

MENY

HVERDAGEN ER BEDRE MED MENY

Tilbudene gjelder
fra mandag til onsdag



69,90
ord.pris
109,00/PK

SPAR
35%

Kyllingfilet
610g, Kyllinggården
(114,59/kg)



99,00
ord.pris 179,00/kg

SPAR
44%

Lettsaltet torsk
ca 400g, Lerøy



24,90
ord.pris 32,90-
37,90/pos

SPAR
24-34%

Evergood kaffe
250g (99,60/kg)

Kun 13,62 pr. flaskel!



109,00
ord.pris 149,00/pk

SPAR
26%

Coca Cola/Coca Cola Zero
8x1,5l (9,08/l +pant)



-30%

Findus fisk
stort utvalg

Nytt brødslag hver torsdag!



**FAST
KNALLKJØP
25,00**
pr stk

SPAR
37%



Grov
kornbrød
700g, Jacobs Utvalgte,
butikkstekt, 57% grovt (35,71/kg)

Vi tar forbehold om eventuelle trykkfeil og prisjusteringer. Tilbudene gjelder 16.10 - 18.10.



Hverdagen ER BEDRE MED MENY

Finn oppskrifter og tilbud
på [MENY.no](#) eller i



-appen!

RASKE MIDDAGER HOS MENY!

Dårlig tid, men lyst på noe godt til middag? Gå for en av våre raske middager! I ferskvaredisken vår finner du ferske og ferdige middagsløsninger med hjemmelaget smak, som karbonader, lasagne, calzone, pasta og biff stroganoff.



Husk salat, nystekte rundstykker eller godt brød!



Lasagne
fra varmeskapet (129,00/kg)



Nystekte rundstykker
Plukk & miks



Grovt kornbrød
700g, Jacobs Utvalgte,
butikkstekt, 57% grovt (35,71/kg)

**SPAR
18%**
12.90
ord.pris 15,90/kg

**FAST KNALLKJØP
3 FOR 25**

Nytt brødslag hver torsdag!



**SPAR
37%**
**FAST KNALLKJØP
25.00**
pr stk

Helgekos!

Kremet chevre og salt spekeskinke sammen med søte nøtter og frisk timian
– dette ostesmørbrødet er perfekt helgekos.

Tips og oppskrifter finner du på [MENY.no!](#)

Chevre
fra ostedisken (249,00/kg)

Parmaskinke
70g (570,00/kg)

SPAR 16%
24⁹⁰
ord.pris 29,90/kg

SPAR 27%
39⁹⁰
ord.pris 54,90/pk

Klar til å varmes

Toro BALI Kyllinggrøte
SPAR 10-31%
49⁹⁰
ord.pris 55,90-72,90/pk

Toro JEGERGRØTE
SPAR 20-28%
19⁹⁰
ord.pris 24,90-27,90/pose

Toro STROGANOFF grøte
SPAR 30%
34⁹⁰
ord.pris 49,90/pose

Velbekomme gryter
400g, Toro (124,75/kg)

Jegergrøte/stroganoff
107-110g, Toro

Tortellini/ravioli
250g, Rana (139,60/kg)

PÅ SITT BESTE AKKURAT NÅ



Norske rotgrønnsaker er på sitt beste akkurat nå. De er ypperlige i gryteretter og supper, eller som tilbehør. Mos dem, glasér dem eller lag en frisk råkostsalat.

Hva med å servere fargerik tapas fra høstens spiskammer?



oppskriftene finner
du på [MENY.no](#)



PIZZA I HØSTMØRKET

Nå som høsten kommer krypende er det få ting som er bedre enn en deilig pizza.

Med Peppes Pizza produkter er det enkelt å lage pizza hjemme på ditt eget kjøkken, – akkurat slik du liker den.



Peppes Pizza
Plukk og miks, pizzaproducter fra Peppes

**FAST
KNALLKJØP
3 FOR 2**



Mozzarella di bufala
125g, fersk (239,60/kg)

**FAST
KNALLKJØP
2 FOR 59,90**



Brie de Paris
500g (119,80/kg)

**FAST
KNALLKJØP
59,90
pr stk**

**FAST
KNALLKJØP**



**FAST
KNALLKJØP
5 FOR 69,00**

Farris Bris
1,5 ltr. Plukk & miks (9,32/l + pant)



**FAST
KNALLKJØP
24,90
pr pk**

**Tanzi parmaskinke/Porxas serranoskinke/
Stranda spekeskinke**
40-80g i skiver (311,26-622,50/kg)



**FAST
KNALLKJØP
2 FOR 99,00**

Hjemmelagde fiskeprodukter
200-450g, Lofoten



**FAST
KNALLKJØP
89,00
pr pk**

Pepsi Max/Solo
12 x 0,33 l, boks (22,47/l+ pant)

TILBUD

100-VIS AV gode TILBUD HVER UKE!



