

DE 3 (QUINTA) A 9 (QUARTA)
DE SETEMBRO DE 2026

Intermarchê

9,39€
/Unid.

CAFÉ EM CÁPSULAS
DOLCE GUSTO

Nescafé

Buondi, Sical,
Buondi Intenso,
Buondi Robusto,
Ristreto Ardenza,
Ristreto Intenso, Napoli,
Buondi + Oferta
Adaptador NEO
30 Cápsulas
0,31€/Cápsula



10,99€
/Unid.

BEIRÃO

Licor
0,70 L - 15,70€/L



PROMOÇÃO
DE 3 A 9
DE SETEMBRO

POUPE
20%

1,99€
/Unid.

BATATA FRITA
CORTE WAFLE
Saint Eloi
750 g - 2,65€/kg

+35%
0,70€/Unid.!

GANHE
35%
em cartão^(*)



* Nas lojas com embalamento próprio, preço válido apenas nos produtos embalados em loja e na gramagem indicada ou superior.

de 3 (quinta) a
9 (quarta) de setembro

GANHE
25%
EM CARTÃO²

NOS GELADOS
DESTE
FOLHETO

²A descontar de
10 a 16 de setembro

ISTO É QUE É!
POUPAR

de 7 (segunda) a
9 (quarta) de setembro

GANHE
25%
EM CARTÃO³

NAS FRALDAS
E TOALHITAS
DE BEBÊ

³A descontar de
10 a 16 de setembro

ISTO É QUE É!
POUPAR

1

7,99€*
/kg

NOVILHO

Carne p/ Estufar,
Carne p/ Cozer c/ Osso,
Carne Picada

Preço válido
a partir de 800 g

2

9,99€*
/kg

NOVILHO

Bife da Pã e Acem,
Costeletão,
Carne p/ Assar

Preço válido
a partir de 800 g

1

2

3

3

12,99€*
/kg

NOVILHO

Bife da Perna
(Pojadouro e
Rabadilha)

Preço válido
a partir de 800 g

100%
nacional



10,99€
/kg

FIAMBRE DA PERNA
EXTRA
PorSi

Embalado em 200 g
loja a partir de



AQUI POUPA
30%

6,99€*
/Unid.
4,89€
/Unid.

CREME P/ BARRAR
Nutella
600 g - 8,15€/kg



AQUI POUPA
25%

1,99€*
/Unid.
1,48€
/Unid.

APERITIVOS
Cheetos
Palitos
96 g - 15,42€/kg;
Rolitos
100 g - 14,80€/kg;
Futebolas
130 g - 11,38€/kg



2,89€
/Pack

REFRIGERANTE
C/ GÁS
Pepsi
Original
Pack: 2 x 1,75 L
0,83€/L
ACRESCE VALOR
DE DEPÓSITO DE: 2 X 0,10€



0,99€
/Unid.

ÁGUA S/ GÁS
Caldas de
Penacova
5 L - 0,20€/L



2,79€
/Unid.

DENTÍFRICO
Sensodyne
Branqueadora,
Proteção Diária,
Limpeza e Frescura, Gengivas
75 ml - 37,20€/L
Esmalte Junior, Esmalte kids
50 ml - 55,80€/L



2,79€
/Unid.

GEL DE BANHO
Vaseline
Hidra Essencial,
Rosas e Jasmim,
Smooth Care
700 ml - 3,99€/L



AQUI POUPA
51%
19,99€*
/Unid.
9,79€
/Unid.

PAPEL HIGIÊNICO
Scottex
Gigante
18 = 54 Rolos - 0,54€/Rolo



1,09€
/Unid.

ROLO DE COZINHA
Renova
Max Absorption
Extra XXL
1 Rolo



6,49€
/Unid.

DETERGENTE LÍQUIDO
MANUAL P/ LAVAR LOIÇA
Fairy
Ultra I Limão
2 x 900 ml - 3,61€/L



ISTO É
QUE SÃO!
PREÇOS BAIXOS

* Sobre referência de mercado - O preço de referência de mercado é um preço indicativo, com base num levantamento efetuado nos dias 24 a 23 de julho de 2026, por uma entidade externa e idônea.

GANHE
35%
em cartão⁽¹⁾
Nesta seleção de produtos



A nossa marca

Saint Eloi

1

2,49€
/Unid.

**FEIJÃO VERDE
MUITO FINO**
Saint Eloi
800 g - 3,11€/kg

+35%

0,87€/Unid.¹

2

1,09€
/Unid.

TOMATE TRITURADO
Saint Eloi
500 g - 2,18€/kg

+35%

0,38€/Unid.¹

3

1,59€
/Unid.

LENTILHAS
Saint Eloi
400 g - 3,98€/kg

+35%

0,56€/Unid.¹



4

1,39€
/Unid.

POLPA DE TOMATE
Saint Eloi
c/ Cebola e Alho
500 g - 2,78€/kg

+35%

0,49€/Unid.¹

5

2,99€
/Pack

**ERVILHAS EXTRA
FINAS**
Saint Eloi
Pack: 3 x 200 g - 4,98€/kg

+35%

1,05€/Pack¹

6

2,99€
/Pack

**ERVILHAS
EXTRAFINAS
E CENOURA BABY**
Saint Eloi
Pack: 3 x 200 g - 4,98€/kg

+35%

1,05€/Pack¹

Intermarché
VIVER BEM AO MELHOR PREÇO

35
anos



0,79€
/kg

MELÃO
Branco, Verde
Inteiro
Categoria: II



0,99€
/kg

MELANCIA
Mini
Categoria: II



2,49€
/kg

NECTARINA
Categoria: II



PROMOÇÃO
DE 3 A 9 DE SETEMBRO

~~2,19€~~
/kg

1,89€
/kg

POUPE
13%

**MAÇÃ ROYAL
GALA**
Categoria: II
Calibre: 70/75



1,69€
/kg

TOMATE SALADA
Categoria: II
Calibre: 67/82



AS MELHORES PROMOÇÕES DE 3 A 9 DE SETEMBRO

~~2,49€~~
/kg

1,99€
/kg

POUPE
20%

PERA ROCHA
Categoria: II
Calibre: 60/65



~~2,99€~~
/kg

2,69€
/kg

POUPE
10%

**MANGA
MATURADA**
Categoria: II



~~3,49€~~
/kg

2,99€
/kg

POUPE
14%

KIWI
Categoria: II



~~2,89€~~
/Unid.

1,99€
/Unid.

POUPE
31%

UVA S/ GRAINHA
Porsí
Programa Origens
Branca, Preta
Categoria: II
Emb.: 500 g - 3,98€/kg
Origem: Portugal



~~2,29€~~
/Unid.

1,99€
/Unid.

POUPE
13%

AMORA
Categoria: II
Emb.: 125 g
15,92€/kg



~~1,09€~~
/kg

0,89€
/kg

POUPE
18%

CENOURA
Categoria: II



~~1,69€~~
/kg

0,99€
/kg

POUPE
41%

COUVE-LOMBARDA
Programa Origens
Categoria: II
Origem: Portugal



~~5,99€~~
/Unid.

4,49€
/Unid.

POUPE
25%

BATATA
Branca, Roxa
Categoria: II
Emb.: 10 kg - 0,45€/kg





3,99€
/kg

CARAPAU PEQUENO
Fresco

11,99€
/kg

PERCA-DO-NILO
À Posta
Fresca

Origins
PROGRAMA
Portugal

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

9,99€
/kg

ROBALO DE VIVEIRO
Programa Origins
de 300 a 600 g
Fresco
Origem: Portugal

9,99€
/kg

PEIXE-ESPADA-PRETO
Inteiro
Fresco

11,99€
/kg

LULA
Inteira
Descongelada

9,99€
/Unid.

CAMARÃO COZIDO 30/50
Emb.: 1 kg

2,79€
/kg

SARDINHA
Congelada

3,59€
/kg

PESCADA-DA-ARGENTINA
Pequena
- de 500 g
Congelada

9,99€
/kg

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

4,79€
/kg

RED-FISH
de 300 a 500 g
Congelado

4,99€
/kg

POTA
Inteira
Congelada

3,29€
/Unid.

DESFIAO DE PALOCO
Emb.: 400 g - 8,23€/kg

PEIXARIA



4,49€*
/kg

PORCO
Costeleta do Lombo



Preço válido a partir de **1 kg**

4,49€*
/kg

PORCO
Rojões



Preço válido a partir de **1 kg**

6,59€*
/kg

PORCO
Lombinho



Preço válido a partir de **1 kg**

6,79€*
/kg

PORCO
Tira de Entrecosto



Preço válido a partir de **1 kg**

5,39€
/kg

SALSICHA FRESCA
Porco



4,79€
/Unid.

HAMBÚRGUER
PorSi/Intermarchê
Novilho
Emb.: 400 g - 11,97€/kg



6,49€*
/kg

FRANGO
Bife



Preço válido a partir de **1 kg**

7,39€
/kg

PERU
Espetada



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

4,48€
/kg

PATO C/ MIÚDOS
PorSi
Programa
Origens
Inteiro
Origem: Portugal



8,39€
/kg

FRANGO
PorSi/Intermarchê
Stroganoff
Embalado



1,49€
/Unid.

