aquí supermercados

Oferta válida
do 4 ao 17 de febreiro de 2021

:plenus supermercados

moi preto de ti

San Valentín. Os detalles son importantes

Pax. 6

Reláxate fronte ao Atlántico

Gaña unha noite para 2 persoas con acceso ao circuito termal no
Hotel & Talaso Louxo de A Toxa
Consulta as bases en: www.povarelo.com/sorteos

Bombóns
FERRERO ROCHER
Est. 200 g 16 u

3,69 €
0,23 €/u

15 Sorteo filloeiras

Unha participación con cada compra superior a 10 €

Consulta as bases en:
www.gustameiraosuper.com

O sabor do Entroido na túa mesa

Unha escollida selección de produtos para saborear o Entroido

Pax. 6 e 7

froitería

Oferta de froitería, carnicería e peixería,
válida do 4 ao 10 de febreiro de 2021
en centros que dispoñan destas seccións

fresco, san

Mazá
PINK LADY
Kg
2,29€

Laranxa zume
Malla 2 kg
1,85€
0,93 €/kg

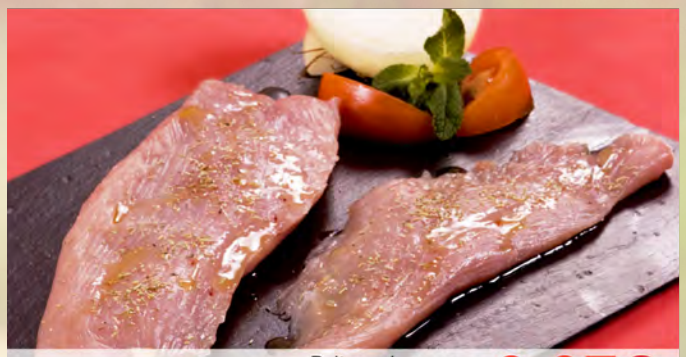
Cenoria
Bolsa 1 Kg
0,46€

Cebola doce
Kg
1,24€

carnicería

Filetes de Tenreira Galega
(tapa e contra)
Kg
9,95€

Costeletas de lombo
de porco
kg
5,25€



Peituga de pavo
Kg
6,95€

Lombo
adubado e ao allo
Kg
6,75€

e saboroso

peixería

Choquiños améndoa
Kg
6,99€

Langostino cru 35/45
kg
9,29€

Filetes de bacallau extra
Kg
10,69€

Luras
Sudáfrica
kg
9,99€

conxelados

Xeado bombón
SPAR
Pte. 4x120 ml
1,59€
3,31 €/l

Pizza
RISTORANTE Dr. OEKTER
Pte. 350 g aprox.
2,99€
8,42 €/kg

Salteado de verduras
SPAR
Bol. 400 g
0,89€
2,23 €/kg

Feixón plano troceado
SPAR
Bol. 1 kg
1,39€

Pasta con salsa de setas
SPAR
Pte. 400 g
1,49€
3,72 €/kg

Varitas pescada empanada
PESCANOVA
Pte. 300 g
1,95€
6,50 €/kg

Corazóns de pescada
PESCANOVA
Pte. 500 g
5,25€
10,50 €/kg

Barriñas surimi
KRISSIA
Pte. 200 g
1,99€
9,95 €/kg

Surfers de pescada
PESCANOVA
Pte. 400 g
2,99€
7,48 €/kg

Gula
LA GULA DEL NORTE
Pack 2x100 g
4,349€
21,75 €/kg

Filetes de Bacallau
PESCANOVA
Pte. 400 g
5,99€
14,98 €/kg

Gamba pelada
LONXANOVA
Pte. 700 g
8,95€
12,79 €/kg

refrixerados

Leite
LARSA
Brik 1 l
0,75€

Bebida de soia natural
VIVESOY PASCUAL
Brik 1 l
1,09€

Batido cacao 0%
CACAOLAT
Bot. 1 l
1,69€

Queixo liscos
FLOR DE BURGOS
LA BOCATERIA
Pte. 200 g
Cheddar
1,55€
7,75 €/kg
Resto variedades
1,39€
6,95 €/kg

