

moi
preto
de ti

Plenus
supermercados

 plenusonline.com

aquí

Válido do 5 ao 18
de febreiro de 2026

Saborea o

entroido

En páxinas interiores

Garavanzo
selecto
LUENGO
Pte. 1 k

3,91€



2ª unidade a
-50%
Sae a

1,96€



Bombóns
CAJA ROJA
NESTLÉ
Est. 398 g

10,99€
27,61 €/kg



9,85€
65,67 €/kg

Marron Glacé
CUEVAS
Est. 150 g



Mini Iacón
TORRE de NÚÑEZ
Pza. 1,2 kg aprox.
Kg

8,45€

Orellas
de entroido
ANDRADE
Caixa 200 g

3,35€
16,75 €/kg

Encarga a túa
cesta de froitas



o detalle perfecto

Participa no sorteo dun lote perfecto para celebrar
San Valentín
(amorodos, nata, chocolate, espumoso)

Consigue a túa participación cunha compra igual ou superior a 3€ en amorodos.
Válido do 27 de xaneiro ao 7 de febreiro. Sorteo o 9 de febreiro.

Laranxa zume
calibre 5/6
Kg**1,15€**

Orixe: España

Mazá vermella
PINK LADY
Kg**2,79€**

Orixe: España

Cebola doce
Kg**1,79€**

Orixe: Perú

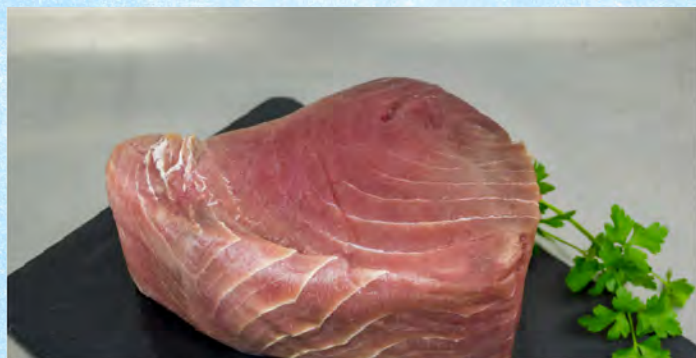
Kiwi
semiplano
Kg**3,29€**

Orixe: España

carnicería

Do 5 ao 11 de febreiro de 2026

Filetes de porco
Kg**4,49€**Solombo de porco
Kg**8,80€**Hamburguesa
misturada
Kg**8,90€**Cachopo
Kg**18,49€**



Lombo de atún
Kg **14,99€**



Troita "G"
asalmonada
Kg **8,49€**



Langostino Vannamei 30/40
fresco/cocido
Kg **10,99€**



Rodaballo
Peza 1/1,5 kg
Kg **19,99€**



Pastel de nata
Pza. 66 g **0,45€**
6,82 €/kg



Empanadilla de atún
Pza. 140 g **1,00€**
7,14 €/kg



Bastón gourmet
CAMPELOS DO COTO
Pza. 280 g **0,69€**
2,46 €/kg



Barra muiñeira
CAMPELOS DO COTO
Pza. 280 g **0,95€**
3,39 €/kg



Necesar Men
DOVE
(gel+champu+
mini+gel+aer)

