS VERMELHOS/ LIMA MARACUJÁ
GARRAFA: 75 CL
3,32€/L

Sobre PVPR **Menos 1,50€**

PVPR 9,99€

8,49€ UNID.



ESPUMANTE RAPOSEIRA
RESERVA, BRUTO/ MEIO SECO/ DOCE, BRANCO
GARRAFA: 75 CL
11,32€/L

Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 26,69€

20,99€ UNID.



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

Mais de 20% Sobre PVPR

PVPR 12,99€

9,75€ UNID.



VODKA MOROSHA
SPRING
GARRAFA: 70 CL
13,93€/L

25% Sobre PVPR

PVPR 13,99€

10,49€ UNID.



CACHAÇA IRACEMA
GARRAFA: 70 CL
14,99€/L

20% Sobre PVPR

PVPR 23,49€

18,79€ UNID.



GIN GORDON'S
GARRAFA: 1 L

20% Sobre PVPR

PVPR 22,99€

18,39€ UNID.



TEQUILA JOSE CUERVO
REPOSADO
GARRAFA: 70 CL
26,27€/L

Sobre PVPR **Menos 1,50€**

PVPR 19,99€

18,49€ UNID.



AGUARDENTE VELHA CR&F
RESERVA
GARRAFA: 70 CL
26,41€/L

20% Sobre PVPR

PVPR 17,99€

14,39€ UNID.



WHISKY J&B
RARE
GARRAFA: 70 CL
20,56€/L

Mais de 25% Sobre PVPR

PVPR 26,99€

19,89€ UNID.



WHISKY THE FAMOUS GROUSE
GARRAFA: 1 L

SEJA RESPONSÁVEL. BEBA COM MODERAÇÃO.

HIGIENE E BELEZA

40% Sobre PVPR

syoss



Até **25% Sobre PVPR**

Herbal Essences



Até **25% Sobre PVPR**

AUSONIA DISCREET



Até **40% Sobre PVPR**

NA MARCA ELVIVE (EXCETO EMBALAGENS PEQUENAS)



Até **40% Sobre PVPR**

NA MARCA TRESEMMÉ (EXCETO EMB.: 100ML)



35% Sobre PVPR

NO GÉIS DE BANHO ADVANCED DA MARCA DOVE



MYLABEL

Apenas **1,29€** UNID.

GEL CABELO MYLABEL NORMAL/ EFEITO MOLHADO/ EXTRA FORTE
EMB.: 200 ML
6,45€/L



#napeledequemsegue

25% Sobre PVPR

NAS PASTAS DENTÍFRICAS MULTIPROTECTION DA MARCA SENSODYNE



MARCA DA SEMANA

35% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS REPARA E CUIDA DA MARCA NIVEA

40% Sobre PVPR

NOS PRODUTOS BLACK & WHITE DA MARCA NIVEA MEN (EXCETO MINIATURAS)



Mais de **15% Sobre PVPR**

NAS ESCOVAS MANUAIS, PASTAS DENTÍFRICAS E FIOS DA MARCA ORAL-B



50% Sobre PVPR

NAS FRALDAS DROPLINE T3 A T6 DA MARCA NUNEX



25% Sobre PVPR

NAS PASTAS DENTÍFRICAS RAPID DA MARCA SENSODYNE



25% Sobre PVPR

NOS PENSOS DIÁRIOS SALVASLIP NORMAL DA MARCA EVAX (EMB.: 50 UNID)



Até **35% Sobre PVPR**

NOS PRODUTOS ZONA ÍNTIMA DA MARCA VENUS (EXCETO RECARGAS)



Até **45% Sobre PVPR**

NAS TOALHITAS SENSITIVE DA MARCA NUNEX (EXCETO BOXES)



15% Sobre PVPR

NOS PENSOS HIGIÉNICOS COTTONLIKE GRANDES FORMATOS DA MARCA EVAX



50% Sobre PVPR

NAS TOALHITAS DA MARCA CHICCO



35% Sobre PVPR

NAS BOXES SENSITIVE EXTRA DA MARCA DODOT



15% Sobre PVPR

NAS TOALHITAS AZUL DA MARCA DODOT



35% Sobre PVPR

NA BOX DE FRALDAS SENSITIVE T3 DA MARCA DODOT (EMB.: 148 UNID)



MYLABEL

50% Desconto Direto

NAS MÁSCARAS DE PESTANAS CURL JAM/ LASH DEFINE/ LIFT OFF DA MARCA MYLABEL (EMB.: 1UNID)



#napeledequemsegue

HIGIENE E BELEZA

Mais de **45%** Sobre PVPR

lactovit



Até **50%** Sobre PVPR

NATURAL HONEY



Até **35%** Sobre PVPR

Rexona



Até **35%** Sobre PVPR

Old Spice



35% Sobre PVPR

AXE



Até **50%** Sobre PVPR

Sanex



25% Sobre PVPR



30% Sobre PVPR

CONTROL
Feel make feel



Até **50%** Sobre PVPR

FENO de Portugal



LIMPEZA DO LAR

MARCA DA SEMANA
Persil
50 CARRINHOS DE COMPRAS
NO VALOR DE 350€ CADA
TODOS OS MESES

Até **60%** Sobre PVPR

Persil





Persil
DUAL POWER FRESH
PODER CONTRA AS NÓDOAS
FRESCURA DURADOURA

DETERGENTES ROUPA

50% Sobre PVPR

PVPR 8,99€
4,49€ UNID.