Queixo de cabra xa cortado
GARCÍA BAQUERO
Cuña 250 g
3,89€
15,56 €/kg

Queixo semicurado
GARCÍA BAQUERO
Cuña 325 g
3,89€
11,97 €/kg

Queixo Baixo Sal
TRES OSCOS
Pza. 450 g
4,35€
9,67 €/kg

Queixo mestura semicurado
EL PASTOR
Pza. 3 kg. Kg
250 g x
1,62€
6,49 €/kg

Queixo semicurado
SAN VICENTE
Pza. mini. Kg
7,69€

Queixo mestura semicurado
SPAR
Pza. 3 Kg
250 g x
1,92€
7,69 €/kg

Queixo sandwich
LARSA
Barra. Kg
250 g x
2,00€
7,99 €/kg

Margarina vexetal
LIGERESA
Tarr. 250 g
1,00€
4,00 €/kg

Iogur sabores
YUGUI SPAR
Pack 8x125 g
1,15€

Arroz con leite
SPAR
Pack 4x125 g
1,15€
2,30 €/kg

Iogur Nat./Sab.
VITALINEA
DANONE
Pack 4x125 g
1,19€
2,38 €/kg

Xelatina antiox arandos
ROYAL
Pack 4x100 g
1,39€
3,47 €/kg

Iogur desnatado sen lactosa natural/sabores
KAIKU
Pack 4x125 g
1,49€
2,98 €/kg

Iogur cremoso natural/sabores
ACTIVIA
Pack 4x125 g
1,69€
3,52 €/kg

Postre chocolate
DALKY
LA LECHERA
Pack 4x100 g
1,69€
4,22 €/kg

Iogur natural/amorodo
DANACOL
Pack 12x100 g
5,49€
4,58 €/kg

charcutería

Bacallau
28/32
OUTON
Kg
12,95€

Bacallau Tacos
OUTON
Ban. 650 g
6,89€
11,48 €/kg

Salchichas Viena
SPAR
Pte. 200 g
0,75€
3,75 €/kg

Salchichas
Frankfurt
CAMPOFRÍO
Pack 4x6 u
1,65€
2,95 €/kg

Chourizo criollo
RIVERO
Bolsa 4 u
1,69€
4,83 €/kg

Longaniza Imperial
ELPOZO
Pza 230 g
1,99€
8,65 €/kg

Bacon afumado
SPAR
Pte. 200 g
2,19€
10,95 €/kg

Xamón serrano
Duroc Gran Res. 15 m
liscos finos
SPAR
Pte. 110 g
2,39€
21,73 €/kg

Chourizo/Salchichón
Ibérico
ESTIRPE NEGRA
Peza 200 g
2,89€
14,45 €/kg

Lombo ibérico cebo
50%
lisco fino
DELEITUM
Pack 2x50 g
3,79€
37,90 €/kg

Orella cocida
RIVERO
Tarr. 500 g
250 g x **3,99€**
7,98 €/kg

Friame York
11x11
ELPOZO
Kg
250 g x **1,10€**
4,39 €/kg

Mortadela de Pavo
Siciliana-C/Olivas
ELPOZO
Kg
250 g x **1,22€**
4,89 €/kg

Salchichón
Carrascoy
ELPOZO
Pza. 800 g
250 g x **1,90€**
7,59 €/kg

Xamón cocido
BONNATUR
ARGAL
Kg
250 g x **2,25€**
8,99 €/kg

Peituga de payo
CAMPOFRÍO
Kg
250 g x **2,49€**
9,95 €/kg

Peituga de pavo
Braseada
CAMPOFRÍO
Kg
250 g x **2,62€**
10,46 €/kg

Chourizo
Regio tripa cosida
ARGAL
kg
250 g x **2,72€**
10,89 €/kg

Lacón asado
Selecta
COREN
Kg
250 g x **2,73€**
10,90 €/kg

Xamón Reserva
Duroc 14 m
TORRE de NÚÑEZ
Pza. 7,5 Kg aprox.
59,00€
8,19 €/kg

ESPECIAL Ent

E se comezamos pola sobremesa?