**BOLA DE BERLIM
C/ CREME**
Pistacho Kadayif
110 g - 13,55€/kg



0,11€
/Unid.

PÃO BIJOU
55 g - 2,00€/kg



0,18€
/Unid.

BOLA DE MISTURA
80 g - 2,25€/kg



0,18€
/Unid.

**BOLA DE MISTURA
CENTEIO BAVIERA**
90 g - 2,00€/kg



0,69€
/Unid.

**PÃO DA AVÓ
ALONGADO**
400 g - 1,72€/kg



0,85€
/Unid.

**FOLHADO DE
SALSICHA**
110 g - 7,73€/kg



0,89€
/Unid.

LANCHE MISTO
130 g - 6,85€/kg



0,99€
/Unid.

**CROISSANT
PORTO**
100 g - 9,90€/kg



**PREÇOS
ACABADINHOS**
de sair do forno



0,79€
/Unid.

CROISSANT
Creme,
Chocolate
100 g - 7,90€/kg

0,69€
/Unid.

**PASTEL DE NATA
PREMIUM**
70 g - 9,86€/kg



0,79€
/Unid.

BAGUETE CONSTANCE
Original
250 g - 3,16€/kg;
C/ Cereais - **0,99€/Unid.**
250 g - 3,96€/kg

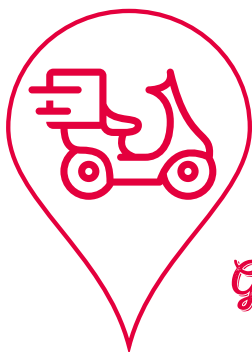


1,49€
/Unid.

**PÃO DE FORMA
DE RIO MAIOR**
Regional, Escuro
500 g - 2,98€/kg



PADARIA E PASTELARIA



PRONTINHOS A LEVAR

*Ganhe tempo para si
com as nossas
deliciosas sugestões!*

QUINTA-FEIRA



2,50€
/250g

9,99€/kg | LASANHA DE CARNE

SEXTA-FEIRA



3,00€
/250g

11,99€/kg | BACALHAU ESPIRITUAL

SÁBADO



2,75€
/250g

10,99€/kg | ARROZ DE PATO

DOMINGO



2,75€
/250g

10,99€/kg | MASSA GRATINADA À CARBONARA

SEGUNDA-FEIRA



4,00€
/250g

15,99€/kg | FEIJOADA DE CHOCOS

TERÇA-FEIRA



3,25€
/250g

12,99€/kg | SALADA DE ORELHA

QUARTA-FEIRA



1,99€
/Unid.

PIZZA
Fiambre
171 g - 11,64€/kg;
Pepperoni, Atum,
Vegetais
170 g - 11,71€/kg

0,75€
/250g

2,99€/kg | CALDO VERDE

AQUI
POUPA DESDE

20%

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
PASTA DO DIA⁽⁴⁾

POR
EXEMPLO:

2,99€
/Unid.

2,39€
/Unid.

MASSA TENRA

Pasta do Dia

300 g - 7,97€/kg



3,19€
/Unid.

PIZZA

Campofrio

Legumes e Queijo,
Carbonara, Fiambre e Queijo
360 g - 8,86€/kg;
Barbecue
410 g - 7,78€/kg
Refrigerada



1,75€
/Unid.

CHEESEBURGER

Snock

De Frango,
de Vaca,
de Porco
100 g - 17,50€/kg



4,49€
/Unid.

LASANHA ã BOLONHESA

Monique Ranou/
Intermarchê

Refrigerada
1 kg



3,29€
/Unid.

ARROZ DE PATO

Intermarchê

250 g - 13,16€/kg
Refrigerado



2,49€
/Unid.

SOPA FRESCA

PorSi

Creme de Legumes,
Creme de Cenoura,
Agrião
800 g - 3,11€/kg;
2,89€/Unid.
Creme de Coentros
s/ Batata
800 g - 3,61€/kg



AQUI
POUPA ATÉ

21%

NA CHARCUTARIA
EMBALADA CUIDA-T+
NOBRE

POR
EXEMPLO:

2,55€
/Unid.

1,99€
/Unid.

FIAMBRE DA
PERNA EXTRA
CUIDA-T+
Nobre

Fatias Finas
110 g - 18,09€/kg



3,99€
/Unid.

FIAMBRE SUPERIOR

LE TORCHONAY

PorSi Select

220 g - 18,14€/kg



2,49€
/Unid.

Elpozo

FIAMBRE DA PERNA
EXTRA DUROC;
PEITO DE PERU, PEITO
DE PERU + PROTEÍNA,
PEITO DE FRANGO +
PROTEÍNA

Fatias
120 g - 20,75€/kg;
2,69€/Unid.
FIAMBRE DA PERNA
EXTRA S/ ADITIVOS
130 g - 20,69€/kg;
FIAMBRE DE PERU
C/ TRUFAS E BOLETUS
120 g - 22,42€/kg



3,29€
/Unid.

PRESUNTO

FATIADO

PorSi

Cura de 6 Meses
200 g - 16,45€/kg



1,99€
/Unid.

Nobre

SALSICHAS
DE CHURRASCO

Brasileiras, Frango
220 g - 9,05€/kg;
1,85€/Unid.
SALSICHAS HOT DOG

Pão
275 g - 6,73€/kg;
2,39€/Unid.
Prato
350 g - 6,74€/kg



3,69€
/Unid.

SALMÃO FUMADO

PorSi

100 g - 36,90€/kg;
6,99€/Unid.
200 g - 34,95€/kg



TAKE-AWAY

CHARCUTARIA



11,99€
/kg

Salsicharia
Limiana
PEITO DE FRANGO;
13,49€/kg
PEITO DE PERU

Embalado em
loja a partir de 200 g

**PRODUTO
DO MÊS**

PREÇO
DE 3 A 30
DE SETEMBRO

19,39€
/kg

PRESUNTO S/ OSSO
Sicarze
Cura 10 Meses



Embalado em
loja a partir de 200 g

18,95€
/kg

Elpozo
SALSICHÃO MONTANHÊS;
CHOURIÇO NOBREZA



Embalado em
loja a partir de 150 g

9,99€
/kg

QUEIJO CURADO
D. Pedro
Meio-Gordo



Embalado em loja

**PRODUTO
DO MÊS**

PREÇO
DE 3 A 30
DE SETEMBRO

9,79€
/kg

QUEIJO FLAMENGO
BOLA
Limiano



Embalado em loja

7,99€
/kg

QUEIJO FLAMENGO
BARRA
Mimosa



Embalado em
loja a partir de 250 g

1,80€
/Unid.

QUEIJO FLAMENGO
PorSi
Fatias
200 g - 9,00€/kg;
3,99€/Unid.
500 g - 7,98€/kg



DESDE
1,68€
/Unid.

NOS QUEIJOS EDAM E
GOUDA FATIAS
PorSi e PorSi
VivaBem

QUEIJO EDAM
PorSi
Fatias
200 g - 8,40€/kg



2,99€
/Unid.

QUEIJO
Santiago
Regional, Serra da Vila,
Regional c/ Pimentão



**AQUI
POUPA ATÉ**
12%

POR
EXEMPLO: 6,59€*
/Unid.

5,79€
/Unid.

QUEIJO MINAS
FRESCAL
Indulac

NOS QUEIJOS
INDULAC



INABILITA-TE
A GANHAR UMA
AVENTURA PIXAR NA
Disneyland Paris



SABEMOS DA
lanchedosamigos.pt

4,49€*
/Unid.

3,79€
/Unid.

AQUI POUPA
15%

QUEIJO
A Vaca
Que Ri
Original, Light
24 Porções
375 g - 10,11€/kg



2,49€*
/Unid.

1,86€
/Unid.

AQUI POUPA
25%

QUEIJO
P/ BARRAR
Philadelphia
Ervas Finas,
Cabra/Alecrim,
s/ Lactose
150 g - 12,40€/kg



Promoção válida de 15 de agosto a 30 de setembro de 2026 em Portugal Continental e Ilhas.
Para mais informações, consulte o regulamento em lanchedosamigos.pt. Prémio não convertível em dinheiro.

* Sobre referência de mercado - O preço de referência de mercado é um preço indicativo, com base num levantamento efetuado nos dias 24 a 28 de julho de 2026, por uma entidade externa e idónea.

Intermarché



0,86€
/Unid.

LEITE UHT
Grosso
Meio-Gordo,
Magro
1L
Pack: 6 x 1L
5,16€/Pack



1,14€*
/Unid.

1,00€
/Unid.

LEITE ESPECIAL
CÁLCIO
+ VITAMINA D
Mimosa
Meio-Gordo,
Magro
1L
Pack: 6 x 1L
6,00€/Pack



0,95€
/Unid.