9,79€

2ª unidade a
-50%
Sae a
5,00€



Bombóns
LINDOR CORNET
LINDT
Est. 200 g

9,99€
49,95 €/kg

Necesar
LAMELAR SHINE
TRESemme

12,99€



2ª unidade a
-50%
Sae a
1,18€



Fermento
ROYAL
Pte. 5x16 g
2,35€
29,38 €/kg

Fariña fina
de millo
MAIZENA
Pte. 400 g
2,99€
7,48 €/kg

Azúcar glacé
con dosificador
AZUCARERA
Pte. 500 g
2,30€
4,59 €/kg



2ª unidade a
-50%
Sae a
1,50€



Azucrer
AZUCARERA
Pte. 1 Kg

0,89€

Fariña trigo
con fermento
biscoitos
GALLO
Pte. 1 Kg

BIZCO



Saborea o entroido

2ª unidade a
-50%
Sae a
1,89€



Viño Ribeiro
branco/tinto
PAZO
Bot. 75 cl

4,50€
6,00 €/l

Viño
D.O. Valdeorras
ALBAR
Bot. 75 cl

3,78€
5,04 €/l



Licores
café/herbas/torrado
PANIAGUA
Bot. 70 cl

6,95€
9,93 €/l

Vermú Premium
branco/vermello
POVARELO
Bot. 1 l

8,95€



Mercado
2 unidades
GRATIS
Un paquete 1 kg
azucrer
SPAR



Anís
ANIS DEL MONO
Bot. 70 cl

8,45€
12,07 €/l



Pataca galega IXP
Ból. 3 kg

3,45€
1,15 €/kg

Válido do
12 ao 18 de febreiro



1,49€



HARINA DE FUERZA DE TRIGO

FUERZA

W>300

Fariña de forza GALLO Pte. 1 Kg

1,39€



Esencia Anís/Vainilla NORTE Tubo

0,79€



2ª unidade a -50% Sae a

0,40€

2ª unidade a -70% Sae a

0,49€



EL COLMENAR DE SARA DESDE 1976

Mel EL COLMENAR DE SARA Fco. 500g

5,45€

10,90 €/Kg



Ovos campeiros PAZO DE VILANE Est. 6 u

2,19€

4,38 €/doc



Pimentónicante/doce JAUJA Lata 75/125 g

1,85€

24,67/14,80 €/kg



Garavanzos cocidos CIDACOS Fco. 570 g

1,64€

4,10 €/kg



Lacón sen pata TORRE de NÚÑEZ kg

7,49€

Cachucha de porco curada sen óso TORRE de NÚÑEZ Kg

10,45€



Touciño entrefebrado curado anacos COREN Pte. 250 g

3,95€

15,80 €/kg

Botelo TORRE de NÚÑEZ Kg

9,95€



Lacón curado COREN Pte. 380 g

4,50€

11,84 €/kg



Repolo rizo Kg

0,89€

Válido do 12 ao 18 de febreiro

Chourizo afumado COREN Pte. 320 g

3,29€

10,28 €/kg



refrigerados

Pascual
LECHE DESNATADA
LECHE ENTERA
Leite PASCUAL Brik 1 l

Descremado 1,19€
Semi 1,25€
Entero 1,29€

alpro
ALMENDRAS SIN AZÚCAR
Bebida amêndoa sen azucre ALPRO Bot. 1 l

2x1 Sae cada unha a 1,10€
2,19€

PULEVA
Vita Calcio
Leite descremada/semi VITA CALCIO PULEVA Brik 1 l

1,39€

ASTURIANA
LECHE SIN LACTOSA
Leite sen lactosa ASTURIANA Brik 1 l

Descremada 1,15€
Semidescremada 1,21€

Cacaolat
Batido CACAOLAT Pack 4x20 cl

3,25€
4,06 €/l

Lechera
logor trufa/galleta/turrón LA LECHERA Pack 2x125 g

1,69€
6,76 €/kg

ACTIVIA
logor fibra normal/0% ACTIVIA DANONE Pack 4x115/120 g

2,99€
6,50/6,23 €/kg

kefir
Kéfir natural/arandos NESTLE Pte. 150 g

0,99€
6,60 €/kg

LARSA
Manteiga LARSA Pte. 250 g

3,41€
13,64 €/kg

Flora
Margarina FLORA Terr. 225 g

1,49€
6,62 €/kg

RENY PICOT
Nata Spray 250 g

2,69€
10,76 €/kg

RIKISSIMO
Masa de pizza familiar rectangular RIKISSIMO Pte. 400 g

1,45€
3,63 €/kg

congelados

SPAR
Ensaladilla de Verduras
Con patatas, zanahorias, pimientos verdes y guisantes. Ultrarcongelada.

