

HEBDO- MARCHÉ

16 PAGES

SEMAINE DU 10 AU 13 OCTOBRE 1984

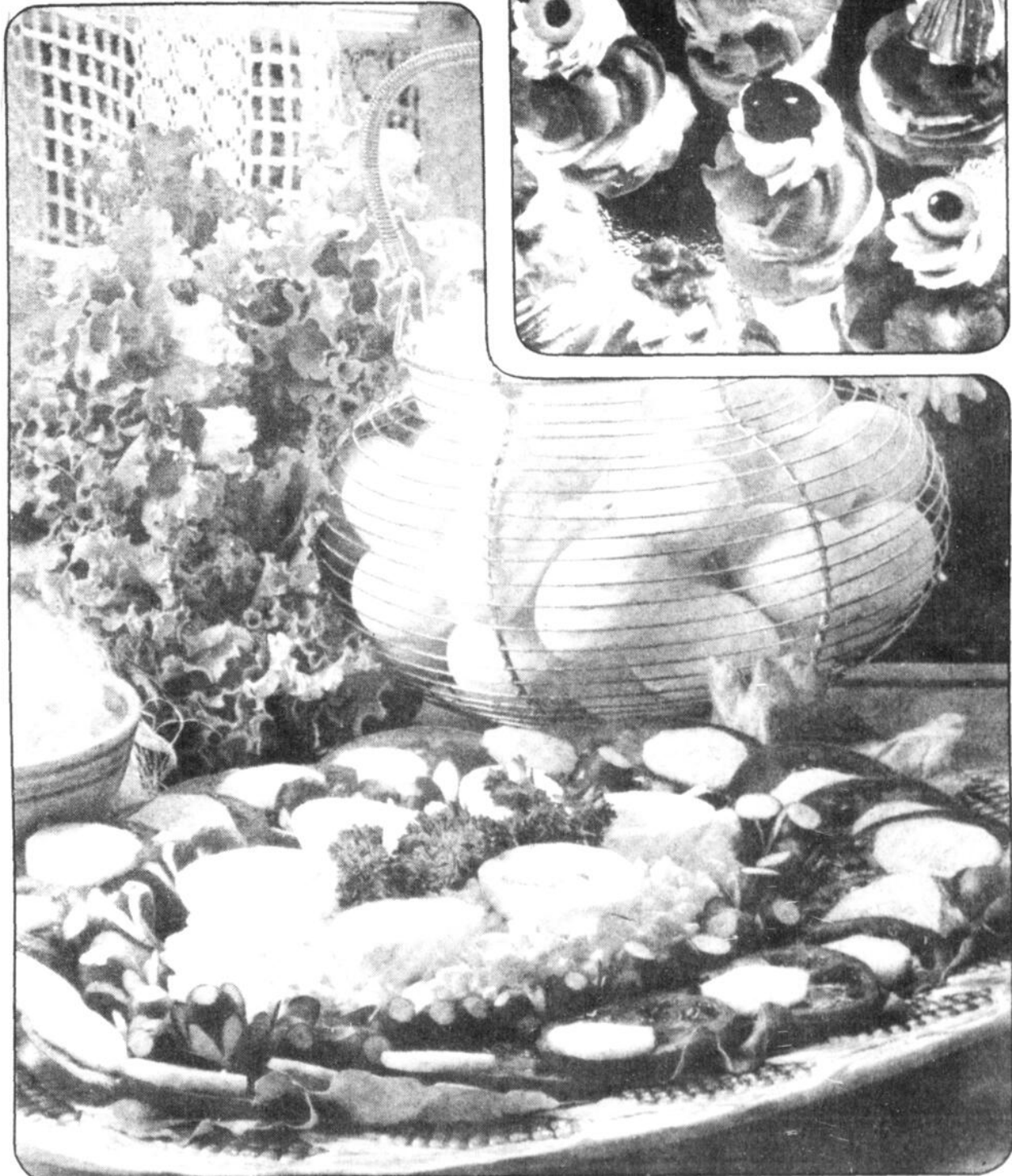
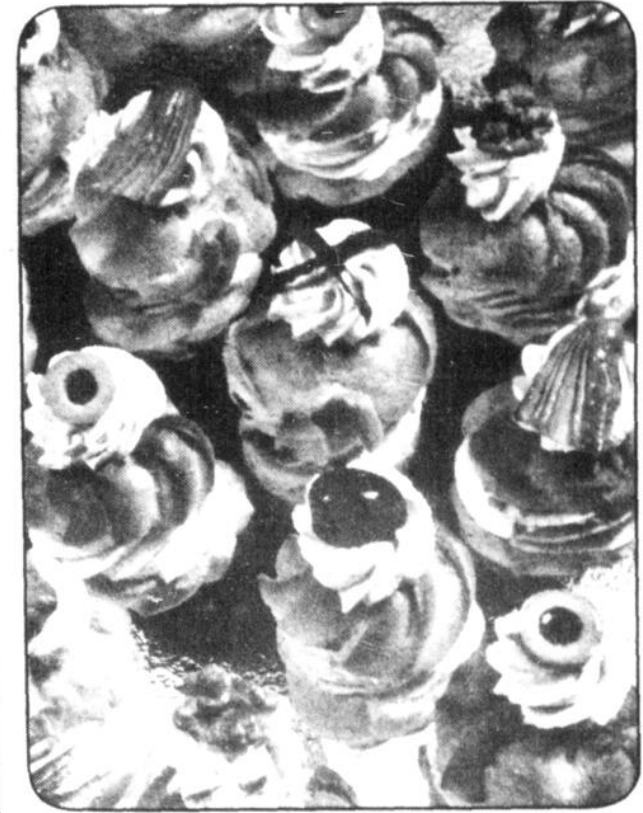
21 300 COPIES

Choux de fantaisie au fromage

1/2 l. d'eau bouillante
4 c. à table de beurre
1/2 t. de farine tout usage
2 gros oeufs
1/2 lb de fromage à la crème

1/2 c. à thé de paprika
1/2 c. à thé de sel
1/4 t. de porto
Cerises, angélique et noix

Fondre le beurre dans l'eau bouillante. Ajouter la farine. Tourner rapidement jusqu'à ce qu'une boule se forme. Retirer du feu. Ajouter les oeufs non battus, un à la fois. Battre ce mélange vigoureusement pour faire entrer le plus d'air possible. Déposer sur une tôle beurrée en faisant tomber la pâte d'un cornet de papier. Cuire au four à 375 ° F. Diminuer la chaleur vers la fin de la cuisson. Laisser refroidir. Couper en deux. Remplir de fromage à la crème assaisonné de paprika, de sel et de porto. Décorer d'une rosace de fromage passée à la douille sur laquelle on ajoute des morceaux de cerises, belle angélique et noix.



SOMMAIRE

MARCHÉ
9090

Pages 3 à 6



Page 8



Page 10



STEINBERG

Page 9



Page 11



Pages 12 et 13



Page 16

Une publication conjointe de vos hebdo

le lac-st-jean

L'ÉTOILE DU LAC

L'hebo régional du pays de Maria Chapdelaine

INFO - MARCHÉ

De Neptune à Baccus

Pour réussir vos légumes

Pour réussir une omelette familiale, battre vivement du lait et 8 à 10 oeufs. Assaisonner avec du sel, du poivre, de la muscade, des échalottes et du persil. Chauffer du gras de bacon et du beurre dans un poêlon, verser le mélange et cuire l'omelette. Replier et glisser sur un plat chaud. Saupoudrer de cheddar râpé et servir aussitôt.

Préparer une savoureuse jardinière de légumes frais en coupant carottes,

haricots, céleri. Faire cuire à la vapeur. Ajouter des pommes de terre en dés, des petits pois frais et faire cuire encore 10 minutes. Dorer un oignon haché dans du beurre; ajouter les légumes et un peu d'eau. Assaisonner et cuire à feu doux 10 minutes.

Le fromage cottage passe facilement du plat principal au dessert, par exemple dans une coupe garnie de

délicieuses fraises fraîches. Pour ce dessert vite fait, bien mélanger 1 1/2 tasse de fromage cottage et 1/2 tasse de crème sûre. Battre jusqu'à ce que consistance crémeuse. Sucrez au goût avec du sirop d'érable. Servir dans des coupes, alternant morceaux de fruits et sauce fromage. Se conserve bien au réfrigérateur.