BEBIDA VEGETAL
PorSi VivaBem
Aveia
1L
Pack: 6 x 1L - **5,70€/Pack**;
1,29€/Unid.
Avelã;
Pâturages
Aveia No Milk
1L
Pack: 6 x 1L - **7,74€/Pack**;
1,19€/Unid.
Aveia Barista 0%
Açúcares Adicionados
1L
Pack: 6 x 1L - **7,14€/Pack**



7,04€
/Pack

LEITE UHT
Mimosa
Meio-Gordo
Pack: 8 x 1L
0,88€/L

FICA A
0,88€
/L



0,85€
/Unid.

NATA P/ BATER
Grosso
200 ml - 4,25€/L



AQUI
POUPA ATÉ
18%

1,00€
/Unid.

NAS
NATAS SIMPLES
PARMALAT

NATA UHT
P/ CULINÁRIA
Parmalat
200 ml - 5,00€/L



AQUI
POUPA DESDE
10%

1,97€
/Unid.

NOS CREMES
VEGETAIS
E PLANTEIGA
PLANTA

CREME
VEGETAL
Planta
Original
225 g
8,76€/kg



AQUI
POUPA ATÉ
40%

2,99€
/Unid.

NOS CREMES
VEGETAIS
VAQUEIRO

CREME VEGETAL
P/ CULINÁRIA
Vaqueiro
1kg



1,79€
/Unid.

IOGURTE
NATURAL
Pâturages
Magro
8 x 125 g
1,79€/kg



1,89€
/Unid.

IOGURTE LÍQUIDO
MAGRO
Danone
Morango,
Morango/Kiwi,
Frutos Tropicais
4 x 155 g
3,05€/kg



2,39€
/Unid.

IOGURTE
MAGRO
Mimosa
Aroma:
Vários Sabores
8 x 120 g
2,49€/kg;
1,99€/Unid.
6 x 120 g
2,76€/kg



1,99€
/Unid.

IOGURTE
SÓLIDO MAGRO
S/ LACTOSE
Mimosa
Morango,
Natural,
Coco, Mirtilo
4 x 120 g
4,15€/kg;
3,99€/Unid.
Natural
1kg



1,99€
/Unid.

ACTIVA LÍQUIDO
000%
Danone
Aveia/Noz, Ananás
4 x 155 g - 3,21€/kg



3,19€
/Unid.

NOS ACTIMEL
DANONE

ACTIMEL
Danone
Tutti-Frutti,
Morango, Natural
6 x 100 g - 5,32€/kg



1,05€
/Unid.

KEFIR LÍQUIDO
Pâturages
Natural
500 g - 2,10€/kg;
1,49€/Unid.
PorSi VivaBem
Manga
500 g - 2,98€/kg



1,15€
/Unid.

IOGURTE PROTEICO
Pâturages
Morango/Banana,
Frutos Tropicais
280 g - 4,11€/kg



1,29€
/Unid.

NOS IOGURTES
PROTEÍNA
YOPRO

IOGURTE
PROTEÍNA YOPRO
Danone
Manteiga de
Amendoim e Banana,
Mirtilo, Morango
160 g - 8,06€/kg



LATICÍNIOS

LATICÍNIOS



1,79€
/Unid.

IOGURTE PROTEICO
Pâturages
Stracciatella,
Morango, Natural
4 x 125 g - 3,58€/kg



1,49€
/Unid.

IOGURTE AROMA
PorSi
Morango/Banana
8 x 125 g - 1,49€/kg



1,69€
/Unid.

IOGURTE DE FRUTA BATIDA
Mimosa
Lanchinho Boom:
Banana/Laranja/Bolacha,
Morango,
Morango/Banana
4 x 120 g - 3,52€/kg



1,09€
/Unid.

IOGURTE MAGRO
PorSi VivaBem
Manga
6 x 125 g - 1,45€/kg;
1,19€/Unid.
Morango
6 x 125 g - 1,59€/kg



4,69€
/Unid.

IOGURTE FRUTIMAX
Pâturages
c/ Pedacos
Frutos Variados
16 x 125 g
2,35€/kg;
4,99€/Unid.
Cremoso
Vários
Sabores
16 x 125 g
2,50€/kg



2,59€
/Unid.

IOGURTE OIKOS
Danone
Natural,
Açucarado
4 x 110 g
5,89€/kg;
4,79€/Unid.
Natural
900 g
5,32€/kg



AQUI POUPA ATÉ 29%

POUR EXEMPLO: 28,49€
*/Unid.
19,99€
/Unid.

BACALHAU
Riberalves
Lombos
4 Meses Cura
550 g
36,35€/kg

NO BACALHAU CURA 4 MESES RIBERALVES



AQUI POUPA DESDE 20%

POUR EXEMPLO: 7,49€
*/Unid.
5,99€
/Unid.

MIOLO DE CAMARÃO COZIDO 40/60
Pescanova
200 g
29,95€/kg

NUMA SELEÇÃO DE MIOLO DE CAMARÃO E CAMARÃO C/ CASCA PESCANOVA (4)



AQUI POUPA DESDE 25%

POUR EXEMPLO: 6,69€
*/Unid.
4,99€
/Unid.

CORDON BLEU
Iglo
200 g
24,95€/kg

NOS CORDON BLEU E CROCANTE IGLO



3,99€
/Unid.

ARROZ DE PATO
PorSi
400 g - 9,98€/kg



3,49€
/Unid.

PAELLA DE MARISCO
PorSi
500 g - 6,98€/kg



1,69€
/Unid.

AROS DE CEBOLA
PorSi
450 g - 3,76€/kg



2,99€
/Unid.

CANNELLONI
Monique Ranou
De Atum
300 g - 9,97€/kg;
2,90€/Unid.
PorSi
De Cogumelos
300 g - 9,67€/kg



AQUI POUPA 40%

POUR EXEMPLO: 4,99€
*/Unid.
2,99€
/Unid.

GELADO
Olá
Perna de Pau
6 x 70 ml - 7,12€/L

NOS GELADOS INFANTIS OLÁ



AQUI POUPA ATÉ 50%

POUR EXEMPLO: 5,99€
*/Unid.
2,99€
/Unid.

GELADO
Carte D'or
Salted Caramel
825 ml - 3,62€/L

NUMA SELEÇÃO DE GELADOS CARTE D'OR (4)



Essenciais da casa

Tudo o que precisa sempre à mão.

0,79€
/Unid.

LEITE UHT
Top Budget
Meio-Gordo,
Magro
1L
Pack: 6 x 1L
4,74€/Pack



2,44€*
/Unid.

2,19€
/Unid.

AQUI POUPA
10%

MANTEIGA
Primor
c/ Sal, s/ Sal
250 g - 8,76€/kg



0,79€
/Unid.

CREME VEGETAL
P/ CULINÁRIA
PorSi
250 g - 3,16€/kg;
2,49€/Unid.
1 kg



1,99€
/Unid.

IOGURTE ACTIVIA
Líquido
Danone
Vários Sabores
4 x 155 g - 3,21€/kg



1,79€
/Unid.

IOGURTE TIPO GREGO
PorSi/Pâturages
Stracciatella
4 x 125 g - 3,58€/kg;
1,65€/Unid.
Vários Sabores
4 x 125 g - 3,30€/kg



1,89€
/Unid.

IOGURTE DE AROMA
Mimosa
Morango + Tutti Fruti + Coco;
Morango + Ananás + Banana
8 x 120 g - 1,97€/kg;
1,79€/Unid.
Natural
8 x 120 g - 1,86€/kg



2,09€
/Unid.

IOGURTE NATURAL
PorSi
12 x 125 g - 1,39€/kg



AQUI POUPA ATÉ
30%

POR EXEMPLO: **11,49€***
/Unid.
7,99€
/Unid.

TRANCHES DE SALMÃO SELVAGEM
Iglo
250 g - 31,96€/kg



20,99€
/Unid.

BACALHAU
PorSi
Lombos
800 g - 26,24€/kg ❄️



AQUI POUPA
40%

POR EXEMPLO: **16,69€***
/Unid.
9,99€
/Unid.

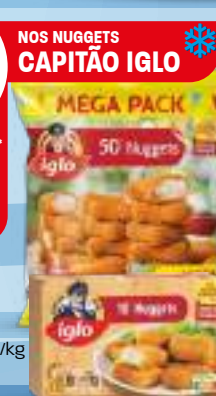
8 HAMBURGERS S/ GLÚTEN
Capitão Iglo
Vaca
640 g - 15,61€/kg



AQUI POUPA DESDE
50%

POR EXEMPLO: **5,99€***
/Unid.
2,99€
/Unid.

10 NUGGETS DE FRANGO
Capitão Iglo
Frango
208 g - 14,38€/kg



AQUI POUPA
24%

POR EXEMPLO: **4,99€***
/Unid.
3,79€
/Unid.

PIZZA RISTORANTE
Dr.Oetker
Prosciutto
340 g - 11,15€/kg



1,85€
/Unid.

BATATA PRÉ-FRITA
PorSi
Clássicas
1 kg ❄️



PROMOÇÃO
DE 3 A 9
DE SETEMBRO

6,99€
/Unid.

34 PASTÉIS DE BACALHAU
Carina ❄️
1 kg





AQUI
POUPOU ATÉ
34%

NAS BOLACHINHAS E
SNACK'S NUTRIPUFFS
CERELAC

POR
EXEMPLO: 3,19€
/Unid.
2,09€
/Unid.

