



POURQUOI NE PAS FÊTER MAMAN CHAQUE JOUR ?

Je sais, vous allez me dire que j'exagère, mais je souhaitais seulement vous dire que, avec nos plats faits maison, toutes les mamans et les papas pourraient, au moins à l'occasion, s'alléger la tâche en profitant de notre grande variété de plats.

Nous en avons pour **tous les goûts**. Pâtés, quiches, repas à base de **poissons ou de fruits de mer**, des **plats à base de viandes de première qualité**, que vous préférerez des options végétariennes ou végétaliennes, que vous deviez considérer des **allergies ou intolérances alimentaires**, vous pouvez compter sur nous pour présenter un repas avec la qualité et le bon goût maison!

Préparés **dans notre cuisine** aménagée sur place, vous profitez de la **fraîcheur** de nos viandes et de nos fruits et légumes, le tout cuisiné **avec talent et expérience** par mon équipe et moi. Toute la famille croira que tout est **fait maison**.

Nous aurons plaisir à nous faire **complices** de votre quotidien et à alléger vos préparatifs culinaires!

Bonne fête à toutes les Mamans!



FRUITS et LÉGUMES GRANDE • ALLÉE



Qualité, Fraîcheur et Plaisirs gustatifs!

Depuis maintenant 40 ans que nous avons plaisir à vous préparer des buffets de qualité qui répondent à vos besoins et attentes et ce, à des prix compétitifs. Vous trouvez toujours nous de nous faire plaisir.

QUALITÉ ET FRAÎCHEUR DES INGRÉDIENTS

Ayant la portée de main les viandes, les charcuteries, les fromages et les fruits et légumes vous retrouvez dans tous nos plats et platsaux, la même qualité supérieure d'un magasin.

QUALITÉ DANS LA PRÉPARATION

Cuites et préparés ici même, l'équipe assure la préparation des plats dans un environnement toujours propre et adéquatement équipé pour vous offrir des repas de grande qualité. Notre cuisine est aussi conforme aux exigences du ministère et inspectée régulièrement pour assurer cette conformité.

QUALITÉ DANS LE CHOIX

Avec une approche classique ou plus actuelle, voici les différentes formules que nous vous proposons! Vous en trouverez pour tous les goûts et nous serons à l'écoute de toutes demandes spéciales ou besoins spécifiques. N'hésitez donc pas à nous en parler.

FRUITS et LÉGUMES

GRANDE • ALLÉE

40 ANS

Votre marché de quartier depuis



VIVE LA SAISON DU BBQ!

Fraîcheur - Qualité - Prix compétitifs



CHOIX DE PLUSIEURS COMBINAISONS OU SERVICE À LA CARTE

POSSIBILITÉ DE REPAS CHAUD



SURVEILLEZ NOTRE



POUR EN ÊTRE INFORMÉ, SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK

4635, boulevard Grande-Allée

Prix sujets à changement sans préavis. Valide jusqu'au 15 mai 2019. Les photos peuvent différer des produits et sont à titre indicatif seulement. Fruits et Légumes Grande-Allée se réserve le droit de retirer ou d'annuler son offre en tout temps suite à une rupture des stocks.

450 678-3167

HEURES D'OUVERTURE
Lundi, Mardi, Mercredi de 9h à 20h
Jeudi et Vendredi de 9h à 21h
Samedi et Dimanche de 9h à 18h



SURVEILLEZ **CHAQUE SEMAINE** NOTRE CIRCULAIRE **EN LIGNE**

flga.ca



SPÉCIAUX DU 9 AU 15 MAI 2019

Quiche lorraine
549\$^{ch.}
500g

Pain de viande à l'ancienne
1399\$^{ch.}
1kg

Tourtière maison
449\$^{ch.}
270g

Salade de macaroni régulière
399\$^{ch.}
8.80\$/kg

Salade de pommes de terre
399\$^{ch.}
8.80\$/kg

Creton de veau
649\$^{ch.}
14.31\$/kg

FRAIS DE NOTRE BOULANGERIE

Palmiers **149\$^{+tx.}**
emb de 2 60g/un

Pain parisien **199\$^{ch.}**
450g

Danoise pattes d'ours **149\$^{+tx.}**
emb de 2 99g/un
bleuets et fromage
ou fraises et fromage

LA CHRONIQUE de Jean-Pierre

BONNE FÊTE MAMAN !