Une salade niçoise, c'est toujours appréciée! Mélanger un coeur de chicorée fri-

sée ou de laitue avec 12 olives noires tranchées, 1/2 tasse de fromage cheddar ou suisse coupé en dés. Saler, poivrer, ajouter deux gousses d'ail écrasées et hachées. Verser une vinaigrette et décorer d'oeufs durs et de tomates. Saupoudrer de persil et servir frais.

À court de temps, d'idées et de goût pour le petit déjeuner? Dans un mélangeur ou malaxeur, fouetter

deux tasses de lait froid, 2 cuillères à table de jus d'orange décongelé non-dilué, 1/2 tasse de yogourt nature ou aux fruits, 1 oeuf, sucrer au goût avec du miel. C'est rapido-rapide et si nourrissant!

Essayez ces petites recettes ou petits trucs. Vous verrez, vous saurez les apprécier sûrement. Ils sont économiques, complets, bons pour la taille et le budget.



TEXTES:
LUCIE GAGNON

MARCHÉ gogo

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités et de corriger les prix incorrects résultant d'une erreur d'impression.

Les photos de ces pages ne servent qu'à illustrer la marque des produits annoncés. Le texte prévaut en tout temps.

**Commençant cette semaine et pour 10 semaines consécutives
Tirage de 2 walkman ou (radio-baladeur) par semaine
D'une valeur de 50 \$ et à la fin du tirage
ALIGRO fera tirer 8 radios d'une valeur de 200 \$ chacun
dans les magasins SERVI**



JUS ASSORTIS OASIS



1 L
89¢

MARGARINE MOLLE BLUE BONNET



907 GR

1 79

FARINE ROBIN HOOD



3,5 KG

2 99

CRÈME GLACÉE LAMONTAGNE

2 L

2 49

BANANES DÔLE OU CHIQUITA



,64 KG

29¢
LB

CÔTELETTES DE PORC BOUTS DES CÔTES



3,29 KG

1 49
LB

YOGOURT

DELISLE
175 GR

2/99¢

EAU JAVEL

LAVO
3,6 L



99¢

FROMAGE À TARTINER

CHEEZ WHIZ
500 GR



2 59

PAPIER MOUCHOIR

FACETTES
400 F



1 69

SHAM- POOING

BAIN DE MER
BAIN DE MOUSSE
CRÈME RINCE
MIRAGE

900 ML

1 59

GARNITURE DE TARTES

VACHON ASS.



540 ML

1 89

CAFÉ INSTANT

MAXWELL HOUSE

283 GR

5 49

SAUCE BBQ

14 OZ

HOT CHICKEN

540 ML
CORDON
BLEU

59¢

PÂTES ALIMEN- TAIRES

LANCIA ASS.



900 GR

99¢

PAPIER TOILETTE

ROYAL



4 RLX

1 49

POUDRE À PÂTE

MAGIC



454 GR

2 49

LAIT

EAGLE BRAND
300 ML
1,89 UNITÉ



2/3 78
OU

CHOCOLAT CUISSON

CHIPPITS RÉG.
350 GR + 50 GR
GRATIS



2 29

TOAST MELBA

OLD LONDON

400 GR

1 99

NETTOYEUR À VITRES

WINDEX RECHARGE



900 ML

1 29

SAVON BARRE

IVORY



4 BARRES

1 39

GO-GO UN EXCELLENT PLACEMENT POUR TOUTE LA FAMILLE!

AILLEURS DES PRIX COMME ÇÀ, Y'EN A PAS!

AMPOULES ÉLECTRIQUES

BEST-BUY G-E
40-60-100 W

1 59

DÉTERGENT POUDRE SUNLIGHT VAISSELLE

1,8 KG



3 89

CHOCOLAT INSTANT NESTLÉ QUICK

NESTLÉ QUICK

1 KG



3 39

EAU MINÉRALE MONTCLAIR

750 ML



69¢

CORNFLAKES

675 GR



1 69

JUS D'ORANGE

McCain
CONGÉLÉ
350 ML



1 29

LÉGUMES CONSERVE

ASSORTIS
DEL MONTE

14 OZ



69¢

SOUPE POULET NOUILLES LIPTON

2'S



79¢

MARGARINE MOLLE

ARC-EN-CIEL
454 GR

1 49

TOMATES HEINZ

HEINZ

540 ML



79¢

POIS LESIEUR

284 ML

74¢

CHRSTIE CROUSTIPLUS

100 GR

2/1 19

BISCUITS TENDRES
250 GR

1 69

PREMIUM PLUS
18 x 4 SACHETS

1 09

SOCIAL THÉ
400 GR

1 59

FRITES SUPERFRIES

McCain
RÉG - OND.

1,5 KG



1 59

NETTOYEUR FOURNEAU

EASY OFF



400 GR

1 99

ANANAS TRANCHÉ

GRAD

540 ML

89¢

SACS À DÉCHETS

EXTÉRIEUR GOGO

26" x 36"

99¢

FÈVES AU LARD

CLARK



398 ML

99¢

PURINA

CAT SHOW
3 SAVEURS

1 KG

1 79

BISCUITS DARE ASS.

450 GR

1 79

LIMITE DE 1 COUPON PAR CLIENT.

ÉPARGNEZ

1 00

SUR LE DÉTERGENT
EN POUDRE POUR LA
LESSIVE «TIDE»

BTE 6 LITRES

Sur présentation de ce coupon à la caisse de
votre supermarché Marché à Go-Go Alma inc.

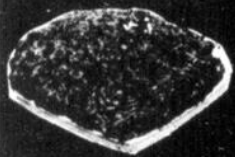


Offre en vigueur jusqu'au 13 octobre 1984.

À L'ANNÉE LONGUE CELA FAIT UNE GROSSE RISTOURNE EN PLUS LES INTÉRÊTS DE VOTRE ARGENT QUE VOUS ÉCONOMISEZ TOUT DE SUITE.

MARCHÉ
9990

**BOEUF
HACHÉ**
MI-MAIGRE



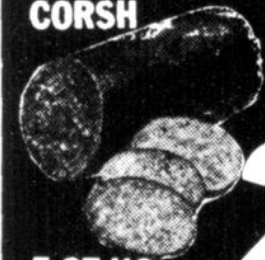
3,95 KG **1 79** LB

**VIANDE
À
TOURTIÈRE**



395 KG **1 79** LB

**PEPPERONI
SALAMI**
CORSH



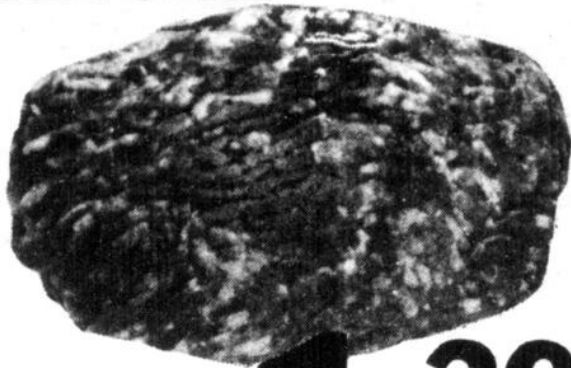
5,27 KG **2 39** LB

SMOKE MEAT
CORSH

4 x 50 G **2 49**

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités et de corriger les prix incorrects résultant d'une erreur d'impression.
Les photos de ces pages ne servent qu'à illustrer la marque des produits annoncés. Le texte prévaut en tout temps.