**BOLACHINHAS
CERELAC**
180 g - 11,61€/kg



AQUI
POUPOU ATÉ
26%

NOS PURÊS DE FRUTA DE 4 X 100 G,
BOIÕES DE 190 G E SNACK'S DE 28 G
NESTLÉ

POR
EXEMPLO: 1,42€
/Unid.
1,04€
/Unid.

**SNACK HAPPY
PUFFS**
Nestlé
Morango
28 g - 37,14€/kg



AQUI
POUPOU ATÉ
34%

NA MARCA
YOGOLINO

POR
EXEMPLO: 1,29€
/Unid.
0,84€
/Unid.

**YOGOLINO
Nestlé**
Banana
100 g
8,40€/kg



6,29€
/Unid.

**FARINHA LÁCTEA
CERELAC**

Nestlé
Original
900 g - 6,99€/kg;
5,95€/Unid.
Farinha Láctea
-40% Menos Açúcar
900 g - 6,61€/kg



AQUI
POUPOU DESDE
20%

NUMA SELEÇÃO DE LEITES
APTAMIL⁽⁴⁾

POR
EXEMPLO: 17,89€
/Unid.
14,29€
/Unid.

**LEITE
REGULAR**
Aptamil 2
800 g - 17,86€/kg



AQUI
POUPOU DESDE
12%

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
JOHNSON'S BABY⁽⁴⁾

POR
EXEMPLO: 8,29€
/Unid.
5,79€
/Unid.

GEL DE BANHO
Johnson's Baby
Bons Sonhos
750 ml - 7,72€/L



16,39€
/Unid.

**FRALDAS ACTIVITY EXTRA
Dodot**
T5 c/ 48 Unid. - 0,34€/Unid.;
T6 c/ 44 Unid. - 0,37€/Unid.;
T3 c/ 60 Unid. - 0,27€/Unid.;
T4 c/ 52 Unid. - 0,32€/Unid.



AQUI
POUPOU
25%

NUMA SELEÇÃO DE
FRALDAS CUECA
DODOT⁽⁴⁾

POR
EXEMPLO: 11,99€
/Unid.
8,99€
/Unid.

FRALDA CUECA
Dodot
T6 c/ 27 Unid.
0,33€/Unid.



4,74€
/Unid.

**RECARGA TOALHITAS
SENSITIVE**
Dodot
4 x 56 Unid. - 1,19€/Unid.



1,19€
/Unid.

TOALHITAS P/ BEBÊ
PorSi
Pure
64 Unid. - 0,02€/Unid.



DE 7 A 9
DE SETEMBRO
**E CLIENTES
C/ CARTÃO³
ACUMULAM +25%**

0,30€/Unid.

4,99€
/Unid.

RESGUARDO BEBÊ
PorSi
Dim.: 60 x 60 cm
20 Unid. - 0,25€/Unid.





1,34€
/Unid.

PÃO DE FORMA
Chabrior
Torradas
820 g - 1,63€/kg



AQUI
POUPA DESDE
15%

POR
EXEMPLO: 2,49€
/Unid.
1,99€
/Unid.

**PÃO
DE FORMA
FAMILIAR**
Bimbo
c/ Cêdea
700 g - 2,84€/kg

NUMA SELEÇÃO
DE PÃO
BIMBO(4)



2,49€
/Unid.

AQUI POUPA
20%

1€
/Unid.

Aurora
MADALENAS
Laranja, Chocolate
420 g - 4,74€/kg;
CROISSANT
Cacau/Avelã
304 g - 6,55€/kg



AQUI
POUPA DESDE
25%

POR
EXEMPLO: 3,09€
/Unid.
2,29€
/Unid.

4 DONUTS
Classic
200 g
11,45€/kg

NUMA SELEÇÃO
DE BOLOS
BIMBO(4)



2,49€
/Unid.

**SALAME DE
CHOCOLATE**
PorSi
450 g - 5,53€/kg



1,59€
/Unid.

LAGARTOS
Chabrior
300 g - 5,30€/kg;
2,45€/Unid.
750 g - 3,27€/kg



PROMOÇÃO
DE 3 A 9 DE SETEMBRO

~~1,85€~~
/Unid.

POUPE
13%

1,69
/Unid.

**BOLACHAS
ROSQUILHAS**
PorSi
3 x 200 g
2,82€/kg



AQUI
POUPA DESDE
15%

POR
EXEMPLO: 2,59€
/Unid.
2,19€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
DA GAMA ZERO
GULLON(4)

BOLACHA ZERO CHIP
Gullon
Chocolate s/ Açúcar
125 g - 17,52€/kg



2,49€
/Unid.

AQUI POUPA
26%

1,84
/Unid.

**BOLACHAS
MARINHEIRAS**
Nacional
Sementes de Chia,
Natural
200 g - 9,20€/kg



1,44€
/Unid.

AQUI POUPA
31%

0,99
/Unid.

**BOLACHAS
APERITIVAS**
TUC
Original,
Cream & Onion,
Bacon, Queijo
100 g
9,90€/kg



AQUI
POUPA DESDE
18%

POR
EXEMPLO: 2,65€
/Unid.
1,99€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE BOLACHAS E BOLOS
MILKA(4)

BOLO
Milka
Choco
135 g
14,74€/kg



AQUI POUPA
20%

POR
EXEMPLO: 2,49€
/Unid.
1,99€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE
TABLETES DE CHOCOLATE
MILKA(4)

TABLETE DE CHOCOLATE
Milka
Leite
90 g - 22,11€/kg



1,89€
/Unid.

TORTITAS
PorSi VivaBem
de Arroz:
Chocolate Negro
130 g - 14,54€/kg;
2,10€/Unid.
Iogurte e Chocolate
Branco
130 g - 16,15€/kg;
2,40€/Unid.
de Milho:
Chocolate Negro
130 g - 18,46€/kg



PROMOÇÃO DE 3 A 9 DE SETEMBRO

~~1,99€~~
/Unid.

POUPE
10%

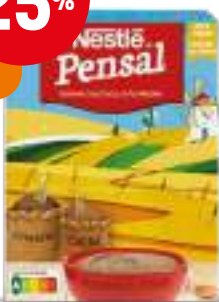
1,79
/Unid.

CEREAIS TUFADOS
PorSi
C/ Chocolate
375 g - 4,77€/kg



2,99€^{*}
/Unid.AQUI
POUPA
25%2,24
/Unid.**FARINHA
C/ CACAU
PENSAL**
Nestlé

250 g - 8,96€/kg

AQUI
POUPA DESDE
25%POR
EXEMPLO: 4,59€
/Unid.
3,44€
/Unid.**CEREAIS LION**
Nestlé
Proteína
340 g
10,12€/kgAQUI
POUPA ATÉ
40%POR
EXEMPLO: 2,99€
/Unid.
1,79€
/Unid.**BARRAS
DE CEREAIS
FITNESS 0%
Nestlé**
Cacau
80 g - 22,38€/kgAQUI
POUPA DESDE
10%POR
EXEMPLO: 1,89€
/Unid.
1,59€
/Unid.**BARRA
PROTEÍNA
BILLION**
Prozis
Amendoim
65 g - 24,46€/kgAQUI
POUPA ATÉ
24%POR
EXEMPLO: 5,29€
/Unid.
3,97€
/Unid.**AMENDOIM
m&m's**
200 g
19,85€/kg1,45€^{*}
/Unid.AQUI
POUPA
28%1,04
/Unid.**SUGUS**
Morango, Multisabor
45 g - 23,11€/kg1,35€
/Unid.**ARROZ PRONTO-A-COMER**
Cigala
Basmati Brajma, Agulha
2 x 125 g - 5,40€/kgAQUI
POUPA ATÉ
26%POR
EXEMPLO: 2,45€
/Unid.
1,79€
/Unid.**MEXILHÕES
ESCABECHE**
Pitêu
115 g - 15,57€/kg1,69€
/Unid.**FILETES DE ATUM**
PorSi
Ao Natural
120 g - 14,08€/kg1,35€
/Unid.**BATATAS
FRITAS**
Bouton d'OR
Churrasco
185 g - 7,30€/kg2,94€
/Unid.**ÓLEO DE PALMA**
Guinea's
280 ml - 10,50€/LAQUI
POUPA
35%POR
EXEMPLO: 2,29€
/Unid.
1,71€
/Unid.**SOPA DE
CEBOLA**
Knorr
50 g
34,20€/kg

AS MELHORES PROMOÇÕES DE 3 A 9 DE SETEMBRO

1,45€
/Unid.POUPE
11%1,29
/Unid.**TOMATE FRITO**
PorSi
Tetra
3 x 210 g
2,05€/kg2,79
/Unid.2,99€
/Unid.**TAPIOCA HIDRATADA**
Itinéraire des Saveurs
500 g - 5,58€/kg

Essenciais da casa

Tudo o que precisa sempre à mão.

0,98€
/Unid.

BOLACHAS C/ AVEIA
PorSi
300 g - 3,27€/kg



AQUI
POUPA ATÉ
37%

POR
EXEMPLO: **2,29€***
/Unid.