Oui, moi aussi, comme vous tous, j'ai une **maman**. Mais la mienne est aussi la fondatrice de **votre marché de quartier** et, malgré son âge, elle demeure active et présente. Alors, ma sœur et moi en profitons pour lui dire **merci**, lui rappeler notre **admiration** et lui exprimer **toute notre affection**. Elle nous a communiqué sa passion du contact avec les clients et c'est sûrement une des raisons qui font que, tous les trois, nous sommes toujours présents auprès de vous. On aime vous servir!

Bonne fête des mères aussi à mon épouse et à vous toutes, qui prenez un soin affectueux de vos enfants, petits et grands. Et à vos proches, nous rappelons que c'est un beau moment pour gâter leur Maman!

Venez nous voir, nous aurons ce qu'il faut !



SUPER RABAIS 40^e

Bananes Dôle ou chiquita du Costa Rica **0.49\$ /lb** 1.08\$/kg



Kiwis ^{3/} **1.29\$** Grosseur 27 de l'Italie



Melon d'eau sans pépins **0.79\$ /lb** 1.74\$/kg des États-Unis



Mangue ^{3/} **5.00\$** du Mexique

Tomates rouges en grappe **1.49\$ /lb** 3.28\$/kg du Québec Serre Demers



Bébé épinards ^{2/} **3.00\$** 180g



Poivron vert Extra-large de la Floride **1.39\$ /lb** 3.06\$/kg



Pomme de terre grelot blanc de la Floride **0.89\$ /lb** 1.96\$/kg

Champignons blancs Cello 8 oz. ^{2/} **3.00\$**



Bière farnham **9.99\$ + tx.** 4x473ml

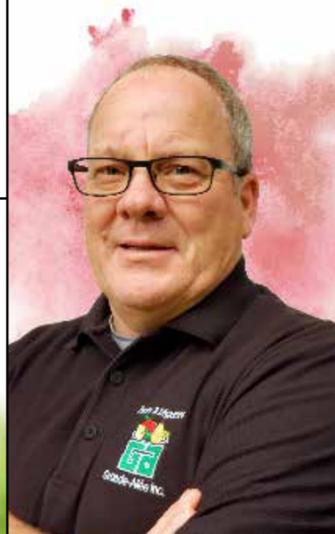


LA CHRONIQUE de Claude ENFIN !

La saison du BBQ est officiellement lancée. Si le printemps a pris du temps à s'installer, profitons des belles journées de mai. Et la Fête des Mères est une belle occasion pour vous, messieurs, de vous mettre à l'œuvre. Nous sommes là pour vous aider et vous offrir le meilleur.

Nous vous avons préparé nos plus belles coupes et notre variété de brochettes vous fera saliver. Alors, surveillez nos offres et vous aurez **plaisir à découvrir, à déguster et à économiser.**

J'en profite moi aussi pour souhaiter une magnifique journée à ma Maman, à mon épouse...qui va malheureusement travailler ce jour-là...et à toutes les mamans que nous avons le plaisir de servir ! Que ce dimanche soit ensoleillé...du moins dans nos cœurs...et dans notre cuisine!!!



