

LES PÈRES NATURE

Les incontournables

SOUTENONS L'ÉCONOMIE LOCALE!

FRAMBOISES MEXIQUE 170 G

2.99\$ /ch.

PÊCHE ONTARIO

2.79\$ /lb

CÔTES LEVÉES DES PÈRES

9.99\$ /lb

BURRATA BELLA CASARA 250 G

WOW! 11.99\$ /ch.

MUFFINS AUX BLEUETS PAQUET DE 6

5.99\$ /ch.

BLÉ D'INDE SUCRÉ 2 COULEURS QUÉBEC

75¢ /ch.

SALADE CÉSAR FORMAT FAMILIAL

20% DE RABAIS

FRUITS ET LÉGUMES

MELON D'EAU SUCRÉ, SANS PÉPINS ÉTATS-UNIS

99¢ /lb

CANTALOUPE JUMBO ÉTATS-UNIS

3.99\$ /ch.

RAISINS ROUGES « FLAME » QUALITÉ SUPÉRIEURE ÉTATS-UNIS

3.89\$ /lb

CLÉMENTINE « NOVA » AFRIQUE DU SUD

1.99\$ /lb

LAITUE ROMAINE JUMBO QUÉBEC

WOW! 1.89\$ /ch.

CÉLÉRI QUÉBEC

1.79\$ /ch.

TOMATES CERISES BIOLOGIQUES SERRE ST-JOSEPH CHOPINE LOCAL

2.15\$ 2.79\$ L'UNITÉ

BROCOLI QUÉBEC

2.79\$ /ch.

PIMENT VERT QUÉBEC

1.99\$ /lb

FÈVES VERTES QUÉBEC

3.99\$ /lb

BOUCHERIE

POISSONNERIE

CÔTELETTES DE PORC DÉOSSÉES NATURE OU ASSAISONNÉES

3.99\$ /lb

BIFTECK FRANÇAIS NATURE OU MARINÉ

11.99\$ /lb

SAUCISSES PORC ET BOEUF

8.99\$ /lb

BOEUF HACHÉ MI-MAIGRE

8.99\$ /lb

CUISSES DE POULET NATURE OU BBQ

3.99\$ /lb

FILET DE SAUMON ATLANTIQUE FRAIS QUALITÉ PREMIUM

14.99\$ /lb

FILET DE MORUE FRAIS DE L'ATLANTIQUE

14.99\$ /lb

SALADE D'ALGUES WAKAMÉ

1.79\$ /100 g

CREVETTES PANÉES MAISON ET SAUCE COCKTAIL 12 UNITÉS

10.99\$ /ch.

GRANDE QUICHE AUX FRUITS DE MER MAISON

13.99\$ /ch.

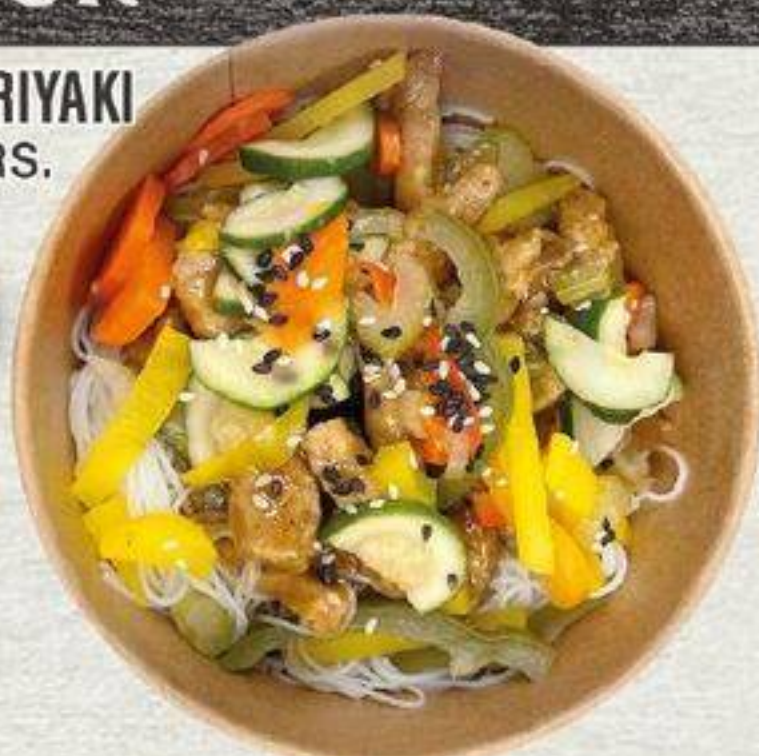
CREVETTES D'ARGENTINE EN ÉCAILLES 1/2 SAC DE 1 LB PARFAITES POUR LE GRILL

16.79\$ /lb

TRAITEUR

POULET SAUTÉ TERIYAKI
PLAT POUR 1 PERS.