1,44€
/Unid.

BOLACHA MARIA
Cuétara
Chocolate
265 g
5,43€/kg



NUMA SELEÇÃO DE
BOLACHAS MARIA
CUÉTARA (4)

1,89€
/Unid.

BOLACHA MANTEIGA BELGA
Chabrior
250 g - 7,56€/kg



4,99€*
/Unid.

AQUI POUPA
25%

3,74€
/Unid.

CEREAIS CHOCAPIC
Nestlé
625 g - 5,98€/kg



AQUI
POUPA DESDE
21%

POR
EXEMPLO: **5,19€***
/Unid.

3,84€
/Unid.

CEREAIS SPECIAL K
Kellogg's
Frutos Vermelhos
300 g - 12,80€/kg



NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
KELLOGG'S (4)

2,19€
/Unid.

CAFÉ EM CÂPSULAS

PorSi
Fortissimo, Perfetto, Veneza,
Ristretto
10 Cápsulas - 0,22€/Cápsula;
1,79€/Unid.
Descafeinado
10 Cápsulas - 0,18€/Cápsula



23,49€
/Unid.

CAFÉ EM CÂPSULAS XXL
Delta Q
Qalidus, MythQ, Qharacter
60 Cápsulas
0,39€/Cápsula



12,49€
/Unid.

CAFÉ LOTE NORMAL
PorSi
Grão
1 Kg



AQUI POUPA
30%

POR
EXEMPLO: **11,49€***
/Unid.

7,99€
/Unid.

CAFÉ LOTE RITUAL
Delta
Grão
500 g - 15,98€/kg



NOS CAFÉS DE 500 G
DELTA

AQUI
POUPA ATÉ
27%

POR
EXEMPLO: **5,49€***
/Unid.

3,99€
/Unid.

ACHOCOLATADO EM PÓ NESQUIK
Nestlé
390 g - 10,23€/kg

NOS ACHOCOLATADOS
NESQUIK
NESTLÉ



PROMOÇÃO
DE 3 A 9
DE SETEMBRO

~~1,99€~~
/Unid.

1,59€
/Unid.

ARROZ THAI JASMIN
Saint Eloi
1 kg

POUPE
20%



ESPECIAL • ESPECIAL • ESPECIAL

1,26€
/Unid.

AQUI POUPA 29%

0,89
/Unid.

ESPARQUETE
Milaneza
500 g - 1,78€/kg



1,56€
/Unid.

AQUI POUPA 40%

0,93
/Unid.

MASSAS ALIMENTÍCIAS Nacional
Cotovelinhos, Espirais, Cotovelos, Macarrão Riscado
500 g - 1,87€/kg



1,99€
/Unid.

Milaneza
MASSA P/ LASANHA
c/ Ovo
500 g - 3,98€/kg;
2,15€/Unid.
TAGLIATELLE
c/ Ovo
500 g - 4,30€/kg



2,68€
/Unid.

AQUI POUPA 26%

1,97
/Unid.

ESPIRAIS S/ GLÚTEN
Milaneza
400 g - 4,93€/kg



2,99€
/Unid.

AQUI POUPA 25%

2,24
/Unid.

PURÊ DE BATATA
Mousline
250 g - 8,96€/kg



PROMOÇÃO DE 3 A 9 DE SETEMBRO

~~3,49€~~
/Unid.

POUPE 11%

3,09
/Unid.

6 SALSICHAS HOT DOG
PorSi
540 g - 5,72€/kg



AQUI POUPA ATÉ 30%

POR EXEMPLO: 1,99€
/Unid.

1,39€
/Unid.

NAS SALSICHAS EM LATA NOBRE

8 SALSICHAS Nobre
Frankfurt, Aves
200 g - 6,95€/kg



1,10€
/Unid.

ATUM POSTA General
Ao Natural
110 g - 10,00€/kg;
1,49€/Unid.
Em Azeite
110 g - 13,55€/kg



2,19€
/Pack

COGUMELOS LAMINADOS
Saint Eloi
Pack: 3 x 185 g
3,95€/kg



0,75€
/Unid.

TOMATE PELADO
Saint Eloi
390 g - 1,92€/kg



0,99€
/Unid.

MILHO DOCE
Saint Eloi
285 g - 3,47€/kg



1,25€
/Unid.

BATATAS FRITAS
Bouton d'OR
Presunto
185 g - 6,76€/kg;
Caseira
180 g - 6,94€/kg



1,69€
/Unid.

AQUI POUPA 14%

1,44
/Unid.

BATATA FRITA
Lay's
Originais
160 g - 9,00€/kg;
Camponesas
150 g - 9,60€/kg



12,09€*
/Unid.

AQUI POUPA

48%

6,19€
/Unid.

AZEITE VIRGEM EXTRA
Oliveira da Serra
Seleção Ouro
0,75 L - 8,25€/L



4,99€
/Unid.

AZEITE VIRGEM
Oliveira da Serra
0,75 L - 6,65€/L
PET



3,59€
/Unid.

AZEITE VIRGEM
PorSi
0,75 L - 4,79€/L



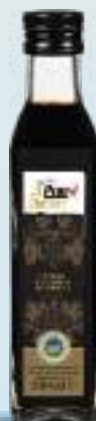
2,19€
/Unid.

ÓLEO ALIMENTAR
Fula
1 L



1,25€
/Unid.

VINAGRE BALSÂMICO
PorSi Select/ Itinéraire
des Saveurs
250 ml - 5,00€/L



AQUI POUPA
35%

POR
EXEMPLO: 1,89€*
/Unid.

1,22€
/Unid.

**VINAGRE
DE SIDRA
DE MAÇÃ**
Cristal
500 ml - 2,44€/L



7,15€
/Unid.

PIMENTÃO DOCE
Bouton D'or/PorSi
1 kg



1,87€
/Unid.

**MAIONESE
FRASCO**
Bouton D'or/PorSi
414 g - 4,52€/kg



0,79€
/Unid.

**MOSTARDA
TOP DOWN**
Bouton D'or
250 g - 3,16€/kg



AQUI
POUPA DESDE
34%

POR
EXEMPLO: 2,29€*
/Unid.

1,49€
/Unid.

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



AQUI
POUPA ATÉ
50%

POR
EXEMPLO: 5,09€*
/Unid.

2,54€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO DE CALDOS
KNORR⁽⁴⁾

CALDO P/ CULINÁRIA
Knorr
Galinha
24 Cubos
240 g - 10,58€/kg





AQUI POUPA 20%
POR EXEMPLO: 1,99€
1,59€ /Unid.

NAS ÁGUAS C/ GÁS
PEDRAS SALGADAS

ÁGUA C/ GÁS
Pedras Salgadas
Limão
PET
1L



AQUI POUPA DESDE 16%
POR EXEMPLO: 2,15€
1,69€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
SCHWEPES(4)

ÁGUA TÔNICA
Schweppes
PET
1L
ACRESCE VALOR
DE DEPÓSITO DE: 0,10€



AQUI POUPA ATÉ 37%
POR EXEMPLO: 3,19€
1,99€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
LIPTON(4)

ICE TEA
Lipton
Pêssego
2 L - 1,00€/L
ACRESCE VALOR
DE DEPÓSITO DE: 0,10€



AQUI POUPA DESDE 11%
POR EXEMPLO: 1,69€
1,49€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE NECTARES
100% FRUTA
COMPAL(4)

NECTAR
Compal
100% Fruta
Maçã
1L



1,59€
/Unid.

AQUI POUPA 18%

1,29€ /Unid.

NECTAR
Um Bongo
8 Frutos, Manga,
Banana/Morango
1L



1,99€
/Unid.

AQUI POUPA 20%

1,59€ /Unid.

**REFRIGERANTE
C/ GÁS**
Brasil
Guaraná
1,5 L - 1,06€/L
ACRESCE VALOR
DE DEPÓSITO DE: 0,10€



0,47€ /Unid.

**REFRIGERANTE
C/ GÁS**
Look
Lata
Cola Original
0,33 L - 1,42€/L;
0,39€/Unid.
Zero
0,33 L - 1,18€/L
ACRESCE VALOR
DE DEPÓSITO DE: 0,10€



1,29€ /Unid.

SIDRA
Somersby
Lata
Maçã, Blackberry
0,50 L - 2,58€/L;
0,99€/Unid.
Maçã, Pera 0,0%,
Morango
e Lima 0,0%,
Maracujá
e Laranja
0,33 L - 3,00€/L
ACRESCE VALOR
DE DEPÓSITO DE: 0,10€



0,69€ /Unid.

CERVEJA
Kings Bräu
Lata
0,50 L - 1,38€/L
ACRESCE VALOR
DE DEPÓSITO DE: 0,10€



0,99€ /Unid.