Ensaladilla verduras SPAR Bol. 400 g

0,59€
1,48 €/kg

Findus
COCINA fácil
VERDURAS PARA SOFRITO
Cómalo, rápido y sin descongelar. TERNERO, TOMATE, PIMIENTO VERDE, AJO.

Verduras para sofrito FINDUS Bol. 250 g

2,29€
9,16 €/kg

PESCANOVA
Filetes de Merluza Argentina Sin Piel. GRANDES

Filetes de pescada PESCANOVA Pte. 400 g

3,99€
9,95 €/kg

PESCANOVA
PESKITOS MERLUZA
Pescada empanada PESKITOS PESCANOVA Pte. 400 g

2,99€
7,45 €/kg

Dr. Oetker
Rustica
PIZZA
pepperoni/4 cheese RUSTICA Dr. OETKER Pte. 565/555 g

4,80€
8,50/8,65 €/kg

Dr. Oetker
PIZZA TRADIZIONAL
INSPIRED BY ITALIAN TRADITION. 2x PIZZA BASES TOPPED WITH TOMATO SAUCE. TOP IT AS YOU WANT.

Base de pizza tradicional con tomate DR. OETKER Pack 2 u

4,65€
7,62 €/kg

SPAR
Helado de Chocolate
Xeados de chocolate con anacos de macadamia. 500 g

Xeados chocolate con anacos SPAR Terr. 1 l

2,49€

SPAR
RELADO / GELADO Vainilla Macadamia Eau Nacée
Xeados de vainilla de Macadamia SPAR Terr. 500 ml

2,79€
5,58 €/l

2ª unidade a

-50%

Sae a

1,50 €



Queixo enrolado
MINI BABYBEL
Bol. 85 g

2,39 €

28,18 €/kg



Queixo
EL CASERIO
Pte. 16 u

2,59 €

10,36 €/kg



Queixo
MINI BABYBEL
Bol. 6 u. 120 g

2,99 €

24,92 €/kg



Queixo ovella
FLOR DE ESGUEVA
Pza. 3 kg. Kg

19,80 €



Queixo liscos
cremoso/lixeiro
ASTURIANA
Pte. 250 g

3,39 €

13,56 €/kg



Queixo Brandiño
CASTELO
DE MOECHE
Pza. 800 g

7,99 €

9,99 €/kg



Queixo sandwich
normal/light
LARSA
Kg

11,99 €



Queixo
semicurado
GRAN CAPITAN
Pza. 3 kg. Kg

17,80 €



Salchichas
Bratwurst
CAMPOFRIO
Bol. 400 g

2,29 €

8,81 €/kg



Chourizo ibérico
normal/picante
EL SALMANTINO
Pza. 450 g

8,99 €

19,98 €/kg



Xamón cocido
NATURARTE
CAMPOFRIO
Kg

12,99 €



Peituga de payo
CAMPOFRIO
Kg

14,90 €



Pan de
chourizo/salchichón
ARGAL
Kg

14,99 €



Cachucha de porco
LALINENSE
Kg

17,80 €



Xamón curado
Medios
ARGAL
Kg

19,90 €



Paleta ibérica cebo
NAVIDUL
Mal. 10x70 g

39,00 €

55,71 €/kg



Xamón
Ibérico cebo
NAVIDUL
Pza. 7,5 kg aprox.

