

JUOMAT – DRYCKER

OLVI
**COLA, COLA SOKERITON/
SOCKERFRI, GRAPE TAI/
ELLER ANANAS**
• 0,95 l (1,63 l)
• sis. pantin/inkl. pant 0,20



1,75 PLO/FL

OLVI
**MONSTER
ENERGIAJUOMAT
ENERGIDRYCKER**
• 0,5 l (4,88 l)
• sis. pantin/inkl. pant 0,15



2,59 TLK/BURK

SINEBRYCHOFF
**GOLDEN CAP
SIIDERI CIDER**
• 4,5 % 0,33 l (5,58 l)
• sis. pantin/inkl. pant 0,15
• voimassa, i kraft 2.1.2024 →



1,99 TLK

HARTWALL
**CULT
ENERGIAJUOMAT
ENERGIDRYCKER**
• 0,44 l (3,73 l)
• sis. pantin/inkl. pant 0,15



1,79 TLK

OLVI
**KEVYT OLO GREIPPI/
GRAPE, VICHY, VICHY
PÄÄRYNÄ/PÄRON TAI/
ELLER VICHY ANANAS**
• 12 x 330 ml (1,46 l)
• sis. pantin/inkl. pant 1,20



6,99 12-PACK



MARLI
SMOOTHIE
• 2,5 dl (7,96 l)

1,99 KPL/ST



HARTWALL
VICHY ORIGINAL
• 1,5 l (1,73 l)
• sis. pantin/inkl. pant 0,40

2,99 PLO/FL

CONAXESS TRADE
**PRIME
URHEILUJUOMAT
SPORTDRYCKER**
• 0,5 l (5,18 l)
• sis. pantin/inkl. pant 0,20



2,79 PLO/FL

PAPERIT – PAPPER



LAMBI
**TALOUSPAPERI
HUSHÄLLSPAPPER**
• 4 rll (0,99 rll)
• valkoinen/ vit
tai/eller kuvioitu

3,99 PKT



LAMBI
**WC-PAPERI
WC-PAPPER**
• 8 rll (0,75 rll)
• valkoinen/ vit

5,99 PKT



LOTUS
**EMILIA
TALOUSPAPERI
HUSHÄLLSPAPPER**
• 4 rll (0,93 rll)
• valkoinen/vit

3,69 PKT



LOTUS
**SOFT EMBO
WC-PAPERI WC-PAPPER**
• 8 rll (0,72 rll)
• valkoinen/ vit

5,79 PKT

HERKUTTELUUN – GODSAKER



MALACO
**TV MIX
MAKEISPUSSIT
GODISPÅSAR**
• 280-340 g (8,79-10,68)

2,99 PSS/PÅSE



FAZER
**KISMET
SUKLAAPATUKAT
CHOKLADSTÄNGER**
• 41-55 g (20,00-24,39 kg)

1€ KPL/ST

CLOETTA
**TUPLA
SUKLAAPATUKAT
CHOKLADSTÄNGER**
• 48-50 g (15,80-16,46 kg)

0,79 KPL/ST



INGMAN
**JÄTTIS
KERMATUUTIT
GRÄDDGLASSTRUTAR**
• 195 ml (9,18 l)
• vanilja, kinuski

1,79 KPL/ST



INGMAN
**JÄTTIS BESTIS
TUUTIT
GLASSTRUTAR**
• 146-150 ml (11,93-12,26 l)
• classic, salmiakki

1,79 KPL/ST

M-KETJU ON ITSENÄISTEN KAUPPIAIDEN PERUSTAMA KAUPPAKETJU

- M-Anssin kauppa, Aitoo
- M-Skafferi Ett, Bromarv
- M-Kauppa Hiidenpirtti
- M-Holmströms Lanthandel, Hitis
- M-Market Houtsjär, Houtsjärvi
- M-Market Itäkylä, Itäkylä
- M-Läivurin Valinta, Helsinki
- M-Market Koskikartano, Hämeenkoski
- M-Hyvän Mielen Kyläkauppa, Joutsa
- M-Market Kauhajoki, Kauhajoki
- M-Market Kesseli, Kivijärvi
- M-Eväs kulma, Kuopio
- M-Market Pentinkulma, Kurikka

