

Platí od 18. 4. do 24. 4. 2024*

coop
JEDNOTA

Tempo
SUPERMARKET



Ilustračné foto

zľava do **20%**

069



Tradičná kvalita

Dusená šunka výberová 100 g

jednotková cena 6,90 EUR/kg

*Ceny niektorých tovarov platia do dátumu uvedeného pri tovare.

Široká ponuka
chutných potravín



zľava
do **45%**
6,39

Hovädzia zmes na polievku 1 kg
Balenie obsahuje hovädziu hrud'
s kosťou a špikové kosti.
jednotková cena 6,39 EUR/kg



**Kuracie stehná bez kosti
s kožou chladené 1 kg + grilovacia
zmes zdarma 1 bal.**
jednotková cena 3,99 EUR/kg

zľava
do **28%**
3,99





zľava
do **32%**

089



Zipser párky 100 g
jednotková cena 8,90 EUR/kg
Voľné



zľava
do **10%**

199



Mamičkine dobroty
Bravčové párky 2 druhy 180 g
jednotková cena 11,06 EUR/kg



chladené



vegánske



zľava do **44%**

0,99

**Nátierka zeleninová
chladená 2 druhy 125 g**
jednotková cena 7,92 EUR/kg



vegánske

zľava do **36%**

1,49

Vegan narez plátky 2 druhy 100 g
jednotková cena 14,90 EUR/kg





Monte dezert
rôzne druhy 125 g
jednotková cena 6,00 EUR/kg

zľava do **45%**

0⁷⁵



zmrzlina/nanuky

Monte
mrazený krém 460 ml
jednotková cena 4,98 EUR/l

zľava do **56%**

2²⁹



zľava
do **40%**

039

**Bagel luhovaný
so sezamom 60 g**
jednotková cena 6,50 EUR/kg



zľava
do **35%**

109

Jahody 250 g 1 bal.
jednotková cena 4,36 EUR/kg
Ilustračné foto



zľava
do **30%**

0,95

Mrkva zväzok 1 ks
Ilustračné foto

zľava
do **30%**

0,99

Šalát polníček

125 g 1 bal.

jednotková cena 7,92 EUR/kg

Ilustračné foto

Začína grilovacia sezóna



zľava
do **25%**
269

Président Camembert gril natur 225 g
jednotková cena 11,96 EUR/kg



zľava
do **23%**

239

Syr Président 2 druhy 150 g
jednotková cena 15,93 EUR/kg



ŽIVÁNSKA Z KURACÍCH STEHIEN

Ingrediencie:

- 6 vykostených kuracích stehien
- 12 väčších zemiakov ZELOVOC
- 3 žlté cibule ZELOVOC
- 300 g Zbojníckej slaniny Dobrá cena
- 200 g Družstevnej klobásy Dobrá cena
- morská soľ
- jánske sklo alebo alobal
- čierne mleté korenie Dobrá cena
- maslo Tradičná kvalita
- na vymastenie formy

Postup:

Jánske sklo alebo alobal vymastíme maslom. Nakrájané zemiaky naukladáme na spodok, osolíme a okoreníme.

Na zemiaky uložíme osolené a okorenené stehná, cibuľu, slaninu a klobásu. Prekryjeme opäť zemiakmi.

Alobal zatvoríme ako kapsu, jánske sklo prikryjeme pokrievkou. Pečieme 1 hodinu na 170 °C.