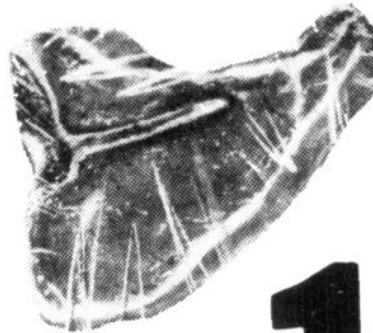
**PORC
HACHÉ**



3,06 KG

1 39 LB

**COTELETTES
DE PORC**
BOUTS DES FILETS



4,39 KG

1 99 LB

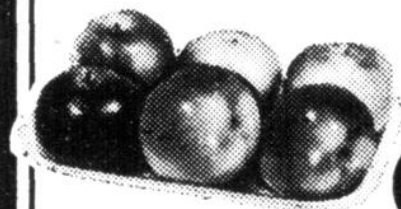
FRUITS ET LÉGUMES

**FILET DE
MORUE**
FRAIS

4,16 KG

1 89 LB

**POMMES
McINTOSH**
CELLO 3 LB - 1,36 KG
N° 1 QUÉBEC



98¢

RAISIN VERT
ESPAGNE EL MARIA



2,16 KG

98¢ LB

CHAMPIGNONS
ONTARIO N° 1



CELLO 8 OZ

1 18

AVOCAT
GROSSEUR 32
U.S.A

CHAQUE

49¢

OIGNONS
N° 1 QUÉBEC
5 LB - 2,27 KG



CHAQUE

78¢

le lac-st-jean

**une
région
à lire**

Pour recevoir
LE LAC-ST-JEAN
à domicile,
composez
668-4545

«LE LAC-ST-JEAN» fait partie de la famille régionale. Tous ont un lien de parenté avec lui parce qu'il fait le lien entre tous. Fidèle à la tradition, il nous invite une fois la semaine. Il en profite pour nous dire ce qui se passe autour de nous. Il analyse, il critique, il approuve. «LE LAC-ST-JEAN», une région à lire!

petites annonces
668-4545

«C'est facile de vendre avec les
petites annonces dans
LE LAC-ST-JEAN»!

Cartes de crédit acceptées.



OU



METRO

LA VENTE DU BOEUF QUI RIT



SOUPE
AYLMER
tomates ou légumes
boîte 284 mL

29¢



JUS DE LÉGUMES
V-8
CAMPBELL
cont. 1,36 L

95¢



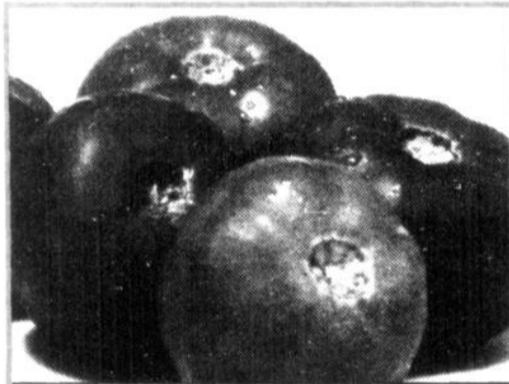
ESSUIE-TOUT DE PAPIER
VIVA
blanc, jaune ou champagne
paquet de 2 rouleaux

79¢

La fraîcheur, on l'offre à notre monde

Recherchez nos
PRIX ENCHAÎNÉS
en magasin, jour après jour,
semaine après semaine.

La Boucherie Métro



TOMATES ROUGES
Produit des États-Unis
Canada no 1
Gr. 6 x 7

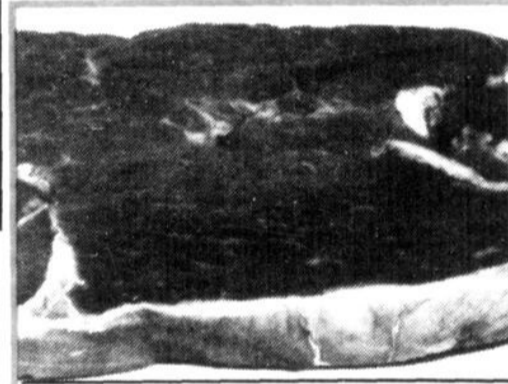
86¢ /kg
39¢ /lb

Produits surgelés



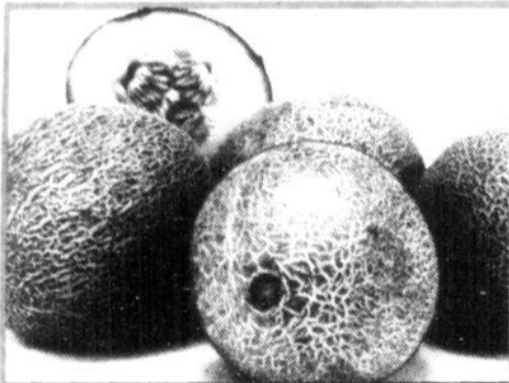
JUS D'ORANGE KENT
concentré,
cont. 341 mL

79¢



***BIFTECK DE RONDE DÉOSSÉE**
TRANCHE ENTIÈRE
OU ROSBIF
D'EXTÉRIEUR
DE CROUPE
désossée

4,36 /kg
1,98 /lb



CANTALOUPE
Produit des États-Unis
Canada no 1
Gr. 22

79¢ ch.



***BIFTECK D'ALOYAU**
OU
CÔTE
D'ALOYAU
bout enlevé

6,57 /kg
2,98 /lb

**La régularité dans les approvisionnements en fruits et légumes est à la merci des conditions météorologiques. Soyez toutefois assurés, chers clients, que dans le cas de ces dernières, les épiceries Métro, ne ménagent aucun effort pour vous offrir variété et qualité à bon prix, tout au long des saisons.

Les prix annoncés dans cette page sont en vigueur dans tous les magasins de vos maîtres épiceries Métro du lundi 8 octobre au samedi 13 octobre 1984 jusqu'à 17h00. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un article venait à manquer, n'hésitez pas à demander un bon d'achat offert. Si certaines marques de commerce de produits annoncés ne sont pas disponibles dans certaines régions, elles seront alors remplacées par une autre marque de commerce de même nature et d'un prix couvrant égal ou supérieur. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement.

*Coupe provenant de boeuf Canada catégorie "A"





JOYEUSE CUEILLETTE!



LES DOLLARS
Miracle Mart
Une autre bonne raison
d'acheter chez Steinberg

Profitez-en! Jusqu'au 3 novembre 1984!

Oui, jusqu'au 3 novembre 1984, chaque tranche de 10,00\$ (taxe non-incluse) effectuée chez Steinberg vous donne droit à un bon de rabais Miracle de 1,00\$ applicable sur chaque tranche d'achat de 10,00\$ * (taxe non-incluse) chez Miracle Mart. Miracle Mart honorera ce rabais miracle jusqu'au 17 novembre 1984 inclusivement. Voir détails en magasin.

* Excluant les produits réglementés, films, appareils photographiques, cassettes vidéo et cigarettes. Cette promotion n'est pas valable à Oromocto.

Prix en vigueur du mardi 9 octobre au samedi 13 octobre 1984



JUS - OASIS
POMME, ORANGE,
PAMPLEMOUSSE,
DÉLICE DU JARDIN,
POMME À L'ANCIENNE
OU ANANAS
CART. DE 1 LITRE

99¢



24 KRAFT SINGLES
16 SINGLES
PROCESS CHEESE
PRÉPARATION DE FRO
PRÉPARATION DE FROMAGE FONDU SINGLES
KRAFT
POT DE 570 g - 16 TRANCHES ORDINAIRES ou 24 TRANCHES MINCES ENVELOPPÉES SÉPARÉMENT

279



SUCRE BLANC GRANULÉ STEINBERG
SAC DE 4 kg
DÉSOULÉ, LIMITE DE 3 SACS PAR CLIENT.