Leite
FEIRACO
Brik 1 l
0,76€

Azucre
SANTA ANA
Bol. 1 Kg
0,65€

Ovo clase L
RIAS BAIXAS
Ducia
1,29€

Fariña
repostaría
GALLO
Pte. 1 Kg
0,79€

Orellas de entroido
CORONA DE ANDRADE
Pte. 200 g
2,25€
11,25 €/kg

Melindres de Vilalba
ANDRADE
Bol. 8 u
0,95€
0,12 €/kg

Anis
MARIE BRIZARD
Bot. 1 l
8,45€

San Valentín

Nata montada
ASTURIANA
Spray 25 cl
1,69€
6,76 €/l

Fresón
kg
3,75€

Cava
CARTA NEVADA FREIXENET
Pack 3x20 cl
3,89€
6,48 €/l

Viño espumoso
Albariño/Mencía
ALMA ALTLÁNTICA
Bot. 75 cl
7,95€
10,60 €/l

Bombóns
NESTLÉ CAJA ROJA
Caixa 400 g
6,99€
17,47 €/kg

Marron Glacé
CUEVAS
Fco. 300 g
11,35€
37,83 €/kg

Colonia
HERO MARK MÁRQUEZ
Vap. 100 ml + Deo
7,99€

Colonia
AITANA
Vap. 80 ml
+ Vial 10 ml
10,99€

roido

Empanada
CAMPELOS DO COTO
Pza. 500 g
Bacalao con pasas **4,59€** 9,18 €/kg
Resto variedades **3,79€** 7,58 €/kg