- M-Market Lankojärvi, Lankojärvi
- M-Lapinkylän Kyläkauppa, Lapinkylä
- M-Market Paloniemi, Lohja
- M-Market Luhanka, Luhanka
- M-Market Sulva, Mustasaari
- M-MeiJän Kauppa, Muurasjärvi
- M-Market Muurla, Muurla
- M-Market Mäntyharju, Mäntyharju
- M-Market Keskipiste, Märynummi
- M-Market Norrnäs Närköp, Norrnäs
- M-Market Kupsu, Porvoo
- M-Tavaratalo Pudasjärvi, Pudasjärvi
- M-Puhoskylän Lähikauppa, Puhoskylä

- M-Market Pylkönmäki, Pylkönmäki
- M-Market Tikanmaa, Raisio
- M-Aseman Puoti, Rautjärvi
- M-Market Ruukki, Ruotsinpyhtää
- M-Market Rytinki, Rytinki
- M-Nikkilä, Sahalahti
- M-Market Kyläkauppa, Sastamala
- M-Market Sukeva, Sukeva
- M-Pellinge/Söderby-Boden, Suur-Pellinki
- M-Market JiiPeen Valinta, Syväräniemi
- M-Market Keihäskoski, Syväräniemi
- M-Market Säyneinen, Säyneinen

- M-Södra Vallgrunds Handelslag, Södra Vallgrund
- M-Market Taipalsaari, Taipalsaari
- M-Vapriikki, Tampere
- M-Teijon Kyläkauppa, Teijo
- M-Nybo's, Töjby
- M-Market Lukkari, Ullava
- M-Utulän Kyläkauppa, Utula
- M-Market Vahto, Vahto
- M-Vuohijärven M-kyläkauppa, Vuohijärvi
- M-Market Vuolenkoski
- M-Market Ylihärmä, Ylihärmä
- M-Kaiharin kauppa, Ylisen



**Palveleva
RUOKAKAUPPIAS**

BETJÄNANDE MATHANDLARE

Tarjoukset voimassa
/kampanjen är i kraft:
2.1.-28.1.2024



HK
**UUNILENKKI
UGNSLÄNKKORV**
• 2 x 400 g (3,75 kg)

23€
kpl/st



HK
**PIZZAT
PIZZOR**
• 2 x 230 g (10,87 kg)

25€
kpl/st



MEIRA
**SALUDO
KAHVIT
KAFFE**
• 2 x 450 g (10,00 kg)

29€
kpl/st



SNELLMAN
**SIKA-NAUTA
JAUHELIIHA
MALET KÖTT AV
GRIS OCH NÖT**
• 400 g (7,48 kg)

2,99 PKT



SNELLMAN
**KUNNON
LIHAPULLAT TAI
JAUHELIIHIÄ
RIKTIGA KÖTTBULLAR
ELLER FÄRSKÖTTBIFPAR**
• 300 g (9,97 kg)

2,99 PKT



VALIO HYVÄ SUOMALAINEN ARKI
**VIIPALEJUUSTOT
SKIVADE OSTAR**
• 400-500 g (8,98-11,23 kg)

4,49 PKT

RUUANLAIITTOON – TILL MATLAGNINGEN

KARINIEMEN
BROILERIN
FILEESUIKALEET
FILESTRIMLOR
AV KYCKLING
• 250–300 g (13,30–15,96 kg)

3,99 PKT

ATRIA
HIILLOS
MAKKARAT TAI MAKKARAPIHVIT
GRILLKORVAR ELLER KORVBIFFAR
• 2 x 320–400 g (6,25–7,81 kg)
• ei/inte: Lihaisa