178



DÏNER MACARONI AU FROMAGE KRAFT
BTE DE 225 g

49¢



LÉGUMES VARIÉS EN CONSERVE - IDÉAL
HARICOTS VERTS ou JAUNES COUPEES,
POIS DE GROSSEURS VARIÉES, POIS ET CAROTTES EN TRANCHES ou MACÉDOINE DE LÉGUMES
BTE DE 294 ml

2 POUR 78¢



SAUMON SOCKEYE ROUGE CLOVER LEAF
BTE DE 220 g

199



BIFTECK DE SURLONGE BOEUF ESTAMPILLÉ
CATÉGORIE CANADA "A"

318 lb 701 kg



BISCUITS DAVID
TARTES AUX FRAISES, FEUILLE D'ÉRABLE - SAC DE 600 g ou BISCUITS AU GINGEMBRE - SAC DE 800 g

229



POMMES McINTOSH
PRODUIT DU QUÉBEC
CANADA No 1
SAC CELLO DE 1.81 kg (4 lb)

129



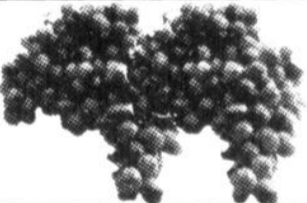
SOC DE PORC FRAIS

1.08 lb 2.38 kg



GRUAU PRÊT À SERVIR - QUAKER
SAVEUR AU CHOIX
POT DE 255 à 369 g

109



RAISINS NOIRS RIBIER
DE LA CALIFORNIE
PRODUIT DES É.-U.
CANADA No 1

1.09 lb 2.40 kg



ÉPAULE DE PORC FRAIS TYPE PICNIC

1.98 lb 2.16 kg



SACS À ORDURES FORTS STEINBERG
26" sur 36" - POT DE 10

99¢



ORANGE VALENCIA
PRODUIT DE L'URUGUAY
GROSSEUR 113
LA DOUZAINE

240



DEVANT DE VEAU ROULÉ DÉSOSSÉ SURGELÉ

2.29 lb 5.05 kg



CAFÉ INSTANTANÉ DÉCAFÉINÉ - SANKA
BOCAL DE 227 g

569



CÉLÉRI PASCAL
PRODUIT DU QUÉBEC
CANADA No 1
GROSSEUR 24 - PIÈCE

45¢

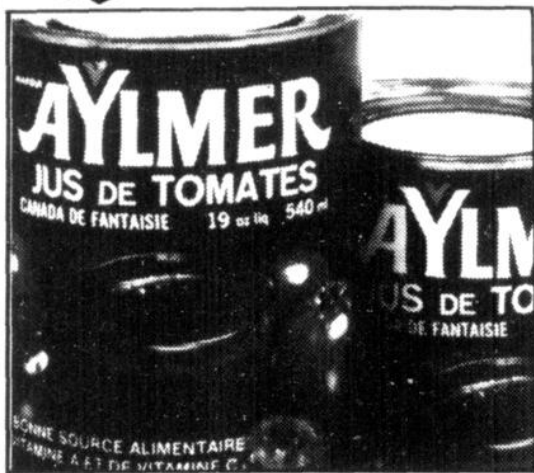
Steinberg
t'es à mmmanger!

STEINBERG VOTRE SUPERMARCHÉ DE CHOIX

Les articles annoncés dans ces pages sont en vente dans les supermarchés Steinberg dans la ville principale de diffusion de ce journal et sa proche banlieue. Les conditions climatiques peuvent influencer la quantité et la qualité de nos approvisionnements en fruits et légumes. Cependant, nous sommes à vous garantir en tout temps le meilleur choix disponible sur le marché. Pas de garantie de prix sur certains articles non alimentaires. Il se peut également que certaines illustrations soient prises à titre indicatif seulement et ne correspondent pas exactement à l'article annoncé. Pas de vente aux marchands. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Le prix prévaut en tout temps. Si un supermarché est à court d'un produit annoncé, veuillez demander un bon de garantie au comptoir d'informations.



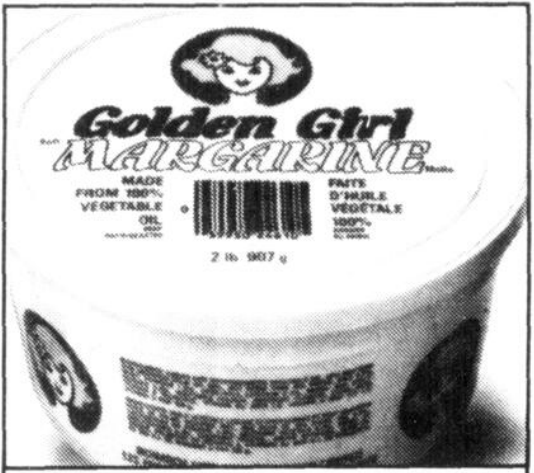
Les prix réduits du prof d'économie!



JUS DE TOMATES
AYLMER
Canada de fantaisie
boite 540 ml **3/1,00**



LÉGUMES VARIÉS
DEL MONTE
pois verts, pois Petit Jardin no 1-2, haricots jaunes ou verts coupés ou assaisonnés française, tomates étuvées, pois et carottes mais en crème Canada de fantaisie ou de choix
boite 284 ml **2/87¢**

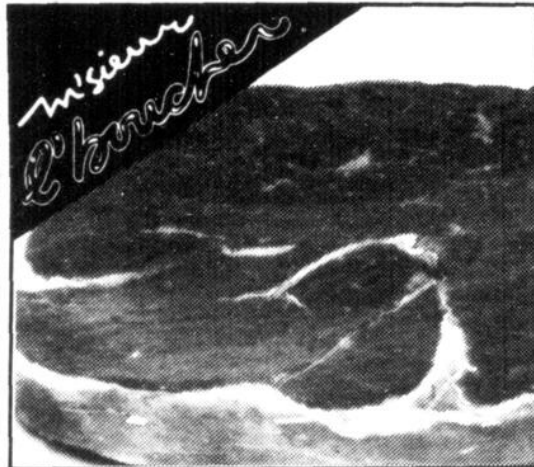


MARGARINE
MOLLE
GOLDEN GIRL
cont. 907 g (disponible au Québec seulement) **1,49**

MÉLANGE À SOUPE
RICHELIEU
poulet et nouilles
paquet de 2 **2/89¢**

SAUCE
GAZA
BBQ régulière ou plus épicée ou pour sandwich chaud
boite 395 ml **2/1,00**

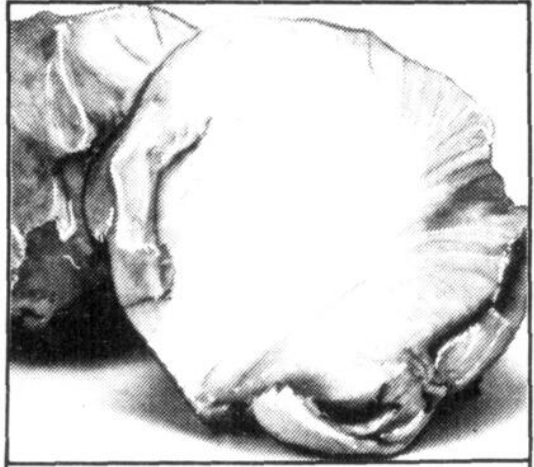
PRÉPARATION DE FROMAGE FONDU
CHEEZ WHIZ
KRAFT
bocal 500 g **2,69**



***BIFTECK DE RONDE DÉOSSÉE**
TRANCHE ENTIERE
OU ROSBIF D'EXTERIEUR DE CROUPE DÉOSSÉE
4,36 /kg
1,98 /lb



POMMES DE TERRE FRITES
CAVENDISH
surgelées coupes assorties
sac 1kg **79¢**



LAITUE ICEBERG
Produit des États-Unis
Cat. Canada no 1
Gr. 24 **69¢** /ch.

***BIFTECK DE SURLONGE**
tranche entière
6,57 /kg
2,98 /lb

JUS DE RAISIN CONCENTRÉ
WELCH'S
surgelé
cont. 341 ml **99¢**

MELON MIEL
Produit des États-Unis
Gr. 8 **1,39** /ch.

***BIFTECK D'ALOYAU OU CÔTE D'ALOYAU**
bout enlevé
6,57 /kg
2,98 /lb

RAISIN ROUGE EMPEREUR
Produit de la Californie
Cat. Canada no 1 **1,97** /kg
89¢ /lb

Les prix annoncés dans cette page sont en vigueur dans tous les magasins de vos épiceries sympathiques Richelieu du lundi 8 octobre au samedi 13 octobre 1984 jusqu'à 17h00. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un article venait à manquer, n'hésitez pas à demander un bon d'achat différé. Si certaines marques de commerce de produits annoncés ne sont pas disponibles dans certaines régions, elles seront alors remplacées par une autre marque de commerce de même nature et d'un prix égal ou supérieur. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement.

*Coupe provenant de boeuf Canada catégorie "A"

**La régularité dans les approvisionnements en fruits et légumes est à la merci des conditions météorologiques. Soyez toutefois assurés, chers clients, que dans le cas de ces denrées, les épiceries Richelieu ne ménagent aucun effort pour vous offrir variété et qualité à bon prix, tout au long des saisons.