Repolo rizo
Kg
0,59€

Pataca Galega IXP
Bol. 4 kg
2,89€
0,72 €/kg

2ª unidade a **-70%**
Sae cada unidade a **2'57€**

Garavanzo
especial callos
LUENGO
Bol. 1 kg
3,95€

Costela de porco
salgada
Kg
5,99€

Faldra de
Tenreira Galega
Kg
6,99€

Cachucha curada
SERRA DO LAROUCO
Kg
2,95€

Lacón curado
sen pata
SERRA DO LAROUCO
Kg
5,75€

Chourizo galego
normal/picante
SERRA DO LAROUCO
Kg
8,95€

Androia
SERRA DO LAROUCO
Kg
8,75€

Touciño celta
CASA CASTELAO
Taco 375 g aprox.
Kg
14,25€

Chourizo
galego extra
TORRE DE NÚÑEZ
Kg
8,89€

Cachucha
de porco
RIVERO
Kg
1,72€
6,88 €/kg

Mini lacón
ao baleiro
TORRE de NÚÑEZ
Pza. 1,2 Kg aprox. Kg
6,90€

Viño Rioja
Crianza B. Azul
PATERNINA
Bot. 75 cl
3,95€
5,27 €/l

Viño Valdeorras
Godello/Mencía
EL PRECIPICIO
Bot. 75 cl
3,99€
5,32 €/l

Licores
café/herbas
PANIAGUA
Bot. 70 cl
6,35€
9,07 €/l

alimentación

selección SPAR

Oliva gordal con pepinillos **SPAR**
Fco. 370 g
1,69€
4,90 €/kg

Vinagre tinto **SPAR**
Bot. 1 l
0,65€

Pemento entero extra **SPAR**
Lata 250 g
0,59€
2,36 €/kg

Maionesa **SPAR**
Fco. 450 ml
1,00€
2,22 €/l

Lura **SPAR**
Pack 3x85 g
1,55€
9,39 €/kg

Fariña de trigo **SPAR**
Pte. 500 g
0,29€
0,58 €/kg

Croisant **SPAR**
Bol. 400 g
1,19€
2,97 €/kg

Pan tostado **SPAR**
Bol. 30 reb
0,89€
3,30 €/kg

Aceite xirasol **KOIPESOL**
Bot. 1 l
1,65€

Aceite xirasol toque mexicano **KOIPE**
Spray 150 ml
0,89€
5,93 €/l

Aceite 0,4° suave **CARBONELL**
Bot. 1 l
2,95€

Aceite oliva 1° sabor **KOIPE**
Bot.1 l
2,69€

Marmelada laranxa Diet **LA VIEJA FÁBRICA**
Fco. 280 g
1,45€
4,14 €/kg

Feixón verde fino picado **BONDUELLE**
Fco. 360 g
1,99€
5,53 €/kg

Tomate triturado **CIDACOS**
Lata 400 g
0,49€
1,22 €/kg

Espárragos xemas **CIDACOS**
Lata 155 g 10/15 u
1,45€
14,5 €/kg

Fabas/ Garavanzos Cocidos **CIDACOS**
Fco. 290 g
0,65€
2,95 €/kg

Sofrito caseiro **SOLIS**
Fco. 340 g
1,00€
2,94 €/kg

Tomate fritido **ORLANDO**
Brik 350 g
0,64€
1,83 €/kg

Calos carne **COREN**
Lata 625 g
3,45€
5,52 €/kg

Atún claro en aceite
PESCAMAR
Lata OL-120

0,79€
10,97 €/kg

Sardiña Pequena Aceite 8/10
VIGILANTE
Lata RR-90

0,87€
13,38 €/kg

Mexillón en escabeche
CALVO
Pack 3x80 g

1,95€
16,25 €/kg

Faba negra
LUENGO
Pte. 500 g

1,79€
3,58 €/kg

Arroz redondo
BRILLANTE SABROZ
Pte. 1 Kg

1,62€

Caldo de polo/verduras
ANETO
Brik 1 l

3,59€

Fermento
ROYAL
Pte. 4 Sob

1,59€
24,84 €/kg

Snacks
SNATT'S MIX&GO MISTERCORN GREFUSA
Bol. 55/90 g

1,25€
22,73 €/kg

Caramelo líquido
ROYAL
Bot. 400 g

1,75€
4,38 €/kg

Café moído Natural/Mestura
CANDELAS
Pte. 250 g

2,09€
8,36 €/kg

Cereais solubles xelea real/ magnesio
EKO
Fco. 150 g

1,99€
13,27 €/kg

Café cápsulas compostables Intenso/Colombia
CANDELAS
Caixa 15 u

3,98€
0,27 €/kg

Cacao soluble
COLA CAO
Mal. 2,70 Kg

12,95€
4,54 €/kg

Chocolate
LINDT LINDOR
Lib. 100 g

1,49€

Chocolate con leite extra
NESTLÉ
Lib. 270 g

1,49€
5,52 €/kg

Crema de cacao/ chocoleite 0%
NOCILLA
Vaso crist. 180 g

1,99€
10,47 €/kg

Galleta
MINI CHIPS/OREO/PRÍCIPE
Pte. 160 g

1,15€
7,19 €/kg

Galletas
CAMPURRIANAS CUÉTARA
Caixa 500 g

1,69€
3,38 €/kg

Galletas sen azucre engadido
DIET-FIBRA GULLON
Caixa 450 g

1,89€
4,20 €/kg

Copos de avena
DIET-RADISSON
Bolsa 500 g

1,39€
2,78 €/kg

bebidas

2ª unidade a -50% Sae cada unidade a 0'79€

Auga sen gas
FONTECELTA
Bid. 5 l
1,05€
0,21 €/l

Auga
AQUARÉL
Bot. 1,5 l
0,35€
0,23 €/l

Zumes
SABROSOL
Brik 1 l
0,65€

Zume 100% laranxas espremidas con/sen polpa
JUVER
Brik 1 l
1,39€

Refrescos
AQUARIUS
Lata 33 cl
0,71€
2,15 €/l

Refresco cola normal/zero
COCA-COLA
Pack 12x33cl
7,32€
1,85 €/l

Refresco cola cero
SPAR
Bot. 2 l