149 €

19,87 €/kg



Aceite oliva suave
LA ESPANOLA
Bot. 1 l

4,15€

2ª unidad a
-50%
Sae a
0,95€



Atún claro
PALACIO DE ORIENTE
OL-120

1,89€
26,25 €/kg



Sardinilla
tomate picante
PESCAMAR
Lata RR-90

1,15€
21,70 €/kg



Mexillón
escabeche
VIGILANTE
OL-120

1,39€
19,86 €/kg



Callos con
garavanzos
COREN
Lata 625 g

3,49€
5,58 €/kg

2ª unidad a
-50%
Sae a
0,85€



Pasta
BARILLA
Pte. 500 g

1,69€
3,38 €/kg

2ª unidad a
-50%
Sae a
0,40€



Sopas
KNORR
Sobre

0,80€

2ª unidad a
-50%
Sae a
0,88€



Caldo vextal
en pastillas
KNORR
Est. 12 u

1,75€
0,15 €/u

2ª unidad a
-50%
Sae a
1,10€



Maionesa
PRIMA
Bot. 400 ml

2,19€
5,48 €/l

2ª unidad a
-50%
Sae a
0,90€



Ketchup/Mostaza
PRIMA
Bot. 290/265 g

1,79€
6,17/6,76 €/kg

2ª unidad a
-50%
Sae a
1,50€



Salsa de soja
HEINZ
Fco. 150 ml

2,99€
19,93 €/l

2ª unidad a
-50%
Sae a
0,93€



Galleta
Lotus chocolate
BISCOFF
Pte. 150 g

1,85€
12,33 €/kg

2ª unidad a
-50%
Sae a
1,69€



Galleta
MARIA ORO CUETARA
Pte 600+200 g

3,37€
4,21 €/kg



Galleta
0% azucre engadido
MARBU
Pte. 300+100 g

2,85€
7,13 €/kg

2ª unidad a
-50%
Sae a
1,95€



Galletas
KRIT CUETARA
Bot. 350 g

3,89€
11,11 €/kg



Cereais mini
LION/CHOCAPIC NESTLE
Pte. 300 g

2,69€
8,68 €/kg



Café moido
natural/mestura
CANDELAS
Pte. 250 g

4,25€
17,00 €/kg

2ª unidad a
-50%
Sae a
2,13€



Café cápsulas
espresso roast
STARBUCKS
Est. 10 u

3,19€
0,32 €/u



Cacao soluble
up doble proteína
NESQUIK
Pte. 330 g

3,99€
12,09 €/kg

2ª unidad a
-70%
Sae a
1,20€



Chocolate
LINDT LINDOR
Lib. 100 g

3,99€



Chocolate
con amendoa
MILKA
Lib. 100 g

1,99€



Galleta mini
CHIPS AHOY!
OREO/PRINCIPE
Pte. 160 g

1,99€
12,44 €/kg

2ª unidade a
-70%
Sae a
0,50€



Natillas Caseiras
ROYAL
Pte. 100 g

1,65€

2ª unidade a
-50%
Sae a
1,20€



Olivas negras
sen óso
LA ESPAÑOLA
Lata 300 g

2,39€
6,83 €/kg



Champiñón
laminado
CIDACOS
Pack 3x85 g

3,25€
12,75 €/kg

2ª unidade a
-70%
Sae a
0,98€



Millo doce
BONDUELLE
Pack 3x150 g

2,69€
5,98 €/kg



Pemento Piquillo
ao allo
ANDRÉS BAIAORRI
Fco. 314 ml

1,79€
6,17 €/l

2ª unidade a
-50%
Sae a
0,95€



Tomate frito
HELIOS
Fco. 570 g

1,90€