Recherchez nos
ATOUPRIX
la formule supersympathique qui vous propose des rabais pendant des semaines et des semaines...
Atouprix! À tout prendre! À tout prix!

Richelieu
Le marché sympathique!

CHOUX VERTS

13c / lb

29c /kg

CONCOMBRES
GR. 48 - PR. DU QUÉBEC

29c ch.

PAMPLEMOUSSES BLANCS
GR. 48

4 / 99c

POMMES

McINTOSH

3 LB



99c le sac

SAUCISSES FUMÉES

LESTER

1,29 / lb

284 /kg

POULET PRESSÉ

LESTER

1,29 / lb

284 /kg

CRETONS

4 ÉTOILES

2,04 / lb



4 49 /kg

POINTE SURGELÉE
COMPLET OU MORCEAUX IMPORTÉE

1,89 / lb

4 18 /kg

PÂTÉ DE VIANDE

4 ÉTOILES

450 G



2 29 ch.

SAUCISSES PORC / BOEUF
FRAÎCHES

1,69 / lb

3 73 /kg

DÉTERGENT À LESSIVE
SUNLIGHT PUR

3 48



BTE 6 L

JUS DE POMME
PUR N. S. - F. B. I.

1 09

CONT. 1,36 L

PAINS HOT-DOG & HAM.
SERVI

98c

POT 12'S

CROUSTILLES

HUMPTY DUMPTY - RÉG. - B. B. Q. OU OND.

1 19

SAC 200 G

NECTAR DE PRUNEAUX
SUNSWEEET

1 79

BTL 32 OZ

JUS DE TOMATE
HEINZ

2 / 79c

BTE 10 OZ

MACÉDOINE DE CHOIX
LA FERLANDIÈRE

75c

BTE 540 ML

PÂTE DE TOMATE
ESP. EXTRA - GATTUSO

2 / 1 09

BTE 156 ML

PAIN DE VIANDE
RÉG. - SWIFT PREM

1 49

BTL 340 G

RÂGOUT CORDON BLEU
BOULETTES RÉG. OU PATATES RONDES

2 79

BTE 822 G

SAUCE À SPAGHETTI
CORDON BLEU - VIANDE

98c

BTE 398 ML

SAUCE À PIZZA
GATTUSO

59c

BTE 213 ML

SAUCE À ROSBIF
CONCENTRÉ DU CHEF

1 49

BTE 198 G

SAUCE HOT-CHICKEN
CONCENTRÉ DU CHEF

1 29

BTE 170 G

B.C. FRICOT BOEUF
NOUILLES BOEUF

1 49

BTE 198 G

BEURRE D'ARACHIDE

KRAFT - SUP. CROQ. - CROQ. OU CRÉMEUX

1 79

POT 500 G

SOUPE HABITANT

SAV. ASS.



BTE 28 OZ

99c

FROMAGE EN TRANCHES

KRAFT - IND. 2/3oz 12 TR.

1 49

POT 250 G

TOMATES

AYLMER - DE CHOIX



BTE 540 ML

68c

MARGARINE MOLLE

PICNIC

1 99

CONT. 907 G

FARINE

FIVE ROSES - RÉG. OU NON BLANCHIE



SAC 3,5 KG

2 98

FROMAGE CHEEZ WHIZ

KRAFT

1 49

POT 250 G

KETCHUP

HEINZ



BTL 1 L

2 49

**Plus qu'un marché...
Un épicier qui connaît vos goûts et vos besoins**

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités et de corriger les prix incorrects résultant d'une erreur d'impression. Les photos de ces pages ne servent qu'à illustrer la marque des produits annoncés. Le texte prévaut en tout temps.

CAFÉ INSTANTANÉ

GRAD



POT 170 G

3 49

EAU MINÉRALE

GRAD

BTL 750 ML

59c

PAINS HOT-DOG ET HAM.

GRAD

POT 12'S

98c

LOTION ROSE

GRAD

BTL 1,5 L

1 79

CÉRÉALES

CORN FLAKES KELLOGG'S

BTE 675 G



1 69

PAPIER MOUCHOIRS

ROYALE - BLANC OU AMANDE

BTE 100'S

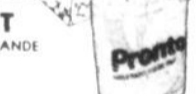


98c

ESSUIE-TOUT

PRONTO - BLANC OU AMANDE

POT 2'S



97c

B.C. FRICOT PAIN DE VIANDE BTE 150 G	1 49
BASE SOUPE BOEUF CONC. DU CHEF BTE 175 G	1 49
BASE SOUPE POULET CONC. DU CHEF BTE 175 G	1 29
GLAÇAGE B. C. BLANC - TRADITION OU CHOC. FONDANT BTE 410 G	1 48

GLAÇAGE MONT BLANC - B. CROCKER BTE 170 G	1 48
CERISES ROUGES SAXONIA - MARASQUIN POT 250 ML	2 19
CERISES VERTES SAXONIA - MARASQUIN POT 250 ML	2 19
TARTINADE NOIXELLE FREDDY POT 500 G	3 59

MÉLASSE PLASTIQUE - SPORTSMAN CONT. 1,35 KG	1 99
BISCUITS DAVID TARTES AUX FRAISES CELLO 400 G	1 58
BISCUITS DAVID MILLE FEUILLES CARAMEL CELLO 250 G	1 58
BISCUITS DAVID MILLE FEUILLES CHOCOLAT CELLO 250 G	1 58

SAVON DE BAIN MOUSSE TWINKLE BTL 700 ML	2 59
LAMES GILLETTE ATRA JUMELÉES OU CART. TRAC II POT 5'S	2 29
LIQUEURS SEVEN UP & DIET + DÉPÔT BTL 750 ML	6 / 3 59
TIRE À LA MÉLASSE LIDO	1 79

SEMAINE DU 10 AU 13 OCTOBRE 1984

Épicerie J.-M. Régnier
1944, rue Melançon Ouest
Alma, P.Q.
Tél.: 662-3051

Épicerie Robert & Jean-Marc
69, Saint-Wilbrod
Hébertville-Station
Tél.: 343-2903

Alimentation O.B.L.
250, av. du Pont Nord
Alma, P.Q.
Tél.: 662-5306

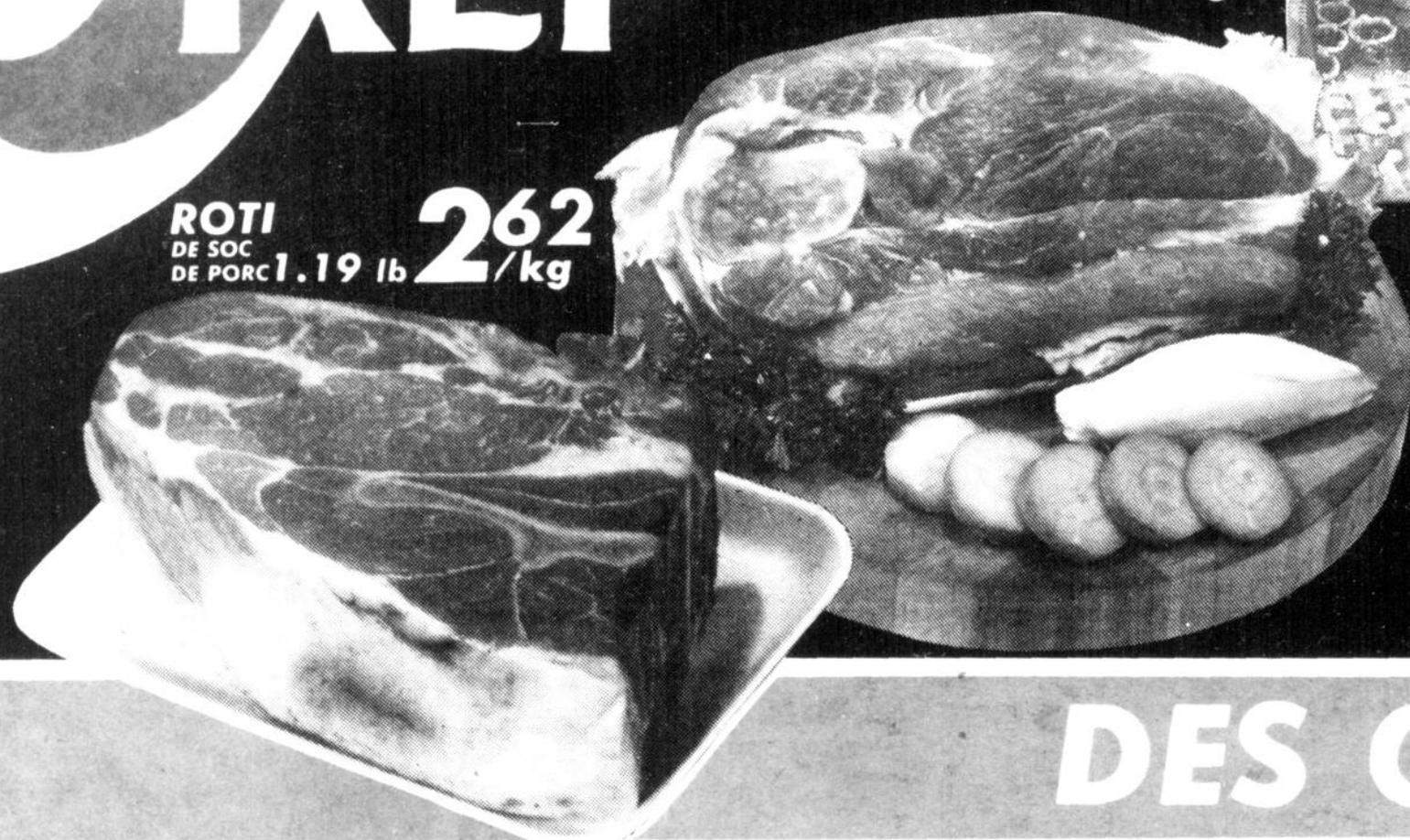
Marché Ste-Monique
137, Saint-Jean
Ste-Monique, P.Q.
Tél.: 347-3842