0,55€
0,28 €/l

Refresco Laranxa/Limón
FANTA
Bot. 2 l
1,14€
0,57 €/l

Tónica extractos
SPAR
Bot. 1,5 l
0,65€
0,43 €/l

Refresco Ice Tea Limón
SPAR
Bot. 1,5 l
0,69€
0,46 €/l

2x1€

Gasosa
LA CASERA
Bot. 500 ml
0,59€
1,18 €/l

Cervexa Radler torrada 0,0%
AMSTEL
Lata 33 cl
0,49€
1,48 €/l

Cervexa torrada
AMSTEL ORO
Lata 33 cl
0,55€
1,67 €/l

Cervexa torrada
AMSTEL ORO
Bot. 33 cl
0,69€
2,09 €/l

Cervexa 0,0
SAN MIGUEL
Pack 6x25 cl
1,99€
1,33 €/l

Cervexa especial
ESTRELLA GALICIA
Pack 6x25 cl
2,99€
1,99 €/l

2ª unidade a -50% Sae cada unidade a 3'64€

Viño Ribeiro
VIÑA REBOREDA
Bot. 75 cl
4,85€
6,47 €/l

Viño Mencía
MILENIUM
Bot. 75 cl
2,89€
3,85 €/l

Vermú Premium branco/vermello
POVARELO
Bot. 1 l
9,45€

Whisky
J&B
Bot. 70 cl
10,99€
15,70 €/l

droguería

Rolo de cociña kilométrico
COLHOGAR
Pte. 2 u
1,89€
0,94 €/u

Panos de mesa brancos/estilo
SCOTTEX
Pte. 64 u
0,55€
0,01 €/u

Deterxente líquido
ARIEL
Bot. 30 lav.
5,99€
0,20 €/lav

Deterxente líquido xel azul
DIXAN
Bot. 60 lav + 25%
6,99€
0,09 €/lav

Suavizante
MIMOSIN
Bot. 33 lav
1,89€
0,06 €/lav

Lavalouzas
FAIRY ULTRA
Bot. 480 ml
1,59€
3,31 €/l

Lavalouzas limón todo en 1
FINISH
Pte. 30 u
4,99€
0,17 €/u

Limpa máquinas
SOMAT 3D
Pte 3 u
2,25€
0,75 €/u

Lixivia
ESTRELLA
Bot. 1350 ml
1,49€
1,10 €/l

Limpador Superperfumado
DISICLIN
Bot. 1 l
1,49€

Limpador multiusos hixienizante
MIMIDU
Pist. 750 ml
1,59€
2,12 €/l

Limpiador WC Activo
BREF
1,25€

Limpador WC xel hixienizante
MIMIDU
Bot. 75 cl
1,49€
1,99 €/l

Ambentador 1 toque
BRISE
Aparato
2,49€

Luvas Nitrilo
BEHOLI
Varias tallas
Caixa 100 und
15,95€
0,16 €/u

Papel hixiénico Seda 3 capas
FOXY
Pte. 4+2 u
2,15€
0,36 €/u

Deterxente po
DIXAN
Mal. 72 cac
7,49€
0,10 €/cac

perfumería

mascotas

Folleto editado por: Ignacio de las Cuevas S.A. • C.I.F.: A-08484107 • Rúa dos Teceláns, 5. Pol. Ind. "El 21". 32001 Ourense. Telf.: 988 21 10 13. E-mail: icuevas@grupocuevas.com

PLENUS REMEDIOS
Remedios, 54-56
32002 Ourense
Tlf.: 988 244 103
remedios@plenus.es

PLENUS A GRANXA
A Granxa, 21
32005 Ourense
Tlf. e Fax: 988 608 324
agranxa@plenus.es

PLENUS Av. ZAMORA
Avd. Zamora, 41
32005 Ourense
Tlf.: 988 980 053
avzamora@plenus.es

PLENUS A RÚA
Progreso, 54-56
32350 A Rúa. Ourense
Tlf.: 988 685 455
arua@plenus.es

Plenus supermercados · aquí supermercados son marcas de GRUPO CUEVAS DESDE 1967

PLENUS QUIROGA
Rosalía de Castro, 7
27320 Quiroga. Lugo
Tlf.: 982 421 242
quiroga@plenus.es

PLENUS A POBOA
B. Quiroga, 22
27360 A Poboa de San Xiao. Lugo
Tlf.: 982 543 969
puebla@plenus.es

PLENUS MONTERROSO
Avd. de Lugo nº 29
27560 Monterroso. Lugo
Tlf.: 982 371 978
monterroso@plenus.es

PLENUS SAN ROQUE
San Roque, 106
27002 Lugo
Tlf.: 982 807 498
sanroque@plenus.es

PLENUS O PORRIÑO
P. de abastos. Mercado s/n
36400 O Porriño. Pontevedra
Tlf.: 886 134 787
porrino@plenus.es

PLENUS CAMELIAS
Camelias, 36
36202 Vigo. Pontevedra
Tlf.: 986 119 428
camelias@plenus.es

PLENUS HISPANIDADE
Av. Hispanidade, 76
36203 Vigo. Pontevedra
Tlf.: 986 415 837
hispanidad@plenus.es

PLENUS CABRAL
Ramón Nieto, 487
36205 Vigo. Pontevedra
Tlf.: 986 265 249
cabral@plenus.es

PLENUS A CAÑIZA
Silleda, 4
36880 A Cañiza. Pontevedra
Tlf.: 986 663 347
caniza@plenus.es

AQUÍ Av. PORTUGAL
Salvador de Madariaga, 3
32002 Ourense
Tlf.: 988 392 295
portugal@grupocuevas.com

AQUÍ RÍO SIL
Río Sil, 36
32001 Ourense
Tlf.: 988 511 503
riosil@grupocuevas.com

AQUÍ ALLARIZ
Emilia Pardo Bazán, 44
32660 Allariz. Ourense
Tlf.: 988 441 426
allariz@grupocuevas.com

@Megustairalsuper · @mgis__ · megustairalsuper · www.megustairalsuper.com

gústame ir ao super.com