24⁹⁰

ord.pris 32,90-
37,90/pose

SPAR
24-34%

Evergood
250g, stort utvalg (99,60/kg)



30⁰⁰

ord.pris 39,90/stk

SPAR
24%

Nystekt Dansk Wienerstang
375g, fra bakeriet (80,00/kg)



10⁰⁰

ord.pris 17,90/stk

SPAR
44%

Nystekt Spandauer
90g, m/krem, fra bakeriet (111,11/kg)



24⁹⁰

ord.pris 39,90/kg

SPAR
37%

Farmers coffee
250g, filtermalt, Fairtrade (99,60/kg)



44⁹⁰

ord.pris 59,90/pk

SPAR
25%

Napoleonkake
350g, 2pk (128,29/kg)



39⁹⁰

ord.pris 52,90/pose

SPAR
24%

Chilinøtter
230g, Den Lille Nøttefabrikken
(173,48/kg)

Kun 13,62 pr. flaske!



109⁰⁰

ord.pris 149,00/pk

SPAR
26%

Coca Cola/Coca Cola Zero
8x1,5l (9,08/l + pant)



34⁹⁰

ord.pris 43,50-
46,90/fl

SPAR
19-25%

Head & Shoulders
200-250ml, shampoo/balsam
(139,60/174,50/l)



-30%

Dyremat
stort utvalg



-30%

Pierre Robert ull til dame
stort utvalg

MINMENY

- et smartere
fordelsprogram



YES maskinoppvask
16stk, Platinum, alt i ett (1,87/vask)

29⁹⁰
ord.pris 49,90/pk

SPAR
40%



Neutral tøyvask
975g, color/white, parfymefri (1,34/vask)

34⁹⁰
ord.pris 47,90-
48,90/pk

SPAR
27-28%



Nivea
diverse hygieneprodukter

19⁹⁰
ord.pris 24,50-
36,90/stk

SPAR
18-46%



Define hårpleie
Plukk & miks, shampoo, balsam, styling

**FAST
KNALLKJØP
3FOR2**



Barnegrøt og barnematglass
stort utvalg, Nestlé/Semper/Hipp

**FAST
KNALLKJØP
3FOR2**



Bleier, Libero & Pampers
Plukk & miks, fra str 3

**FAST
KNALLKJØP
2FOR79⁰⁰**

kun 3,70 pr rull



Toalettpapir
24 ruller, Unik

**FAST
KNALLKJØP
89⁰⁰
pr pk**



Tørkerull
8 ruller, Unik

**FAST
KNALLKJØP
49⁹⁰
pr pk**

MinMENY er et fordelsprogram basert på Trumf, der du som er MENY-kunde kan få ekstra fordeler når du handler hos oss.

NYE EKSTRA KUPONGER!

Som Trumf-kunde får du personlige tilbudskuponer fra MENY på det du kjøper ofte. Du kan aktivere dem i MinMENY, enten i appen eller på MENY.no.

Nå får du i tillegg fire ekstrakuponper på noen av våre bestselgere. Alle kuponene er gyldige t.o.m 18.10.

Reinsdyrkjøtt fra Finnmark
Alle varianter, fersk/frys, Finnmarksrein

-20%
på dagens hyllepris



Kjøttet er fra utvalgte dyr som beiter i spesielt utvalgte distrikter i Finnmark.
Gyldig fra 05.10-18.10.2017

AKTIVÉR NÅ

Cevita sitroner
løsvekt

-20%
på dagens hyllepris



Sitron eigner seg godt i dressinger og sauser.
Gyldig fra 05.10-18.10.2017

AKTIVÉR NÅ

Dr. Oetker Rustica
540-620g, gjelder alle varianter

-20%
på dagens hyllepris



Stor pizza med krasende, sprø, luftig bunn og masse fyll. Perfekt til deling!
Gyldig fra 05.10-18.10.2017

AKTIVÉR NÅ

Brioche Gourmet
600g, med/uten sjokolade, United Bakeries

-20%
på dagens hyllepris



Saftig og god brioche med eller uten sjokolade. Perfekt til kaffen!
Gyldig fra 05.10-18.10.2017

AKTIVÉR NÅ

MINMENY

-et smartere fordelsprogram

MinMENY er vårt fordelsprogram basert på Trumf, der du som er MENY-kunde kan få ekstra fordeler når du handler hos oss. Her er noen eksempler:



Last ned appen
eller gå på [MENY.no](#)
og logg inn



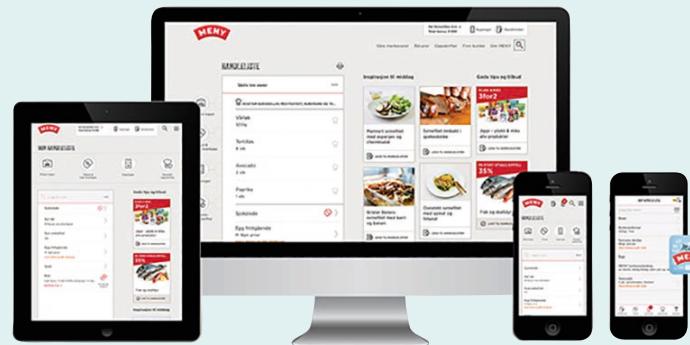
Er du ikke Trumfmedlem det enkelt å bli det,
direkte i appen, på [MENY.no](#)
eller ved å sende MINMENY til 2155

HUSK! ALLTID PERSONLIGE TILBUDSKUPONGER!