3,33 €/kg



Marmelada
amorodo/framboesa/
froitado do bosque
LA VIEJA FABRICA
Fco. 280 g

2,89€
10,32 €/kg

2ª unidade a
-50%
Sae a
1,45€



Paté
Tapa negra
LA PIARA
Pack 3x75 g

3,45€
15,38 €/kg



Bechamel
RENY PICOT
Brik 50 cl

1,85€
3,70 €/l



Snacks
Pandilla/Pelotazos
CHEETOS
Bol. 75/130 g

1,50€
20,00/11,54 €/kg

SPAR



Anchoas en
aceite de oliva
SPAR
Lata RR-50

1,35€
46,55 €/kg



Feixón verde
fino cortado
SPAR
Fco. 720 ml

1,00€
2,78 €/l



Fabas/lentillas
cocidas
SPAR
Fco. 580 g

0,75€
1,29 €/kg



Ceboliñas brancas
SPAR
Fco. 370 ml

1,29€
3,58 €/l



Arroz longo
SPAR
Pte. 1 Kg

1,19€



Galleta rechea
chocolate
SPAR
Pte. 250 g

0,79€
3,16 €/kg



Tortiñas millo
SPAR
Pte. 130 g

0,89€
6,85 €/kg



Pan de molde
integral
SPAR
Pte. 460 g

0,75€
1,63 €/kg



Auga
FONT-VELLA
Bot. 1,5 l
0,67€
0,45 €/l



Néctar
sen azucre
DON SIMON
Bot. 1,5 l
1,65€
1,10 €/l



Bebida lactea
Tropical
BI-FRUTAS
PASCUAL
Brk 1 l
2,05€



Refresco
normal/zero
COCA-COLA
Pack 6x20 cl
3,60€
3,00 €/l



Refresco laranxa
Zero
FANTA
Bot. 2 l
1,59€
0,80 €/l

2ª unidade a
-50%
Sae a
0,50€



Tónica
Normal/Zero
SCHWEPES
Lata 33 cl
0,99€
3,00 €/l



Refresco té
FUZE TEA
Bot. 1,5 l
1,49€
0,99 €/l



Gasosa
LA CASERA
Bot. 1,5 l
1,00€
0,67 €/l

3x2
Sae cada unha a
0,61€



Cervexa sen filtrar
MAHOU
Lata 33 cl
0,92€
2,79 €/l

2ª unidade a
-50%
Sae a
0,48€



Cervexa
LA RUBIA
18/70
Lata 33 cl
0,95€
2,88 €/l

2ª unidade a
-50%
Sae a
0,44€



Cervexa 0,0% torrada
normal/sen glute
ESTRELLA GALICIA
Lata 33 cl
0,88€
2,67 €/l

3x2
Sae cada unha a
0,55€



Cervexa
KELER
Lata 33 cl
0,82€
2,49 €/l



Cervexa
SHANDY
CRUZCAMPO
Pack 6x25 cl
2,55€
1,70 €/l



Cervexa
DESPERADOS
Bot. 33 cl
1,00€
3,03 €/l



Cervexa
VOLL DAMM
Pack 6x25 cl
4,55€
3,03 €/l



Cervexa belga
LEFFE
Bot. 33 cl
1,35€
4,09 €/l



2ª unidade a
-50%
Sae a
2,98€
Viño Ribera del Duero
Roble
VALDERIVERO
Bot. 75 cl
5,95€
7,93 €/l



Viño Rioja
Tempranillo
CAMPO VIEJO
Bot. 75 cl
3,79€
5,05 €/l



Viño Ribeiro
Tinto
PAZO
Bot. 75 cl
4,50€
6,00 €/l



2ª unidade a
-50%
Sae a
1,98€
Viño
Tierra de Castilla
BERBERANA
CARTA DE PLATA
Bot. 75 cl
3,95€
5,27 €/l



