

# Marché



Les infos *nutrition* de Pauline  
DIÉTÉTIENNE-NUTRITIONNISTE

La banane est excellente pour la santé cardiaque et riche en vitamine B6, qui soutient le métabolisme et booste la bonne humeur. Avec ses fibres et son sucre naturel, elle favorise une digestion saine et constitue une collation idéale pour un regain d'énergie avant le sport !



LA PIÈCE  
**1,19€**

BATAVIA  
Cat.1.



## LA BARQUETTE

**5,29€**

CERISE  
Cat.1. 500 g.  
Soit 10,58€ le kg.



LA PIÈCE  
**0,99€**

KIWI GOLD  
Cat.1.

NOUVELLE-ZÉLANDE



**PRIX COÛTANT\***

CETTE SEMAINE, SUR LA BANANE CAT.1

ORIGINE  
FRANCE



## SMOOTHIE KIWI-BANANE

(POUR 4 PERSONNES)

2 kiwis • 2 bananes • 1 yaourt • Jus d'ananas ou jus d'orange ou jus de mandarine ou jus multivitaminé

- Coupez les fruits en morceaux, ajoutez le yaourt et mixez.
- Versez dessus le jus de fruit plus ou moins selon votre goût et mixez à nouveau le tout.
- Vous pouvez ajouter des glaçons pour que la boisson soit bien fraîche.
- Pour ceux qui n'aiment pas le mélange avec les produits laitiers, vous pouvez remplacer le yaourt par un peu plus de jus de fruit.

## LA BARQUETTE DE 4 FRUITS

**1,49€**

POMME GALA ROYAL BIO  
Cat.2.



LE KG  
**4,29€**

ABRICOT  
Cat.1.



# Tout Sainplement

..... PAULINE BUDYNSKI .....

FAITES LE PLEIN  
DE BONS CONSEILS NUTRITION  
TOUTE L'ANNÉE !



DÉCOUVREZ-LES  
dans notre podcast  
Avec Pauline Budynski,  
diététicienne-nutritionniste



Concerner les magasins disposant d'un rayon traditionnel. Rendez-vous à l'accueil de votre magasin ou sur le site [www.supermarchemarché.fr](http://www.supermarchemarché.fr).  
\*Prix correspondant au prix d'achat + TVA.

OFFRES VALABLES DU MARDI 19 AU SAMEDI 23 MAI 2026

2 POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE MANGER TROP GRAS, TROP SUCRÉ, TROP SALÉ.