I MinMENY har du alltid personlige tilbudskuponger basert på det du kjøper ofte. I tillegg gir vi deg ofte ekstra tilbudskuponger som passer til sesongen.



I MinMENY-appen
får du også enkelt
oversikt over
tilbudene våre.



EN SMARTERE HANDLELISTE

Få oversikt over de varene du handler ofte, så blir det lett å lage handleliste.
Bruker du MinMENY på flere digitale enheter, synkroniseres handlelisten automatisk, også med de andre i din husstand.
Alltid oppdatert handleliste for den som handler!

Fordelene får du ved å logge inn med din Trumf-ID i MinMENY, enten i appen eller på [MENY.no](#).
Medlemskapet er gratis og helt uforpliktende.

Finn din MENY-butikk, åpningstider, inspirerende oppskrifter og filmer med gode tips og enkle steg-for-steg forklaringer på [MENY.no](#)



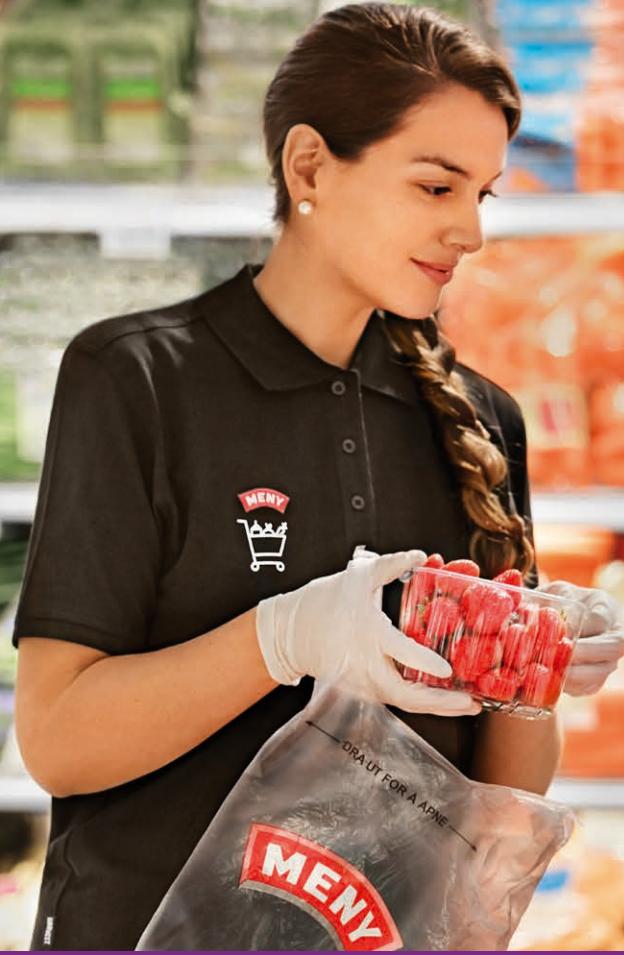
Følg 'MENY' for flere nyttige tips og inspirasjon.

MENY



NETTBUTIKK

Sjekk at vi levererer til
ditt område!



LA OSS HANDLE FOR DEG

Norges største
utvalg av daglig-
varer på nett
- rett på døren

BESTILL PÅ MENY.NO FØR KL. 12 OG FÅ VARENE SAMME DAG

MENY
Nettbukk
giør ukes-
handelen
enklere!



Oversikt over ofte kjøpte varer

Når du logger inn med din Trumf-ID får du oversikt over varer du kjøper ofte hos oss. Dette gjør det enklere og raskere for deg å bestille varene dine.



Oversikt over alle tilbud

I nettbukken får du full oversikt over alle våre gode tilbud, sortert ut fra hva du pleier å handle. Det gjør det enklere å spare penger.



Massevis av middagstips

Våre inspirerende oppskrifter gjør det enklere for deg å handle inn ukens middager. Du vil hele tiden finne nye, fristende oppskrifter basert på sesongens beste råvarer.



Bestill på tvers av nettbrøtt, pc og mobil

Du kan handle i MENY Nettbutikk fra både PC og mobil, til alle døgnets tider. Varene vil bli liggende i handlekurven på tvers av dine digitale enhetene.

100%
FORNØYD
- eller pengene tilbake

ALLTID STØRST UTVALG



ALLTID FERSKEST



ALLTID VÅRE BESTE PRISER



ALLTID PUNKTLIG