8.99\$
/ ch.



SOUPE TOM YUM AUX CREVETTES
1 L



10.99\$
/ ch.

WRAP COCHON



6.99\$
/ ch.

BOULANGERIE

PAIN DE FESSE À L'ANCIENNE



4\$
/ ch.

PAIN PITA
PAQUET DE 5



2.29\$
/ pqt.

CARRÉ AUX DATTES
GRAND FORMAT



6.99\$
/ ch.

ÉPICERIE

YOGOURT CLASSIQUE
LIBERTÉ
650 G



4.39\$
/ ch.

YOGOURTS GRECS ASSORTIS
LIBERTÉ
16 X 100 G



12.99\$
/ ch.

NOIX DE CAJOU RÔTIES ET SALÉES
SAC DE 750 G



17.99\$
/ ch.

CRÈME 35%
(À FOUETTER, CHAMPÊTRE
OU À CUISSON)
QUÉBON
473 ML



5.49\$
/ ch.

CAFÉ ESPRESSO DES PÈRES
TORRIFIÉ SUR PLACE
340 G



20%
DE RABAIS

CRUSTILLES DE MAÏS NATURE
MONTRÉAL NACHOS
250 G



20%
DE RABAIS

SKYR
SKOTIDAKIS
750 G



6.99\$
/ ch.

AMANDES ENROBÉES DE CHOCOLAT
CHOCOLAT AU LAIT OU NOIR
SAC DE 300 G



9.49\$
/ ch.

SORBET AU CITRON MAISON
500 ML



6.99\$
/ ch.

SALSA
DOUCE, MOYENNE OU FORTE
LA COSTEÑA
453 G



5.69\$
/ ch.

CORNICHONS
BRINE
1 L



5.49\$
/ ch.

CHARCUTERIE

SMOKED MEAT DE BOEUF
DES PÈRES NATURE



3.99\$
/ 100 g

PÂTÉ DE CAMPAGNE À L'ÉRABLE



1.99\$
/ 100 g

JAMBON CUIT MAIGRE
CHARCUTERIE FORTIN



2.69\$
/ 100 g

SALAMI DE GÈNES
MASTRO



2.99\$
/ 100 g

FROMAGERIE

BRIE DE PORTNEUF



3.79\$
/ 100 g

CENDRÉ DE LUNE, SIR LAURIER
ET LADY LAURIER
200 G, 170 G ET 150 G



WOW!
2/12 50\$
6.99\$ L'UNITÉ

FETA ÉMIETTÉE
SAPUTO
170 G



4.79\$
/ ch.



MADAME LOÏK
150 G

5.99\$
/ 100 g

SECTION DÉCOUVERTE

Boîte BBQ du mois d'août

- 2 x Onglets de bœuf
- 2 x Filets de porc marinés Alabama
- 2 x Pavés de thon
- 4 x Tournedos de poulet BBQ
- 4 x Saucisses mangue et piment chipotle
- 4 x Pains à l'ail à griller
- 4 x Blés d'Inde prêts à griller
- Papillote de légumes
- Épices à steak

145\$
130\$



Commande en ligne : lesperesnature.com | Prévoir un délai de 48 h

MENU *weekend*

1^{er} et 2 août



Soupe

Crème de poivrons rouges

Entrée

Tataki de thon, salade de légumes et sauce ponzu

Plat principal

Escalope de veau milanaise, gremolata

Avec linguines au pesto de champignons

Dessert

Chou Paris-Brest

34\$ / personne

FORMULE
PRÊT-À-RÉCHAUFFER

COMMANDE EN LIGNE : [LESPERESNATURE.COM](https://lesperesnature.com)

Fermeture des commandes le vendredi à 16 h