Épicerie Jules Renaud
1108, rue Hébert, Desbiens
Tél.: 346-5250

AXEP

ROTI
EPAULE DE PORC
COUPE PICNIC .99 lb **218**
/kg

ROTI
DE SOC
DE PORC 1.19 lb **262**
/kg



FARINE
TOUT USAGE, PURITY
40% DE PLUS, SAC 3,5 kg

227

DES GENS

 PORC HACHE, MAIGRE DECONGELE 1.49 lb 329 /kg	 COTES LEVEES DE FLANC DE PORC 1.89 lb 417 /kg	 FRUITS VARIES, DEL MONTE BOITE 796 ml 137
 HAUT DE PATTE DE PORC .69 lb 152 /kg	 FOIE DE PORC .59 lb 130 /kg	 Champignons TIGES et MORCEAUX AXEP, BOITE 284 ml .77
 BACON TRANCHE, ROYAL EMBALLAGE 500 g 219	 PAIN DE POULET, TRANCHE ou EN MORCEAU ROYAL 1.39 lb 306	 LEGUMES VARIES, IDEAL BOITE 540 ml .67
 MORUE HACHEE, PANEE, PRE-CUITE BLUE WATER 1.49 lb 329 /kg	 PATE A LA VIANDE QUATRETOILES 8 PCES DIAMETRE CHACUN 239	 TETE FROMAGE QUATRETOILES CONTENANT 300 g 199
 BATONNETS DE GOBERGES SAVEUR DE CRABE SURGELES 3.79 lb 836 /kg	 SOUPE AUX LEGUMES ou TOMATES, HEINZ BOITE 284 ml .87	 CEREALES SAVEURS VARIIES GENERAL MILLS 350, 375 ou 400 g 199
 PIZZA GARNIE QUATRETOILES 8 PCES DIAMETRE CHACUNE 259	 BOUDIN FRAIS QUATRETOILES 1.19 lb 262 /kg	 FROMAGE SINGLE 24 TRANCHES KRAFT, EMB. 500 g 339
 BISCUITS POUR BEBES, FARLEY EMBALLAGE 300 g 179	 BASE A SOUPE BOUFLET, LEGUMES ou FOULET, BOVRIL CONTENANT 175 g 149	 NOURRITURE POUR CHATS, PURRR SAVEURS VARIIES BOITE 397 g .69
 FIXATIF REGULIER, CLAIROL CONTENANT 350 ml 239	 EAU MINERALE VICHY CELESTIN BOUTEILLE 1 litre .99	 PATE A CROISSANTS PILLSBURY, 235 g .89
 PAIN DE VIANDE, BOVRIL BOITE 340 g 139	 HUILE DE TOURNESOL SAFFLO BOUTEILLE 1 l 279	 PAPIER HYGIENIQUE, DELSEY BEIGE, BLANC, 2 Pliis/ EMB. 4 ROULEAUX 189
 SERVIETTES LIBERTE NOUVELLE Super Absorbantes ou MAXI, BOITE 10 169	 CRAQUELINS A TARTINES CROUSTINES BOITE 125 g .69	 LAIT LIQUIDE ENFALAC BOITE 426 ml 159
 SARDINES SANS PEAU, NI ARETE MILLIONNAIRE BOITE 124 g .99	 CAFE INSTANTANE ENCORE BOCAL 227 g 569	 MOUCHOIRS BLANCS, JAUNES ou MOKAS, KLEENEX FORMAT ECON. 200 109

COUCHES
HUGGIES
NOUVEAU-NE, BOITE 24
JOUR, BOITE 16
NUIT, BOITE 14 ou
PREMIER PAS, BOITE 12

377



24
COUCHES

Kleenex HUGGIES
COUCHES RÉGLABLES AJUSTABLES
...avec bandes
élastiques
autour des
jambes pour
EMPECHER
LES FUITES!



Shampooing
NORMAL ou GRAS
ESPRIT, Plus 100 ml Boni
BOUTEILLE 400 ml

249



JUS
DE TOMATES
DE FANTAISIE
AYLMER, BOITE 540 ml

2/57

MARGARINE
MOLLE, AXEP
EMBALLAGE 454 g

.87



COEUR
DE CELERI, DU QUEBEC
CANADA No. 1, CH.

.69

POMMES
McINTOSH, DU QUEBEC
CANADA DE FANTAISIE
CELLO 2,27 kg (5 lb)

159

CAROTTES
PRODUIT DU QUEBEC
CANADA No. 1, CELLO
2,27 kg (5 lb)

.79

RECEVANTS!

CES PRIX SONT EN VIGUEUR JUSQU'À 17 HEURES LE 13 OCTOBRE 1984. NOUS NOUS RESERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITES, TANT QU'IL Y EN AURA. PAS DE VENTE AUX MARCHANDS. LES PHOTOS DE CES PAGES NE SERVENT QU'À IDENTIFIER LA MARQUE DES PRODUITS ANNONCÉS. LE TEXTE PRÉVAUT EN TOUTES OCCASIONS. LES PRIX DES DENRÉES FRAÎCHES SONT SUJETS AUX FLUCTUATIONS DU MARCHÉ.



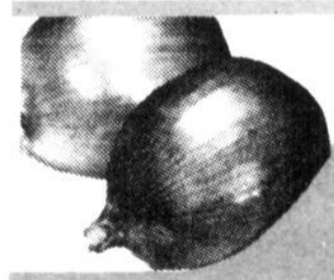
FEVES
AU LARD, CLARK
SAUCE TOMATES
BOITE 540 ml

.87



Cantaloup
DES ÉTATS-UNIS
GROSSEUR 33
CHACUN

.79



OIGNONS
ESPAGNOL F.U.
CANADA No. 1
CELLO DE 2

.99



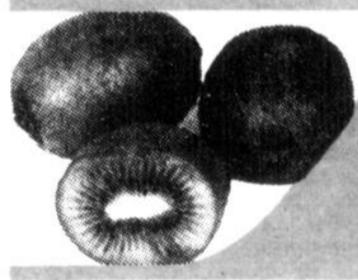
SAUCE
POUR SANDWICHES
CHAUDS, GAZA
BOITE 395 ml

.47



SOUPE
SAVEURS VARIÉES
HABITANT, 796 ml

.97



KIWI
NOUVELLE ZELANDE
GROSSEUR 33
CHACUN

.49



PETITS
CORNICHONS A L'AIL
TRANCHES SUCRES ou
POLKIES A L'AIL
HEINZ, BOCAL 750 ml

137



PÂTE
A TÂTE, FEUILLETÉE
ROBIN HOOD, 540 g

107

Ce bon d'achat donne droit à un rabais de \$1 sur le prix de détail d'une boîte de TIDE format 6 litres ou format 12 litres. Limite d'un bon par achat. Bon d'achat valide Du 8 octobre au 13 octobre Seulement POUR LES MARCHANDS REMBOURSABLE AVANT 60 JOURS.