CERVEJA
Heineken
Lata
Original, 0,0%
0,33 L - 3,00€/L;
1,39€/Unid.
0,50 L - 2,78€/L
ACRESCE VALOR
DE DEPÓSITO DE: 0,10€



3,74€ /Pack

CERVEJA
Sagres Mini
Sol & Mar
Pack: 6 x 0,25 L
T.P. - 2,49€/L;
0,64€/Unid.
Lata
0,33 L - 1,94€/L
ACRESCE VALOR
DE DEPÓSITO DE: 0,10€



3,79€ /Pack

CERVEJA
Carlsberg
Pack: 6 x 0,25 L
T.P. - 2,53€/L;
7,39€/Pack
Pack: 12 x 0,25 L
T.P. - 2,46€/L



23,98€
/Unid.

AQUI POUPA 41%

13,99€ /Unid.

CERVEJA
Super Bock
Mini
Pack: 35 x 0,20 L
T.P. - 2,00€/L



DESDE 4,49€ /Pack

**NAS LATAS
E GARRAFAS
DE 6 X 0,33 L
SUPER BOCK**

CERVEJA
Super Bock
0,0%, Stout
Pack:
6 x 0,33 L - T.P.
2,27€/L





11,19€
/Unid.
8,95€
/Unid.
AQUI POUPA 20%

CARM
Vinho DOC Douro
Tinto, Branco
0,75 L - 11,93€/L

8,49€
/Unid.

6,79€
/Unid.
AQUI POUPA 20%

PAPA FIGOS
Vinho DOC Douro
Tinto, Branco
0,75 L - 9,05€/L



4,99€
/Unid.

3,49€
/Unid.
AQUI POUPA 30%

JOÃO PIRES
Vinho Regional
Península de
Setúbal
Branco, Rosé
0,75 L - 4,65€/L



2,75€
/Unid.

CINCO QUINAS
Vinho Regional
Alentejano
Tinto
0,75 L - 3,67€/L;
3,49€/Unid.
Reserva
0,75 L - 4,65€/L



AQUI POUPA ATÉ 26%

POR EXEMPLO: 1,89€
/Unid.
1,39€
/Unid.

**NUMA SELEÇÃO
DE VINHOS
LEZÍRIA (4)**

LEZÍRIA
Vinho
Meio Seco
Branco
0,75 L - 1,85€/L



AQUI POUPA ATÉ 50%

POR EXEMPLO: 9,99€
/Unid.
4,99€
/Unid.

**NUMA SELEÇÃO
DE VINHOS
RAVASQUEIRA (4)**

RAVASQUEIRA
Vinho
Regional
Alentejano
Superior
Tinto
0,75 L - 6,65€/L



AQUI POUPA DESDE 22%

POR EXEMPLO: 10,99€
/Unid.
8,49€
/Unid.

**NUMA SELEÇÃO DE VINHOS
DONA
ERMELENDIA (4)**

**DONA
ERMELENDIA**
Vinho DOC
Palmela
Reserva
Tinto
0,75 L - 11,32€/L



2,25€
/Unid.

**SELEÇÃO
DE ENÓFILOS**
Vinho Verde DOC
Loureiro
Branco
0,75 L - 3,00€/L



7,99€
/Unid.

ESPORÃO
Vinho DOC
Alentejo
Colheita
Tinto, Branco, Rosé
0,75 L - 10,65€/L



15,99€
/Unid.

11,99€
/Unid.
AQUI POUPA 25%

VALLE PRADINHOS
Vinho Regional
Transmontano
Reserva
Tinto
0,75 L - 15,99€/L



11,99€
/Unid.

ON/OFF
Vodka
0,70 L - 17,13€/L



4,99€
/Unid.

ALAMBRE
Moscatel
do Setúbal
0,75 L - 6,65€/L;
11,99€/Unid.
Roxo
0,75 L - 15,99€/L



5,99€
/Unid.

**REAL
COMPANHIA
VELHA**
Vinho do Porto
Fundador
White, Tawny
0,75 L - 7,93€/L



19,49€
/Unid.

15,59€
/Unid.
AQUI POUPA 20%

BAILEYS
Licor
Irish Cream
Original, Chocolate
0,70 L - 22,27€/L





AQUI
POUPA DESDE
20%

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
**HERBAL
ESSENCES⁽⁴⁾**

POR
EXEMPLO: ~~4,99€~~
3,99€
/Unid.

CHAMPÔ
Herbal
Essences
Hidratante
Aroma de Coco
350 ml - 11,40€/L



AQUI
POUPA DESDE
25%

NO GEL DE BANHO
DE 400 ML
AXE

POR
EXEMPLO: ~~4,79€~~
3,59€
/Unid.

GEL DE BANHO
Axe
Dark Temptation
400 ml - 8,98€/L



AQUI
POUPA ATÉ
35%

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
DA GAMA DE ROSTO
NIVEA/NIVEA MEN⁽⁴⁾

POR
EXEMPLO: ~~7,69€~~
4,99€
/Unid.

**LEITE DE
LIMPEZA**
Nivea
Suave
200 ml
24,95€/L



AS MELHORES PROMOÇÕES DE 3 A 9 DE SETEMBRO

POUPE ATÉ
13%

NA GAMA CORPORAL
FRUTOS VERMELHOS
E COCO
LABELL/MÄY

POR
EXEMPLO: ~~2,83€~~
2,59€
/Unid.

**MANTEIGA
CORPORAL**
Labell
Frutos
Vermelhos
300 ml
8,63€/L



POUPE
20%

NOS CREMES DE
DIA E NOITE PELE
NORMAL
LABELL

POR
EXEMPLO: ~~2,79€~~
2,22€
/Unid.

**CREME
DE DIA**
Labell
Pele Normal
50 ml
44,40€/L



~~3,49€~~
/Unid.

POUPE
14%

**CREME FIXAÇÃO
DE DENTADURAS⁽⁵⁾**
Labell
50 g - 59,80€/kg

2,99€
/Unid.



AQUI
POUPA ATÉ
35%

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
COLGATE⁽⁴⁾

POR
EXEMPLO: ~~6,49€~~
4,19€
/Unid.

ELIXIR
Colgate
Soft Mint
500 ml
8,38€/L



PROMOÇÃO DE 3 A 16 DE SETEMBRO

POUPE DESDE
40%

NOS SOLARES
**NIVEA SUN,
LABELLO,
AMBRE
SOLAIRE e
CARROTEN**



Labello



AQUI
POUPA DESDE
30%

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
VEET⁽⁴⁾

POR
EXEMPLO: ~~8,49€~~
5,94€
/Unid.

**BANDAS
DEPILATÓRIAS
DE CERA FRIA**
Veet
Expert
Pele Sensível 116 Unid. - 0,37€/Unid.



AQUI
POUPA ATÉ
30%

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS⁽⁴⁾
DUREX⁽⁵⁾

POR
EXEMPLO: ~~5,49€~~
3,84€
/Unid.

PRESERVATIVO⁽⁵⁾
Durex
Natural Regular Fit
6 Unid. - 0,64€/Unid.



AQUI
POUPA ATÉ
25%

NUMA SELEÇÃO
DE PENSOS DIÁRIOS
CAREFREE⁽⁴⁾

POR
EXEMPLO: ~~2,99€~~
2,24€
/Unid.

**PENSO
DIÁRIO**
Carefree
Respirare
44 Unid.
0,05€/Unid.



8,49€
/Unid.

**CUECA DE
INCONTINÊNCIA
PLUS⁽⁵⁾**

PorSi
Tamanho M
14 Unid.
0,61€/Unid.;
8,99€/Unid.
Tamanho L
14 Unid.
0,64€/Unid.



1,99€
/Unid.

**PAPEL HIGIÊNICO
HÚMIDO**
Scottex
Fresh
74 Unid.
0,03€/Unid.

**NO ROLO DE
COZINHA MEGAROLO,
PAPEL HIGIÊNICO
ORIGINAL E HÚMIDO
SCOTTEx**



4,99€
/Unid.

PAPEL HIGIÊNICO
Renova
Skin Care Puríssimo
3 Folhas
12 Rolos - 0,42€/Rolo

**NO PAPEL HIGIÊNICO
PURÍSSIMO, DECO
E CREME
RENOVA**



PROMOÇÃO DE 3 A 9 DE SETEMBRO

~~1,89€~~
/Unid.

POUPE
21%

**TOALHITAS
ÍNTIMAS**
PorSi
20 Unid.
0,07€/Unid.

1,49€
/Unid.





9,99€
/Unid.

**Xau
DETERGENTE
LÍQUIDO P/ MÁQUINA
DE LAVAR ROUPA**

Perfume Intenso:
Lavanda,
Roupa Limpa
85 Doses
3,825 L - 2,61€/L;
13,99€/Unid.
Sabão Natural
132 Doses
5,94 L - 2,36€/L;
3,99€/Unid.
**LIMPA MÁQUINAS
DE ROUPA**
Original, Limão, Express
250 ml - 15,96€/L



AQUI
POUPA ATÉ
62%

POR
EXEMPLO: **23,99€***
/Unid.

8,99€
/Unid.

**DETERGENTE
EM CÁPSULAS
P/ MÁQUINA
DE LAVAR
ROUPA**
Skip
Sabão Natural
39 Cápsulas
0,23€/Cápsula



9,99€
/Unid.