25€
kpl/st

SNELLMAN
MAATIAISPOSSUN LIHASUIKALEET,
PALAPAISTI TAI KINKKUSUIKALE
STRIMLAT KÖTT, TÄRNAT KÖTT ELLER
SKINKSTRIMLOR AV LANTGRIS
• 300 - 400 g (9,98 - 13,30 kg)
• ei nopeat fileesuikaleet/ inte snabb filéstrimlor

3,99 PKT

ARLA
LEMPI
KERMAVILI
GRÄDDFIL
• 200 g (5,00 kg)

1€ PRK/BURK

HK
POPSI
GRILLI- TAI
KEVYT 10 NAKIT
GRILL- ELLER LÄTT 10
KNACKKORVAR
• 300 g (7,63 kg)

2,29 PKT

DOLMIO
KASTIKKEET
SÄSER
• 500 g (5,98 kg)

2,99 PRK/BURK

KIVIKYLÄ
WANHANAJAN
NAKKI
GAMMALDAGS
KNACKKORV
• 380 g (13,03 kg)

4,95 PKT

FELIX
KETCHUP
• 500 g (5,98 kg)

2,99 KPL/ST

JALOSTAJA
HERNEKEITTO
ÄRTSOPPA
• 435 g (4,57 kg)

1,99 PRK/BURK

HELPOSTI JA NOPEASTI – SNABBT OCH GOTT

ATRIA
SAUNAPALVI
PALVAD
SKINKA
• 350 g (11,40 kg)

3,99 PKT

SNELLMAN
VOILEIPÄKINKKU
TAI YLIKYPÄKINKKU
SMÖRGÄSSKINKA
ELLER EXTRAMÖR
SKINKA
• 300 g (12,17 kg)

3,65 PKT

SNELLMAN
HERKKUSIENILEIKE,
VALKOSIPULILEIKKELE-
MAKKARA TAI KIELI-
LEIKKELEMAKKARA
UPPSKÄRNINGSKORV
MED CHAMONJON,
UPPSKÄRNINGSKORV
MED VITLÖK ELLER
UPPSKÄRNINGSKORV
MED KOKT TUNGA
• 150 g (14,33 kg)

2,15 PKT

ATRIA
LAUANTAIMAKKARAT
LÖRDAGSKORVAR
• 225 g (7,96 kg)

1,79 PKT

ATRIA
ITALIANSALAATTI,
PUNAJUURISALAATTI
TAI PERUNASALAATTI
ITALIENSKSALLAD,
RÖDBETSSALLAD ELLER
POTATISSALLAD
• 400 g (4,98 kg)

1,99 RS/ASK

ATRIA KUNNON ARKI
MAKSALAATIKKO, RUSINATON MAKSALAATIKKO,
LIHAMAKARONILAATIKKO TAI LIHAPERUNA-
SOSELAATIKKO LEVERLÄDA, LEVERLÄDA UTAN
RUSSIN, KÖTTMAKARONI-
LÄDA ELLER KÖTTPOTATIS-
MOSLÄDA
• 350–400 g (4,98–5,69 kg)

1,99 KPL/ST

HK
MIKROATERIAT
MIKROMÄLTIDER
• 250–300 g (8,97–10,76 kg)
• ei/inte pikkusen parempi

2,69 KPL/ST

MR. PANINI
PANINIT
PANINER
• 235 g (16,98 kg)
• ei/inte gluteeniton/gluteinfri

3,99 KPL/ST

HK
KOLMIOLEIVÄT
BRÖD
• 160 g (16,81 kg)

2,69 KPL/ST

FRESH SERVANT
LOUNASHETKI
SUOSIKKISALAATIT
SALLADER
• 230–315 g (17,35–12,67 kg)