ESSUIE-TOUT
IMPRIME ou BLANC
HI-DRI, EMBALLAGE
2 ROULEAUX

105

Purificateur
Air, Odeurs Variées
GLADE SOLID
CONTENANT
175 g

.89

DOWNY
ADOUCEUR
DE TISSUS
CONTENANT 3 l

439

DETERGENT
LAVE-VAISSELLE
SUNLIGHT
BOITE 1,4 kg

339

JUS
DE RAISIN, WELCH'S
BOITE 455 ml

169

DETERGENT
EN POUDRE, TIDE
BOITE 6 l ou 2,4 kg

399

SARAN WRAP
PELLICULE
29cm X 1,5 metres
LE ROULEAU

109

EAU de JAVEL
LAVO
CONTENANT 3,6 l

129

PIZZA
DE LUXE, TOTINOS
4 X 5 PCES DIAM
EMBALLAGE 370 g

299

JAVEX
NON JAVELISABLE
CONTENANT 1,2 kg

389

DRANO
LIQUIDE
CONTENANT 900 ml

179

NETTOYEUR
LIQUIDE, WINDEX
RECHARGE
BOUTEILLE 1,5 l

189

COLLECTION
Fin Gourmet AXEP
CERAMIQUE DE BEAUCE

Regardez-moi cette soupière... Elle est belle n'est-ce pas ?

Jusqu'à **60%** de rabais

Pour enjoliver votre table, votre épicer Axep a sélectionné pour vous les plus pratiques et les plus élégantes pièces de la "Collection Fin Gourmet". Faites-vous plaisir. Accumulez vos points Axep et obtenez sur les articles Fin Gourmet jusqu'à 60% de rabais. TOUS LES DÉLAIS À VOTRE MARCHÉ AXEP PRÈS DE CHEZ VOUS.

Les Prix

AXEP-CIBLE

INFO - MARCHÉ

La France à boire

Le service du vin est sans contredit une des traditions les plus agréables et les plus raffinées au monde. Qu'on le serve dans les grandes occasions ou dans l'intimité, le vin procure un plaisir à la portée de tous. Fruit de la vigne et du sol, c'est un produit naturel.

La France, terre de vignobles, offre généreusement ses récoltes. La réputation de ses vins s'étend bien au-delà de ses frontières. En

effet, certains vins français sont reconnus comme les plus grands au monde et servent bien souvent de référence. La variété des vins produits dans les différentes régions françaises permet de satisfaire tous les goûts et tous les budgets.

Alors, ensemble, faisons plus ample connaissance avec ces vins de France et commençons par les apéritifs.

Il est de tradition de prendre l'apéritif

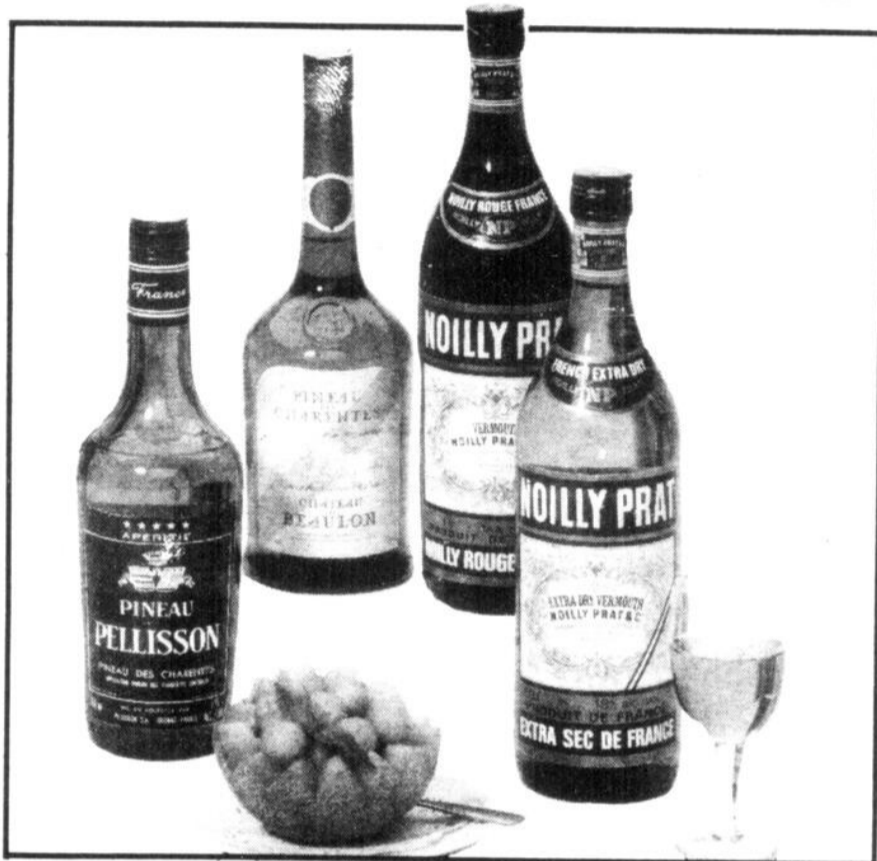
avant les repas; il ouvre, dit-on, l'appétit. Il fait passer un moment agréable et il concourt à créer une bonne ambiance.

Les fabricants d'apéritifs peuvent se comparer dans une certaine mesure à des alchimistes gardant jalousement leurs secrets. Quoi qu'il en soit, on distingue les apéritifs à base d'alcool (les anises, les amers, les bitters et les gentianes), les apéritifs à base de vin (les vermouths et les vins cuits), les vins de liqueur (le plus réputé étant le

Pineau des Charentes, obtenu par l'addition de cognac au mout de raisins et qui ne peut être produit que sur l'aire d'appellation cognac).

En plus des vins les plus grands, le consommateur peut découvrir pour des prix abordables une vaste gamme de vins français. Ainsi, tous les amateurs de vins peuvent aisément s'offrir en toute occasion les vins de France.

La semaine prochaine, nous verrons les mousseux et leur histoire. Bonne semaine!



La conservation du fromage

(NC) — La durée de conservation du fromage ou la période d'entreposage durant laquelle le fromage ne subit pas de détérioration importante de sa qualité, dépend d'un grand nombre de facteurs. Pour maintenir la qualité du fromage, soit sa saveur et son apparence initiales, des conditions d'entreposage appropriées sont primordiales. Tous les fromages nature doivent être réfrigérés à des températures de 1,5 à 4,5°C (35 à 40°F). On doit également les envelopper soigneusement pour éviter l'exposition à l'air et le dessèchement qui en résulte. Un emballage adéquat favorise la rétention d'humidité et retarde la croissance des moisissures. L'emballage initial, le papier ciré, le cellophane, le papier d'aluminium, les sacs de plastique et les contenants hermétiques conviennent tous pour la conservation du fromage au réfrigérateur.

La teneur en humidité et l'acidité peuvent influencer la qualité de conservation du fromage. Par exemple, les fromages cheddar et suisse peuvent se conserver jusqu'à un mois dans de bonnes conditions d'entreposage. Le fromage à pâte très dure comme le parmesan se conserve presque indéfiniment. En général, plus la teneur en humidité est élevée et l'acidité faible, plus courte sera la durée de conservation.

Le fromage fondu, les préparations au fromage et le fromage fondu à tartiner, tous pasteurisés, ont une durée de conservation relativement longue avant l'ouverture de l'emballage, puisqu'ils ont été traités à la chaleur et

qu'on y a ajouté des inhibiteurs de la croissance des moisissures. Les bocaux de fromage à tartiner non ouverts se conservent à la température de la pièce, 21°C (70°F), pendant environ trois mois. Une fois ouverts toutefois, ces produits doivent être couverts hermétiquement et réfrigérés pour prévenir le dessèchement et l'exsudation de matières grasses qui rend le produit non attrayant. Le fromage râpé placé dans des emballages imperméables se conserve trois mois à la température de la pièce ou 12 mois au réfrigérateur à 4,5°C (40°F).