**DETERGENTE EM
PÓ P/ MÁQUINA
DE LAVAR ROUPA**

Apta
Active Action
75 Doses
0,13€/Dose
4,725 kg - 2,11€/kg;
9,22€/Unid.
Lavanda
75 Doses
0,12€/Dose
4,725 kg - 1,95€/kg



5,99€
/Unid.

**Lenor
AMACIADOR
CONCENTRADO
P/ ROUPA**

Alpino, Frutos Silvestres,
Flores Tropicais
50 Doses
0,70 L - 8,56€/L;
**PÉROLAS DE PERFUME
P/ ROUPA**
Orquídea Dourada,
Fresh, Frescura
da Primavera
195 g - 30,72€/kg
12,99€/Unid.
Fresh, Frescura
Primavera
495 g - 26,24€/kg



3,99€
/Unid.

**AMACIADOR
CONCENTRADO
P/ ROUPA**

Quanto
Ouro & Orquídea
Branca,
Lírios & Frutos
Vermelhos,
Flores Silvestres,
Violetas do Bosque,
Rubi e Jasmim
95 Doses
1,71 L - 2,33€/L;
5,89€/Unid.
Rubi e Jasmim,
Flores Silvestres
132 Doses
2,376 L - 2,48€/L



2,69€
/Unid.

**PERFUMADOR
P/ ROUPA**

Glow
Balance, Essence
36 Doses
0,07€/Dose
720 ml - 3,74€/L



AQUI
POUPA DESDE
25%

POR
EXEMPLO: **6,19€***
/Unid.

4,64€
/Unid.

**LIXÍVIA
P/ ROUPA**
Neoblanc
Gentil
Perfume Fresco
2 L - 2,32€/L



NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
DA GAMA GENTIL E TIRA NÓDOAS
NEOBLANC⁽⁴⁾

3,49€
/Unid.

**NA MARCA
WOOLITE**

**TOALHITAS
DE PROTEÇÃO
DE COR**
Woolite
10 Unid. - 0,35€/Unid.



0,99€
/Unid.

**DETERGENTE
LÍQUIDO MANUAL
P/ LOIÇA**

PorSi
Clássico, Limão
1 L



1,39€
/Unid.

GUARDANAPOS
PorSi
Branco
Dim.: 33 x 33 cm
3 Folhas | 70 Unid.



AQUI
POUPA ATÉ
45%

POR
EXEMPLO: **3,59€***
/Unid.

1,95€
/Unid.

**SPRAY
LIMPA VIDROS**
Ajax
Cristal c/ Amônia
500 ml - 3,90€/L



AQUI
POUPA ATÉ
50%

POR
EXEMPLO: **4,99€***
/Unid.

2,49€
/Unid.

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
CIF⁽⁴⁾

SPRAY
Cif
Fornos e Grelhadores
435 ml - 5,72€/L



100%
remoção
de gordura difícil



Essenciais da casa

Tudo o que precisa sempre à mão.

1,19€ /Unid.

LIXÍVIA P/ ROUPA DELICADA
Apta
2 L - 0,60€/L



9,99€ /Unid.

DETERGENTE P/ MÁQUINA DE LAVAR ROUPA
Surf
Líquido:
Lírios Tropicais,
Frutos Exóticos
84 Doses
3,78 L - 2,64€/L;
Círculos Curtos:
Paraíso Exótico,
Explosão Tropical
60 Doses
2,16 L - 4,63€/L;
Cápsulas:
3 em 1
Lavanda,
Lírios Tropicais,
Frutos Exóticos
52 Cápsulas
0,19€/Cápsula



13,99€ /Unid.

DETERGENTE P/ MÁQUINA DE LAVAR ROUPA
Skip
Líquido:
Lavanda
92 Doses
4,14 L - 3,38€/L;
Sabão Natural
110 Doses
4,95 L - 2,83€/L;
P6:
Sabão Natural
110 Doses
5 kg - 2,80€/kg;
12,99€/Unid.
Líquido:
Active Clean,
Sensitive
76 Doses
3,42 L - 3,80€/L



AQUI POUPA DESDE 15%
POR EXEMPLO: 4,99€
3,99€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE DETERGENTES MANUAIS P/ LAVAR LOIÇA FAIRY⁽⁴⁾

DETERGENTE MANUAL P/ MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA SPRAY
Fairy
3 em 1
Limão
500 ml - 7,98€/L



AQUI POUPA DESDE 50%
POR EXEMPLO: 17,48€
6,99€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE DETERGENTES EM PASTILHAS P/ MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA FINISH⁽⁴⁾

DETERGENTE EM PASTILHAS P/ MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA
Finish
Quantum Limão
30 Pastilhas
0,23€/Pastilha



AQUI POUPA DESDE 50%
POR EXEMPLO: 6,99€
3,49€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS COMFORT⁽⁴⁾

AMACIADOR CONCENTRADO P/ ROUPA
Comfort
Essência
Sun Fresh
80 Doses
1,44 L - 2,42€/L



0,99€ /Unid.

LAVA TUDO PERFUMADO
Apta/PorSi
Colônia, Lavanda,
Montanha,
Herbal, Floral,
Flor de Laranjeira
2 L - 0,50€/L



1,99€ /Unid.

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



PROMOÇÃO DE 3 A 9 DE SETEMBRO

POUPE ATÉ 12%

NOS LAVA TUDO AMONIAICAL APTA/PorSi

0,69€ /Unid.

LAVA TUDO Apta Amoniacal 2 L - 0,35€/L

1,29€ /Unid.

GEL ATIVO COM LIXÍVIA Apta 1,5 L - 0,86€/L

1,99€ /Unid.

SPRAY LIMPA VITROCERÂMICA & INDUÇÃO PorSi 500 ml - 3,98€/L

LIMPEZA

LIMPEZA



AQUI
POUPOU ATÉ
50%

NUMA SELEÇÃO
DE PRODUTOS
SANYTOL (4)

POR
EXEMPLO: 5,99€
/Unid.
2,99€
/Unid.

**DESINFETANTE
DE ROUPA** (6)
Sanytol
500 ml - 5,98€/L



AQUI
POUPOU ATÉ
50%

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
SCOTCH-BRITE (4)

ESFREGÃO SALVA UNHAS
Scotch-Brite
Classic
Verde
2 Unid. - 0,50€/Unid.

POR
EXEMPLO: 1,99€
/Unid.
0,99€
/Unid.



AQUI
POUPOU
25%

NA MARCA
SWIFFER

POR
EXEMPLO: 4,59€
/Unid.
3,44€
/Unid.

**RECARGAS
P/ MOPA
Swiffer**
Agarra pó
18 Unid.
0,19€/Unid.



7,99€
/Unid.

AQUI
POUPOU
25%

5,99€
/Unid.

**DESENTUPIDOR
DE CANOS**
Mr Muscle
Power Gel
1L



2,19€
/Unid.

**BLOCO P/ WC
MULTIATIVO**
Apta/PorSi
Pinho, Oceano
3 x 50 g - 14,60€/kg



1,79€
/Unid.

**NOS INSETICIDAS
PorSi/Apta** (6)

**INSETICIDA
AEROSSOL** (6)
PorSi
Casa & Plantas
500 ml - 3,58€/L



AQUI
POUPOU DESDE
24%

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
AIRWICK (4)

POR
EXEMPLO: 12,49€
/Unid.
4,99€
/Unid.

**AMBIENTADOR
ELÉTRICO**
Air Wick
Lavanda



AQUI
POUPOU ATÉ
60%

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
GLADE (4)

POR
EXEMPLO: 12,98€
/Unid.
5,19€
/Unid.

**RECARGA P/
AMBIENTADOR
AUTOMÁTICO**
Glade
Lavanda/Aloe Vera
2 x 269 ml - 9,65€/L



3,49€
/Unid.

**BALDE DE LIMPEZA
C/ ESPREMEDOR**
PorSi



6,99€
/Unid.

**CAIXA DE
ARRUMAÇÃO**
Codil
Cap.: 8 L
Cap.: 10 L - **8,99€/Unid.**;
Cap.: 20 L - **9,99€/Unid.**
Cores Sortidas



3,99€
/Unid.

CORTINA DE BANHO
HBS
Dim.: 140 x 180 cm
Cores Sortidas



**PROMOÇÃO
DE 3 A 9 DE SETEMBRO**

POUPE
10%

NAS TOALHAS E
SAÍDAS DE BANHO
PorSi

POR
EXEMPLO: 4,00€
/Unid.
3,59€
/Unid.

**2 TOALHAS
BIDÊ**
PorSi
Dim.:
30 x 50 cm
Cores
Sortidas



16,99€
/Unid.

**PEQUENOS
ELETRODOMÉSTICOS**
Cookitch
Matte Blue, Sand
• **SANDUICHEIRA**
Pot.: 700 W;
• **TORRADEIRA**
Pot.: 650 W;
• **JARRO ELÉTRICO**
Cap.: 1,7 L



19,99€
/Unid.