Rolo cocina
MAGNOLIA
Pack 2 und
0,79€
0,40 €/u



Papel hixiènic
dobre folia
LEVIA
Pack 12 rolos
2,49€
0,21 €/u

2ª unidade a
-50%
Sae a
1,00€



Servilletas
40x40 2 c
TRAPUNTATI
FOXY
Pte. 50 u
1,99€
0,04 €/u



Panos peto
SCOTTEX
Pte 12 u
1,55€
0,13 €/u



Deterxente
FLOTA
Mal. 78 cac
7,59€
0,10 €/cac



Deterxente xel
adeus separar/
frescor
DIXAN
Bot. 30 lav
4,49€
0,15 €/lav



Deterxente
cápsulas
Oxi 3 en 1
ARIEL
Pte. 12 u
5,49€
0,46 €/u



Limpadores
AJAX
Bot. 1,25 l
1,99€
1,59 €/l



Limpador
desincrustante potas
ZORKA
Pist. 750 ml
2,99€
3,99 €/l

2ª unidade a
-50%
Sae a
0,80€



Lavalouzas
Spray limón
FAIRY
Bot. 500 ml
3,95€
7,90 €/l



Lavalouzas
xel antigraza
SOMAT
Bot. 33 lav
5,39€
0,15 €/lav



Baleta
microfibras
economic
SPONTEX
Pack 2 u
1,59€
0,80 €/u

2ª unidade a
-50%
Sae a
1,98€



Limpador WC
lavanda/eucalipto
Poder Activo
BREFF
Und.
2,59€



Recambio fregona
microfibras
VILED A
3,95€

2ª unidade a
-50%
Sae a
0,75€



Estropallo
salvaúñas
SCOTCH BRITE
Pte. 2+1 u
1,49€
0,75 €/u



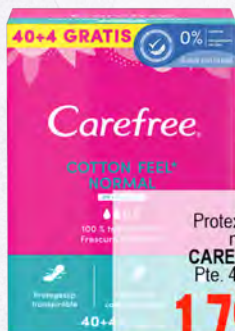
2ª unidade a
-50%
Sae a
1,05€

Suavizante
Concentrado
SAN
Bot. 1,5 l - 59 lav
2,09€
0,04 €/lav



Lavalouzas
FLOTA
Bot. 750 ml
0,85€
1,13 €/l

perfumería



Protexe slip normal
CAREFREE
Pte. 40+4 u

1,79€
0,04€/u

2ª unidade a
-50%
Sae a
1,69€



Toallíñas
SENSITIVE
DODOT
Caixa 54 u

2,25€
0,04€/u

2ª unidade a
-50%
Sae a
1,59€



Body milk
hidratante amendoas
CROWE
Bot. 400 ml

1,95€
0,49€/100 ml



Xel
LA TOJA
Bot. 600 ml

2,39€
0,40€/100 ml



Desodorizante
OLD SPICE
Stick 50 ml

3,59€
7,18€/100 ml



2ª unidade a
-50%
Sae a
1,25€

Cepillo dental
medio
ORAL-B
Pte. 2 u

2,50€
1,25€/u



Enxaugadura bucal
LISTERINE
Bot. 500 ml

3,99€
0,80€/100 ml



Maquiniña
desbotábel
BLUE 3
GILLETTE
Pte. 4 u

3,39€
0,85€/u



Escuma afeitar
Classic Sensitive
GILLETTE
Bot. 200 ml

1,99€
1,00€/100 ml



Champús
PANTENE
Bot. 325 ml

3,39€
1,04€/100ml



Laca
normal/extraforte
FIXPRAY
Spray 400 ml

4,39€
1,10€/100 ml



Máscara
Suave&Liso/Rizos/
Repara&Protexe
PANTENE
Bot. 300 ml

3,99€
1,33€/100 ml

mascotas



Comida gatos
bolas pelo/polo
ULTIMA
Bol. 1,5 Kg

10,95€
7,30€/kg



Comida gatos
junior
ULTIMA
Pte. 400 g

2,99€
7,48€/kg



Comida cans
Adulto
FRISKIES
Pte. 3 Kg

8,49€
2,83€/kg



Comida cans
boi/polo/cordeiro
FRISKIES
Pack 12x85 g

7,29€
7,15€/kg

Folleto editado por: Ignacio de las Cuevas S.A. • C.I.F.: A-08484107 • Ciudad del Transporte. Parc. E1-F1. Pol. San Cibrao das Viñas. 32901. San Cibrao das Viñas. Ourense. Telf.: 988 21 10 13. E-mail: icuevas@grupocuevas.com
Consulta as direccións das nosas tendas en www.grupocuevas.com



Detrás da
Compra da
túa **VIDA**
hai moito máis



Participa na gran recadación
contra o cancro sumando **X€**
na túa compra

ENGADIR Á CESTA



asociación
española
contra o cancro