DETERGENTE LÍQUIDO P/ MÁQUINA DA ROUPA SOFLAN
EMB.: 22 DOSES
0,20€/DOSE



60% Sobre PVPR

PVPR 34,98€
13,99€ UNID.

DETERGENTE LÍQUIDO P/ MÁQUINA DA ROUPA A+ OPTIMAL
EMB.: 100 DOSES



AMACIADORES ROUPA

Até **50%** Sobre PVPR

NOS AMACIADORES CONCENTRADOS DAS MARCAS QUANTO, SURF E VERNEL



50% Sobre PVPR

PVPR 3,99€
1,99€ UNID.

AMACIADOR CONCENTRADO SURF
EXTRA EFICÁCIA
EMB.: 62 DOSES
0,03€/DOSE



INTENSIFICADORES ROUPA

Até **60%** Sobre PVPR

NOS INTENSIFICADORES DE PERFUME (EXCETO MARCA CONTINENTE)



50% Sobre PVPR

PVPR 11,99€
5,99€ UNID.

INTENSIFICADOR DE PERFUME PÉROLA ELIXIR COMFORT
BRISA/ PURE
EMB.: 460 ML



LEVA A 13,02€

3,59€ UNID.

DETERGENTE LÍQUIDO P/ MÁQUINA DE ROUPA CONTINENTE
SABÃO NATURAL/ BRISA AZUL
EMB.: 40 DOSES
0,09€/DOSE



3,15€ UNID.

PERFUMADOR CONTINENTE
COLÓNIA/ LÍRIOS E MORANGOS/ FLORAL
EMB.: 36 DOSES
0,09€/DOSE



LIMPEZA DO LAR

Até **50%** Sobre PVPR

Bref



Até **50%** Sobre PVPR

Sonasol



LIMPA VIDROS

40% Sobre PVPR

PVPR 3,59€

2,15€ UNID.

SPRAY LIMPA VIDROS AJAX
ANTI EMBACIAMENTO; CRISTAL/ TRIPLA AÇÃO
EMB.: 500 ML
4,30€/L



AMBIENTADORES

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



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



DETERGENTES MÁQUINA

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



DETERGENTES MANUAIS

Até **20%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE DETERGENTES MANUAIS P/ LOIÇA DA MARCA FAIRY



25% Sobre PVPR

PVPR 3,99€

2,99€ UNID.

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



Mais de **20%** Sobre PVPR

PVPR 8,99€

6,99€ UNID.

DETERGENTE MANUAL LOIÇA FAIRY
LIMÃO
EMB.: 2 X 900 ML
3,88€/L



PAPEL HIGIENICO

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 **60%** Sobre PVPR

NUMA SELEÇÃO DE ROLOS DE COZINHA DAS MARCAS RENOVA E FOXY



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



1,89€ UNID.

LIMPEZA SANITÁRIO CONTINENTE
PÓ ATIVO
EMB.: 4 X 60 G
7,88€/KG

NOVO PRODUTO



3,79€ UNID.

DETERGENTE EM GEL P/ MÁQUINA LIMÃO POWER+ CONTINENTE
REF.: 8821958/ 59
EMB.: 36 DOSES



4,99€ UNID.

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



4,65€ UNID.

PASTILHAS ANTICALCÁRIO CONTINENTE
3 EM 1
EMB.: 60 UNID
0,08€/UNID



1,49€ UNID.

AMBIENTADOR MÁQUINA LOIÇA CONTINENTE
LIMÃO
EMB.: 1 DOSE



4,69€ UNID.

ROLO DE COZINHA MULTIUSOS CONTINENTE
DECORADO
EMB.: 1 ROLO



1,19€ UNID.

LENÇOS FACIAIS CONTINENTE
EMB.: 200 UNID
0,01€/UNID



loja, site e app

E ESTA NOVIDADE?

TRILOGIA SASHIMI

BASTA DESCONGELAR E FATIAR

COM MOLHO DE SOJA E MEL E MOSTARDA



Molhos incluídos na embalagem

Apenas

10,99€ UNID.

TRILOGIA SASHIMI CONTINENTE SELEÇÃO
CONGELADA
EMB.: 500 G
+ MOLHO INCLUÍDO
21,98€/KG

IA

CONTINENTE

É DE TODA A GENTE

MARCA DA SEMANA

Persil

NIVEA

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 13 a 19 de outubro de 2026, salvo rutura de stocks ou erro tipográfico. Adereços não incluídos. Modelo Continente Hipermercados, S.A (anunciante); Sede: Rua João Mendonça, n.º 505 - Senhora da Hora, 4464-503 Matosinhos; Matriculada na C.R.C. do Porto sob o n.º 502 011 475/NIPC; Capital Social 403.827.000,00 Euros. Os descontos em Cartão Continente têm a validade a partir do dia seguinte à sua emissão. O desconto só pode ser utilizado em produtos e não é convertível em dinheiro. Não acumula com outras campanhas em vigor. "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