ESPREMEDOR
Cookitch
Matte Blue, Sand
Pot.: 350 W





7,99€* /Unid.
5,79€ /Unid.
AQUI POUPA 27%

ALIMENTO SECO P/ GATO Friskies
Vários Sabores
1,5 kg - 3,86€/kg

AQUI POUPA 20%
7,49€* /Unid.
5,99€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE ALIMENTAÇÃO SECA DE 800 G P/ GATO
PURINA ONE⁽⁴⁾

ALIMENTO SECO P/ GATO Purina One
Esterilizados: Salmão
800 g - 7,49€/kg

2,89€* /Unid.
2,16€ /Unid.
AQUI POUPA 25%

ALIMENTO HÚMIDO P/ GATO Brekkies
Frango e Peru,
Salmão e Atum
4 x 85 g
6,35€/kg

AQUI POUPA DESDE 25%
2,99€* /Unid.
2,24€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS
WHISKAS⁽⁴⁾

ALIMENTO HÚMIDO P/ GATO Whiskas
Seleção Clássica
4 x 85 g - 6,59€/kg

AQUI POUPA 25%
3,49€* /Unid.
2,59€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PACK'S DE ALIMENTAÇÃO HÚMIDA DE 4 X 85 G P/ GATO
PURINA ONE⁽⁴⁾

ALIMENTO HÚMIDO P/ GATO Purina One
Esterilizado
Salmão/Peru
4 x 85 g
7,62€/kg

0,74€* /Unid.
0,64€ /Unid.
AQUI POUPA 13%

ALIMENTO COMPLEMENTAR Purina One
Hydralife
Frango
50 g - 12,80€/kg

14,99€ /Unid.

ALIMENTO SECO P/ CÃO PorSi
Júnior
10 kg
1,50€/kg

4,99€ /Unid.

ALIMENTO SECO P/ CÃO 4 Pet Adulto
4 kg - 1,25€/kg

PROMOÇÃO DE 3 A 9 DE SETEMBRO

6,99€ /Unid.
~~7,49€~~ /Unid.

ALIMENTO SECO PRO P/ CÃO PorSi Select
Raça Pequena
3 kg - 2,33€/kg

AQUI POUPA 25%
6,99€* /Unid.
5,24€ /Unid.

NA ALIMENTAÇÃO SECA DE 1,4 KG E 1,5 KG P/ CÃO
FRISKIES

ALIMENTO SECO P/ CÃO Friskies
Mini Menu
Frango
1,5 kg - 3,49€/kg

AQUI POUPA 25%
4,89€* /Unid.
3,66€ /Unid.

NOS SNACK'S P/ CÃO
FRISKIES

SNACK P/ CÃO Friskies
Biscuit Original
650 g - 5,63€/kg

AQUI POUPA 20%
11,59€* /Unid.
9,25€ /Unid.

NUMA SELEÇÃO DE PRODUTOS⁽⁴⁾
REPUL'7⁽⁶⁾

COLEIRA REPELENTE P/ CÃO⁽⁶⁾ Repul'7
Dim.: 60 cm

DESDE 1,47€ /Unid.

NA MARCA CANTO ALEGRE

MISTURA PARA PERIQUITOS Canto Alegre
1 kg

AQUI POUPA
22%
1,49€
/Pack

LEITE
C/ CHOCOLATE
Agros
Pack: 4 x 200 ml
1,86€/L



AQUI POUPA ATÉ
43%
POR EXEMPLO:
2,29€
/Unid.

IOGURTE
LÍQUIDO
Mimosa
Morango,
Frutos Tropicais
4 x 151 ml - 2,14€/L



AQUI POUPA
33%
2,99€
/Unid.

NESTUM MEL
Nestlé
300 g - 6,63€/kg



PROMOÇÃO
DE 3 A 9
DE SETEMBRO

POUPE
14%

0,59€
/Unid.

MASSAS
ALIMENTÍCIAS
Fiorini/ForSi
Espirais
500 g - 1,18€/kg



AQUI POUPA
50%

1,94€
/Unid.

ATUM POSTA
EM ÓLEO VEGETAL
General
110 g - 8,55€/kg



13,35€
/Pack

CERVEJA
Sagres Mini
Pack: 30 x 0,25 L - T.P.
1,78€/L



ISTO É
QUE SÃO!
PREÇOS BAIXOS

1,79€
/Unid.

CERVEJA
Super Bock
1 L
T.P.



9,99€
/Unid.

DETERGENTE LÍQUIDO
P/ MÁQUINA DE LAVAR
ROUPA
Skip
Ciclos Curtos:
Eficácia Express,
Cuidado Express,
Antiodor Express
54 Doses
2,16 L - 4,62€/L



SIGA-NOS



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

Preços válidos só nas lojas de: Abrigada, Albergaria-a-Velha, Alcácer do Sal, Alcains, Alcanede, Alcanena, Alfena, Algoz, Alhos Vedros, Aljif, Aljezur, Aljustrel, Almeirim, Alpendorada, Alpiarça, Alter do Chão, Altura, Ansião, Arganil, Armação de Pêra (Porches), Armamar, Arraiolos, Arruda dos Vinhos, Aveiras de Cima, Azambuja, Azelão, Baião, Batalha, Belmonte, Benedita, Bombarral, Cabeceiras de Basto, Cadaval, Campo Maior, Canelas, Carregal do Sal, Castelo de Paiva, Castro Daire, Castro Verde - Rua Da Feira, Castro Verde - Estrada Da Serrana, Celorico da Beira, Chamusca, Cinfães, Cuba, Estremoz, Fajões, Ferreira do Alentejo, Ferreira do Zêzere, Figueira de Castelo Rodrigo, Figueiró dos Vinhos, Freamunde, Gafanha da Nazaré, Golegã, Gouveia, Idanha-a-Nova, Ilhavo, Jovim, Juncal, Lavos, Lordeio, Lousã, Lousada, Mação, Macedo de Cavaleiros - Av. Ilha Do Sal, Mangualde, Marco de Canaveses, Marinha da Gula, Marinhais, Mêda, Melgosa, Merceana, Minde, Mira, Miranda do Corvo, Miranda do Douro, Mogadouro, Moimenta da Beira, Moncarapacho, Monchique, Mondim de Basto, Montalegre, Monte Redondo, Montemor-o-Velho, Montijo, Mortágua, Moura, Nelas, Nisa, Óbidos, Odemira, Oliveira de Frades, Oliveira do Bairro, Paredes de Coura, Pataias, Penalva do Castelo, Peso da Régua, Pinhel, Ponte de Sor, Portel, Porto de Mós, Prouença-a-Nova, Redondo, Rio Maior, Sagres, Salvaterra de Magos, Santa Comba Dão, Santiago do Cacém, Santo António dos Cavaleiros, São Bartolomeu de Messines - Rua João de Deus, São Brás de Alportel, São João da Pesqueira, São João dos Montes, São Martinho Do Porto, São Pedro Do Sul, São Teotónio, Seia, Serpa, Sertã, Sesimbra, Silveira, Sobral de Monte Agraço, Sobreda - Charneca, Tábua, Termas de São Vicente, Terras de Bouro, Tocha, Tondela, Torre da Medronheira - Olhos de Água, Torre de Moncorvo, Tramacal, Trancoso, Trofa, Valença, Viana do Alentejo, Viatodos, Vieira da Leiria, Vila de Prado, Vila Flor, Vila Nova da Barquinha, Vila Nova da Telha, Vila Nova de Foz Côa, Vila Nova de Poiares, Vila Pouca de Aguiar, Vila Real de Santo António, Vila Verde, Vila Viçosa, Vilar Formoso, Vizela.

Preços válidos de 3 a 9 de setembro de 2026, salvo erro tipográfico ou rutura de stock. Adereços não incluídos, fotografias meramente ilustrativas. Alguns pontos de venda aderentes ao folheto, poderão não ter secção de Talho/Pelxaria/Padaria e/ou Take Away. Oferta limitada ao stock existente e/ou às quantidades definidas por cada loja aderente. Consulte a lista de lojas aderentes a cada campanha, bem como eventuais condições específicas aplicáveis, nas lojas e/ou site. Alguns artigos poderão não estar disponíveis em todas as lojas.

¹ A acumular no seu Cartão "Poupança" de 3 a 9 de setembro de 2026, valor a descontar nos dias 10 a 13 de setembro de 2026.

² A acumular no seu Cartão "Poupança" de 3 a 9 de setembro de 2026, valor a descontar nos dias 10 a 16 de setembro de 2026.

³ A acumular no seu Cartão "Poupança" de 7 a 9 de setembro de 2026, valor a descontar nos dias 10 a 16 de setembro de 2026.

⁴ Consulte os produtos na loja e no site.

⁵ Dispositivo médico: ler atentamente rotulagem e instruções de utilização.

⁶ Utilize os blocos com cuidado. Leia sempre o rótulo e a informação relativa ao produto antes de o utilizar.

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

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

intermarche.pt

Ganhe
15%
em cartão¹⁾



Em cada compra
superior a 60€,
de 3 a 23
de setembro

EXCLUSIVO
SITE E APP

¹⁾ Válido em todas as compras realizadas em intermarche.pt e na App, de 3 a 23 de setembro de 2026 e superiores a 60€. O valor é acumulado no Cartão Poupança no dia seguinte à compra e pode ser utilizado até 31/12/2026. Regulamento disponível na loja e no site.