3,99 KPL/ST

SAARIOINEN
KLASSIKKOKEITOT
KLASSISKA SOPPOR
• 300 g (9,97 kg)
• ei/inte: kasviskeitot/
grönsaksoppor

2,99 KPL/ST

CREME BONJOUR
TUOREJUUSTOT
FÄRSKOSTAR
• 200 g (14,95 kg)

2,99 PKT

FORSSAN
RIISIPIIRAKKA
RISPIROG
• 390 g (5,10 kg)

1,99 PKT

DEL MONTE
ANANASSÄILYKKEET
MEHUSSA
KONSERVERAD
ANANAS I JUICE
• 2 x 140–230 g (5,43–8,93 kg)

2,50 kpl/st

SAARIOINEN
KASVISKEITOT
GRÖNSAKSOPPOR
• 300 g (9,97 kg)
• ei/inte: klassikkokeitot/
klassisksoppor

2,79 KPL/ST

KIVIKYLÄN
PALVARIN
PIHVIT
BIFFAR
• 250 g (11,56 kg)

2,89 PKT

KNORR
SNACKPOT
• 51–73 g (27,26–39,02 kg)
• ei/inte: täysjyvä/fulkkorn

1,99 KPL/ST

PAKASTEET – DJUPFRYST

Apetit
KASVIS-
SOSEKITTO
GRÖNSAKSPURÉ-
SOPPA
• 400 g (4,98 kg)

Apetit
KOTIMAINEN
PINAATTI-
KEITTO
• 400 g (4,98 kg)

APETIT
KASVISSOSEKITTO
TAI PINAATTIKEITTO
GRÖNSAKSPURÉ-
SOPPA ELLER
SPENATSOPPA
• 400 g (4,98 kg)
• ei/inte laktoositon/laktosfri

1,99 PKT

Findus
FISH & CRISP
KALAFILEET
• 200 g (14,95 kg)

Findus
FISH & CRISP
KALAFILEET
• 200 g (14,95 kg)

FINDUS
KALANUGETIT
TAI KALAFILEET
FISKNUGGETS
ELLER FISKFILEÉR
• 240–245 g (16,29–16,63 kg)

3,99 PKT

AAMUPALAKSI – TILL FRUKOST

NESTLE
FITNESS
TÄYSJYVÄHIUTALET
FULLKORNFLINGOR
• 350–375 g (11,97–12,83 kg)

4,49 PKT

ARLA
PROTEIINIRAHKAT
PROTEINKVARG
• 200 g (5,95 kg)

1,19 PRK/BURK

INGMAN
PERINTEINEN
JOGURTIT
YOGHURTAR
• 2 x 150 g (3,33 kg)

21€ kpl/st

INGMAN
PEHMEÄT JOGURTIT
MJUKA YOGHURTAR
• 900 g (1,88 kg)

1,69 PRK/BURK

ELOVENA
KAURAGRANOLA
HAVREGRANOLA
• 350 g (14,26 kg)

4,99 PKT

FAZER
KAURAPUIKULAT
HAVREBRÖD
• 365 g (4,90 kg)

1,79 PKT

KEIJU
ALENTAJA
MARGARIINIT
MARGARIN
• 375–400 g (12,48–13,31 kg)

4,99 PKT

VALIO
OLO
JOGURTIT
YOGHURTAR
• 4 x 125 g (5,78 kg)

2,89 PKT

ORKLA
JACKY
MAKUPALA
PUDDING
• 120 g (6,58 kg)

0,79 PRK/BURK

VAASAN
ISOT
PAAHTOLEIVÄT
STORA ROSTBRÖD
• 500–525 g (5,31–5,58 kg)

2,79 PKT

FLORA
MARGARIINIT
MARGARIN
• 400 g (4,98 kg)

1,99 PKT

DANONE
ACTIVIA
JOGURTIT
YOGHURTAR
• 4x125 g (5,78 kg)

2,89 PKT