Šproty údené 2 druhy 120 g
pevný podiel 84 g
jednotková cena 25,60 EUR/kg

zľava
do **46%**

215



169

PREMIUM

Mexická zeleninová zmes 425 ml
pevný podiel 265 g
jednotková cena 6,38 EUR/kg



zľava do **47%**
159

Cestoviny bezlepkové Schär
2 druhy 250 g
 jednotková cena 6,36 EUR/kg



Tradičná kvalita

Croissant plnený rôzne druhy 60 g
 jednotková cena 4,83 EUR/kg

PRI KÚPE OD 2 KS

zľava do **51%**

039 zľava do **34%**
 pri kúpe 1 ks
 jednotková cena 6,50 EUR/kg

029





zľava do **34%**
0,99



Tyčinka proteínová 2 druhy 50 g
jednotková cena 19,80 EUR/kg

zľava do **41%**
0,69



Orion Banány
želé v čokoláde 60 g
jednotková cena 11,50 EUR/kg



zľava do **10%**
1,59

PREMIUM
Čokoláda horká rôzne druhy 80 g
jednotková cena 19,88 EUR/kg

zľava do **34%**
049



Oblátka Celi hope
mliečna polomáčaná 35 g
jednotková cena 14,00 EUR/kg



zľava do **40%**
055



Princezky sušenky 80 g
jednotková cena 6,88 EUR/kg



zľava do **23%**
139



Popradský Wellness
Matcha zelený čaj 27 g
jednotková cena 51,48 EUR/kg



zľava do **44%**
045

Budvar
výchepné 0,5 l
jednotková cena 0,90 EUR/l



zľava do **43%**
699

Sekt 1933 brut 0,75 l
jednotková cena 9,32 EUR/l



zľava do **32%**
1299

Beefeater
Gin 40% 0,7 l
jednotková cena 18,56 EUR/l



Sensodyne Rapid
zubná pasta 75 ml
jednotková cena 46,53 EUR/l

zľava
do **41%**

349



zľava
do **36%**

129



Harmony Eco Loving
3-vrstvové kozmetické utierky
100 ks 1 bal.

jednotková cena 0,01 EUR/ks



eko

JARNÝ REŠTART ORGANIZMU

Po zime sa mnohí ešte cítíme unavení, akoby sme potrebovali vliať telu do žíl novú energiu. Stačí zopár drobných zmien v našom doterajšom životnom štýle a onedlho sa zmeny dostavia.

Zamerajte sa na konzumáciu čerstvých potravín a jedlá, ktoré obsahujú veľa ovocia, zeleniny, celozrnných obilnín a kvalitných bielkovín. Ovocie a zelenina sú plné antioxidantov a vlákniny, pomáhajú odstraňovať toxíny z tela a podporujú zdravé fungovanie tráviaceho systému. Vyhnite sa spracovaným potravinám a rafinovaným cukrom, ktoré môžu zatažiť pečeň a zažívací trakt.

Zvýšte príjem vody

Príjem dostatočného množstva vody je kľúčový pre správne fungovanie tela a odplavovanie nepotrebných látok. Počas zimy pijeme menej, avšak jar je čas na zvýšenie príjmu tekutín. Pitie vlažnej vody ráno môže byť skvelým spôsobom, ako podporiť trávenie a odplavovanie škodlivých látok z tela. Pre príjemnejšiu chuť môžete pridať kvapku citrónovej šťavy.

Zahrňte do jedálneho lístka bylinky a koreniny

Niektoré bylinky majú priaznivý vplyv na očistné procesy tela. Kurkuma je známa svojimi protizápalovými a detoxikačnými vlastnosťami. Petržlen, šalvia alebo mäta takisto podporujú očistu organizmu. Využiť ich môžete na čaj alebo aj pri príprave jedla.

Dostatok spánku

Spánok je nevyhnutný na regeneráciu tela. Jeho nedostatok môže spomaliť metabolizmus a zhoršiť funkciu pečene, ktorá má na starosti práve odplavovanie toxínov z tela. Snažte sa dopriať si dostatok kvalitného spánku každú noc, aby ste podporili prirodzenú regeneráciu a očistu organizmu.

Relaxujte dostatočne

Stres má negatívny vplyv na naše fyzické aj duševné zdravie, preto je dôležité, aby ste si

každý deň našli moment na upokojenie a relaxáciu. Či už ide o meditáciu, relaxačné cvičenia ako hlboké dýchanie, cvičenie jogy alebo len šálka čaju a ničnerobenie, netreba naň zabudnúť. Neráta sa pozeralie televízie do neskorých hodín ani žiadne aktivity pri notebooku či mobile.

OČISTA POTRAVINAMI

Jedným z najúčinnějších spôsobov, ako podporiť očistu organizmu a opäť sa cítiť plní energie, je zmena potravín, ktoré konzumujeme. Čo pridať, aby sme sa na jar cítili lepšie?

1. LISTOVÁ ZELENINA

Zelená listová zelenina ako špenát, kel, mangold alebo rukola sú vynikajúcim zdrojom vlákniny, vitamínov A, C, K a kyseliny listovej.