SUPER RABAIS 40^e

Bifteck d'ailoyau (t-bone) Catégorie Can. AA. **13.89\$ /lb** 30.62\$/kg



Galette boeuf haché maigre **5.58\$ /lb** 12.99\$/kg

Brochette de surlonge de boeuf **8.19\$ /lb** 18.06\$/kg nature ou assaisonné B.B.Q. avec légumes



Tournedos de veau de lait du Québec Cuisseau bardée de lard **15.59\$ /lb** 34.37\$/kg



Poulet B.B.Q. Nourri de grains Rôti sur place **9.99\$ ch** +tx



Surlonge de porc frais Coupe B.B.Q. **3.99\$ /lb** 8.80\$/kg

Tournedos de poitrine de poulet bardé de bacon nature ou ass. fines herbes ou teriyaki **8.49\$ /lb** 18.72\$/kg



LA CHRONIQUE de MIREILLE

MAMAN JE T'AIME...AVEC OU SANS GLUTEN !

Tu le sais maman que je t'aime, mais là je veux parler des **produits sans gluten**. Oui, parce que de plus en plus de nos clients cherchent des produits sans gluten pour répondre à une intolérance parfois légère, parfois sévère. Alors bonne nouvelle pour eux, car nous avons élargi notre offre de produits, et ce dans toutes les catégories : charcuteries, pâtes, farines, repas maison, bières, craquelins, desserts ou autres délices recherchés. Alors si vous cherchez quelque chose de spécifique, n'hésitez pas à demander nous saurons vous aider.

Bon voilà, j'ai dit ce que je voulais dire, alors je reviens à toi Maman, tu veux venir souper dimanche soir? Quelque chose me dit que Claude va nous faire un bon BBQ !!!



SUPER RABAIS 40^e

Jambon cuit Le Baron **2.49\$ /lb** 5.49\$/kg



Salami mexicain Brandt **9.69\$ /lb** 21.36\$/kg



Brisket de boeuf à l'ancienne Lester **9.99\$ /lb** 22.02\$/kg



Prosciutto, Antipasto, Speck ou Coppa di parma Marc Angelo **4.99\$ /100g**

Pâté de foie et campagne Belle Bretagne ^{2/} **5.00\$** 150g/ch



Chocolat Théobroma ^{3/} **5.00\$** 35g/ch



Brie Ilios **4.79\$ ch.** 200g

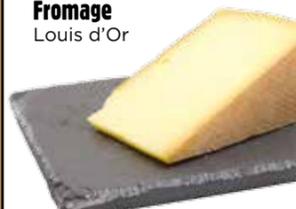


Feta Silani Régulier ou léger **4.49\$ ch.** 200g

Fromage suisse Silani **2.99\$ ch.** 80g



Fromage Louis d'Or **22.49\$ /lb** 49.58\$/kg



Poitrine de dinde rôtie au four Mer et Monde **8.49\$ /lb** 18.72\$/kg



3\$ de RABAIS

OBTENEZ 3\$ DE RABAIS PAR TRANCHE DE 40\$ D'ACHAT EN MAGASIN

Un seul coupon par achat. Ne peut être jumelé à aucun autre coupon rabais. Valable jusqu'au 15 mai 2019.

3\$ de RABAIS

SUR TOUT ACHAT MINIMUM DE 25\$ DANS LE DÉPARTEMENT DE LA BOUCHERIE

Un seul coupon par achat. Ne peut être jumelé à aucun autre coupon rabais. Valable jusqu'au 15 mai 2019.

Tournedos de jambon La Jambonnière **5.69\$ /lb** 12.54\$/kg

Filet de porc glacé Ercable et chipotlé **7.79\$ /lb** 17.17\$/kg

Brochettes de crevettes crues Grosseur 31/40 ass. ail et fines herbes **5.39\$ par** 2x 5 crevettes

Filet de truite fraîche **15.39\$ /lb** 33.93\$/kg

1.50\$ de RABAIS

SUR LES TARTES JADINIÈRES

Un seul coupon par achat. Ne peut être jumelé à aucun autre coupon rabais. Valable jusqu'au 15 mai 2019.