Des moisissures peuvent se développer sur les fromages nature qui ne sont pas convenablement emballés et donc, exposés à l'air qui renferme ces microbes. Bien que la plupart des moisissures soient inoffensives, certaines peuvent produire des toxines qui peuvent diffuser à l'intérieur du fromage. C'est pourquoi, pour plus de sûreté, on doit enlever un demi-pouce de fromage aux endroits atteints de moisissures, à l'exception bien sûr des fromages affinés aux moisissures tels que le roquefort et le bleu. Le fromage qui a séché peut être râpé et conservé dans un contenant fermé au réfrigérateur. Les emballages de fromage nature ou fondu vendus au détail peuvent renfermer des inhibiteurs de moisissures, comme l'acide sorbique (0,02 à 0,1 pour cent du poids du fromage), ce qui augmente la durée de conservation de ces produits.

John Lestage est un conseiller en nutrition.

Faites l'expérience du cinéma maison avec

Super Écran

VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<p>BELMONDO</p> <p>LE MARGINAL</p>	<p>GLORIA VANDERBILT</p> <p>LA COURSE AU BONHEUR</p> <p>"Little Gloria... Happy at last"</p> <p>Mettant en vedette Lucy Gutteridge et Bette Davis</p>	<p>JOURNÉE GRATUITE</p> <ul style="list-style-type: none"> • KRULL • XANADU • LE FILS DE L'ORAGE • COCKTAIL EXPLOSIF • AVEC LES COMPLIMENTS DE L'AUTEUR • MESRINE • CHEZ PORKY

CABLOVISION ALMA INC.
590, COLLARD OUEST, ALMA (QUÉBEC) G8B 1N2 TEL.: 668-3318



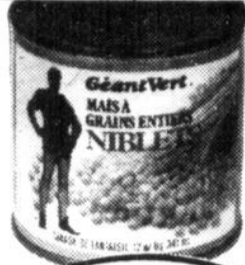
MARGARINE
MOLLE THIBAULT
CONTENANT 907 g

1.89



SALADE
FRUITS, PÊCHES MOITIÉES
ou TRANCHÉES ou POIRES
Bartlett, Del Monte, 796 ml

1.29



MAIS NIBLETS
EN CRÈME ou EN GRAINS
DE FANT, 398 ou 341 ml

2.99
POUR



HARICOTS
Verts ou Jaunes Assaisonnés
Jaunes Coupés, de Fantaisie
Pois Verts, Del Monte, 284 ml

.89



MACARONI
COUPE, SPAGHETTI ou
SPAGHETTINI, LANCIA, 500 g

2.109
POUR



PETITS POIS
DE FANTAISIE, LE SIEUR
No. 1 et 2, BOITE 398 ml

.69

Jovi

CES PRIX SONT EN VIGUEUR JUSQU'À
SAMEDI 17 HRES LE 13 OCTOBRE
1984. NOUS NOUS RESERVONS LE
DROIT DE LIMITER LES QUANTITES,
TANT QU'IL Y EN AURA. PAS DE VENTE
AUX MARCHANDS. LES PHOTOS DE
CETTE PAGE NE SERVENT QU'À IDENTIFIER
LA MARQUE DES PRODUITS AN-
NONCÉS.

BIFTECK **7.03**
DE SURLONGE
DE BOEUF
AVEC OS, 3.19 lb /kg

FILET **3.73**
DE MORUE, SURGELE
INDIVIDUELLEMENT 1.69 lb /kg

JAMBON **5.71**
CUIT TRANCHE
MAPLE LEAF 2.59 lb /kg

BOLOGNE **2.40**
BLANC ou FUME
EN MORCEAU
MAPLE LEAF, 1.09 lb /kg



**COTELETTES DE PORC
MELANGÉES**
1.79 **3.95**
lb /kg



POMMES
McINTOSH, DU QUEBEC
DE FANTAISIE
CELLO 1.36 kg (3 lb) **.99**

OIGNONS **.89**
JAUNES, DU QUEBEC
CANADA No. 1, CELLO
2.27 kg (5 lb)

Champignons **1.59**
BLANCS, PRODUIT
CANADIEN, BOITE 568 ml

CAROTTES **.39**
COCKTAIL, PRODUIT DU
QUEBEC, CANADA No. 1
CELLO 340g (12oz)

AIL **.39**
EN GOUSSES, PRODUIT
IMPORTÉ, BOITE 2

POUR LES MARCHANDS PARTICIPANTS SEULEMENT

SAUCE **.89**
A LA VIANDE
BRAVO
BOITE 398 ml

SAUCE **.95**
SOYA
V-H
BOUTEILLE 450 ml

RAISINS **.99**
SULTANA, SANS PEPIN
WASCO
EMBALLAGE 375 g

NOIX GRENOBLES **.99**
HACHÉES ou MORCEAUX
WASCO
EMBALLAGE 100 g

PURE COCOA **2.79**
FRY'S
20% BONI
BOITE 300 g

SIROP **4.49**
D'ERABLE PUR
CITADELLE
BOITE 540 ml

CAFE **5.99**
INSTANTANE
HILL'S
BOCAL 283 g

MELASSE **1.99**
GRANDMA
CARTON
1,35 kg

CEREALES **2.99**
RICE KRISPIES
KELLOGG'S
BOITE 725 g

CROQUADES NEILSON **1.49**
AMANDES GRILLÉES, ARACHIDES
et MIEL ou NOIX ou BEURRE
EMBALLAGE 255 g

ESSUIE-TOUT **1.06**
IMPRIME ou BLANC
HI-DRI
EMBALLAGE 2 ROULEAUX

PAPIER **2.39**
ALUMINIUM, REYNOLD'S
18 POUCHES X 25 PIEDS
LE ROULEAU



FARINE
TOUT USAGE, ROBIN HOOD
SAC DE PAPIER 2.5 kg

2.49



GATEAU
SNACKIN, SAVEURS VARIÉES
BETTY CROCKER, 400 g

1.09

BISCUITS **1.89**
RITZ, REGULIERS
CHRISTIE
BOITE 450 g

FROMAGE **1.99**
MOZZARELLA
BLACK DIAMOND
EMBALLAGE 225 g

FROMAGE **2.99**
VELVEETA
KRAFT
EMBALLAGE 500 g

NOURRITURE **.39**
POUR BEBES, TAMISEE
SAVEURS VARIÉES, HEINZ
BOCAL 128 ml

NOMS et ADRESSES DES MARCHANDS

- EPICERIE MODERNE**
254 STE CECILE, ALMA
- M. GEORGES FORTIN**
105 RUE LAURIER, ALMA
- M. ADRIEN BOUDREAU**
1800 RUE MELANCON OUEST, ALMA
- MARCHE DEQUEN**
1020 AVENUE DU PARC NORD
QUARTIER DEQUEN, ALMA
- MARCHE LAFONTAINE INC.**
14 RUE ST-JOSEPH SUD, ALMA

- M. LOUIS JOSEPH BOUDREAU**
ST-ANDRE, CO. ROBERVAL
- EPICERIE ROBERT TURCOTTE**
97 ST-JOSEPH
ST-COEUR DE MARIE
- M. GERARD GUERIN**
RANG 3, HERBERTVILLE
- JACQUES TREMBLAY**
209 PRINCIPAL, ST-NAZAIRE



UN ENSEMBLE À DÎNER
20 morceaux "FESTIVAL"
COUPONS DE PARTICIPATION
EN MAGASIN

DESODORISANT **.89**
AVALÉ FUMÉE ou CHASSE ODEURS
WIZARD, AEROSOL
CONTENANT 170 g

DETERGENT **2.89**
LIQUIDE
WISK
CONTENANT 1 litre

SAVON BLANC **1.29**
REGULIER
DOVE
EMBALLAGE 2 PAINS

BISCUITS CHRISTIE **1.89**
FUDGE-O, PAUSE CAFE,
PIRATES ou PREFERES
EMBALLAGE 450 g