Viac sa dočítate tu



Tempo

SUPERMARKET



VIAC AKO
90 PREDAJNÍ
TEMPO
SUPERMARKET

VŠETKO

NÁJDETE V TEMPE!*

Rozširujeme ponuku v našich predajniach. Na Slovensku nájdete viac ako 90 predajní COOP Jednota Tempo, v ktorých na vás čaká ešte širší výber tradičných a netradičných potravín. www.coop.sk

* S výnimkou zobrazeného šéfkuchára - ten je len ilustračný a nie je v ponuke predajní COOP Jednota Tempo.

coop
JEDNOTA

Najlepšie domáce potraviny

Predajne COOP Jednota TEMPO nájdete v mestách a obciach: Bánov; Banská Bystrica: Bernolákova, Rudohorská, Kyjevské námestie, Povstalecká; Bratislava; Brezno; Bytča; Čadca; Čierny Balog; Detva; Dubnica nad Váhom; Dudince; Dunajská Lužná; Dunajská Streda: Smetanov Háj, Mlynská; Dvory nad Žitavou; Gabčíkovo; Galanta: Hlavná, Česká; Gbelce; Handlová: SNP, ul. 29. augusta; Hanušovce nad Topľou; Humenné; Hviezdoslavov; Chorvátsky Grob; Kanianka; Kremnica; Krupina; Kysucké Nové Mesto; Lehnice; Levice; Lipany; Liptovský Mikuláš; Martin; Michalovce; Námestovo; Nesvady; Nitra: Slančíkovej, Chrenovská; Nitrianske Pravno; Nitrianske Rudno; Nová Baňa; Nové Zámky: Hlavné námestie, T. G. Masaryka, Janka Kráľa; Oravská Lesná; Oslany; Oščadnica; Palárikovo; Považská Bystrica: Tatranská, Rozkvet, Centrum; Prešov; Prievidza: L. Ondrejova, Majerská, Novackého; Púchov; Pusté Úľany; Rabča; Rajec; Ražské Teplice; Raková; Senec; Senica; Sereď; Skalité; Sládkovičovo; Snina; Spišská Nová Ves; Šaľa: Nám. Svätej Trojice, Hlavná; Štúrovo; Šurany; Topoľčany: Šafárikova, Sedmikrásková, M. R. Štefánika; Trebišov; Trenčín; Trnava: Limbová, Trojičné námestie; Trstice; Turzovka; Tvrdosovce; Veľké Úľany; Vlčany; Vráble; Zákamenné; Zlaté Klasy; Zlaté Moravce; Želiezovce; Žilina

Zoznam inzerentov: Titulná strana: COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **2. strana:** HYZA, a. s.; Bidfood Slovakia s. r. o., **3. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo; TAURIS a. s., **4. strana:** Orkla Foods Fresh Slovensko s. r. o.; Ryba Žilina, spol. s r. o., **5. strana:** ZOTT s. r. o., **6. strana:** Bidfood Slovakia s. r. o.; HORTIM – SK, s. r. o.; HORTI, s. r. o.; Ing. Jozef Horváth – RAMAS; Zeleninárska s. r. o., **7. strana:** HORTIM – SK, s. r. o.; HORTI, s. r. o.; Ing. Jozef Horváth – RAMAS, **8. strana:** Lactalis Slovakia, s. r. o., **9. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **10. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo; BALTAXIA s. r. o., **11. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo; McCarter a. s., **12. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo; Healthy Food Supplements s. r. o.; Nestlé Slovensko s. r. o., **13. strana:** Pečivárne Lipt.Hrádok, s. r. o.; I.D.C. Holding, a. s.; Baliarne obchodu, a. s. Poprad, **14. strana:** Budweiser Budvar SK, s. r. o.; Pernod Ricard Slovakia s. r. o.; Vinárske závody Topoľčianky, s. r. o., **15. strana:** Haleon Slovakia s. r. o.; SHP Harmanec, a. s., **16. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **17. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo

Textová inzercia: ACCOM Slovakia s.r.o.; ADANO, s.r.o.; AGRO TAMI, a.s.; AGROKARPATY, s.r.o. Plavnica; ANDACO, s.r.o.; AVEPHARMA, s.r.o.; B.M.Kávoviny, spol. s r.o.; BALTAXIA s.r.o.; Berto Trade s.r.o.; Bidfood Slovakia s. r. o.; BOCHVILL, spol. s r.o.; BONAVITA SERVIS spol. s r.o.; Bryndziareň a syräreň, s.r.o.; BUDIŠ a.s.; CALENDULA, a.s.; CELLTEX s.r.o.; CIMBALÁK s.r.o.; COOP JLC, a.s.; Danone s.r.o.; DL Lauko, s.r.o.; DRU a.s.; DUKACSO TRADE, spol. s r.o.; Ed. Haas SK, s.r.o.; ENCINGER SK s. r. o.; FOR-TRABE, s.r.o.; Gemermilk rs, s.r.o.; GGT a.s.; GORAL, spol. s r.o.; Herba Drug Trade s.r.o.; HERBEX spol. s r.o.; HORTI s.r.o.; HORTIM - SK s.r.o.; HYZA a.s.; CHOCOLAND a.s.; I.D.C. Holding, a.s.; Ing. Peter Kudláč - APIMED; JAV - AKC, s.r.o.; JS trade Slovakia, spol. s r.o.; KL Logistic Service spol. s r.o.; KOLIBA Trade, s.r.o.; KRUP s.r.o.; Lactalis Slovakia, s.r.o.; LEVICKÉ MLIKARNE a.s.; LINEA Slovensko, spol. s r.o.; LUMARKT, s.r.o.; M ä s p o m a spol. s r.o.; Mapa Spontex CE s.r.o.; Maspex Slovakia Trade s.r.o.; Mattes Slovakia, spol.s.r.o.; McCarter a.s.; MECOM GROUP s.r.o.; MILSY a.s.; MINERÁLNE VODY a.s.; Mlyn Kolárovo, a.s.; Mlyn Pohronský Ruskov, a.s.; MORAVEC KVALITNÍ PONOŽKY s.r.o.; MORAVOSEED SLOVAKIA, s.r.o.; MPC CESSI a.s.; NAMEX, s.r.o.; NEALKO ORAVAN, spol. s r.o.; NiKA, s.r.o.; NOVOFRUCT SK, s.r.o.; OPTIMA, a.s.; Orkla Foods Slovensko s. r. o.; Orkla Foods Fresh Slovensko s. r. o.; PALMA a.s.; Partner in Pet Food SK s.r.o.; Pečivárne Lipt.Hrádok, s.r.o.; PENAM SLOVAKIA, a.s.; Pivovar STEIGER a.s.; PODVIHORLATSKE PEKÁRNE A CUKRÁRNE a.s.; POLABSKÉ MLEKARNY a.s.; Poľnohospodárske družstvo Trsteník; Proxyma, s.r.o.; RAJO s.r.o.; RISO - R, s.r.o.; Ryba Žilina, spol. s r.o.; Savencia Fromage & Dairy SK, a.s.; SHP Harmanec, a.s.; SITIL BOHEMIA, s.r.o.; SOLNOBANSKÁ, akciová spoločnosť; ST.NICOLAUS-trade, a.s.; SWEETY ICE, s.r.o.; Syräreň Bel Slovensko a.s.; TATRACHEMA, výrobné družstvo Trnava; TATRAKON spol. s r.o.; Tatranská mliekareň a.s.; TAURIS, a.s.; TEKMAR SLOVENSKO, s.r.o.; THYMOS, spol. s r.o.; TOMATA s.r.o.; ÚSOVSKO SK, s.r.o.; VEPY, spol. s r.o.; VEST spol. s r.o.; Vinárske závody Topoľčianky, s.r.o.; VITAR SLOVAKIA, spol. s r.o.; ZLOM TRADE s.r.o.; ZOTT s.r.o.; Zvolenská mliekareň s.r.o.



Perun

Biova



Symbol vyjadruje pôvod poľnohospodárskych produktov a potravín v Slovenskej republike

v zmysle zákona č. 152/1995 Z.z. o potravinách v platnom znení v spojení s vyhláškou MPA RV SR č. 163/2014 Z.z.

o podmienkach používania dobrovoľného označovania poľnohospodárskych produktov a potravín na účely informovania spotrebiteľa.



Používajte biocídne výrobky bezpečne. Pred použitím si prečítajte údaje na obale a pripojené informácie o výrobku.

**TENTO PROPAGAČNÝ LETÁK OBSAHUJE 39%-NÝ
PODIEL POTRAVÍN VYROBENÝCH NA SLOVENSKU.**