



Catégorie d'aliments	Prix de repère (\$) / unité *
Lait 2%	1,50 \$ / L
Viande**	8,49 \$ / kg
Poisson**	12,64 \$ / kg
Œufs	3,09 \$ / douzaine
Fromage	13,97 \$ / kg
Beurre d'arachides	3,69 \$ / 500 g
Légumineuses	4,91 \$ / kg
Pomme de terre	1,10 \$ / kg
Légumes (autres que pomme de terre)**	3,27 \$ / kg
Agrumes	1,94 \$ / kg
Fruits (autres que les agrumes)**	3,01 \$ / kg
Céréales à déjeuner	2,89 \$ / 675 g
Pain	2,89 \$ / 675 g
Riz / pâtes alimentaires / farine	2,80 \$ / kg

**Basés sur les prix de janvier 2012 du panier à provisions du Dispensaire diététique de Montréal*

***Prix moyen à respecter pour la catégorie d'aliments*

Catégorie d'aliments	Prix de repère (\$) / unité *
Lait 2%	1,50 \$ / L
Viande**	8,49 \$ / kg
Poisson**	12,64 \$ / kg
Œufs	3,09 \$ / douzaine
Fromage	13,97 \$ / kg
Beurre d'arachides	3,69 \$ / 500 g
Légumineuses	4,91 \$ / kg
Pomme de terre	1,10 \$ / kg
Légumes (autres que pomme de terre)**	3,27 \$ / kg
Agrumes	1,94 \$ / kg
Fruits (autres que les agrumes)**	3,01 \$ / kg
Céréales à déjeuner	2,89 \$ / 675 g
Pain	2,89 \$ / 675 g
Riz / pâtes alimentaires / farine	2,80 \$ / kg

**Basés sur les prix de janvier 2012 du panier à provisions du Dispensaire diététique de Montréal*

***Prix moyen à respecter pour la catégorie d'aliments*

Catégorie d'aliments	Prix de repère (\$) / unité *
Lait 2%	1,50 \$ / L
Viande**	8,49 \$ / kg
Poisson**	12,64 \$ / kg
Œufs	3,09 \$ / douzaine
Fromage	13,97 \$ / kg
Beurre d'arachides	3,69 \$ / 500 g
Légumineuses	4,91 \$ / kg
Pomme de terre	1,10 \$ / kg
Légumes (autres que pomme de terre)**	3,27 \$ / kg
Agrumes	1,94 \$ / kg
Fruits (autres que les agrumes)**	3,01 \$ / kg
Céréales à déjeuner	2,89 \$ / 675 g
Pain	2,89 \$ / 675 g
Riz / pâtes alimentaires / farine	2,80 \$ / kg

**Basés sur les prix de janvier 2012 du panier à provisions du Dispensaire diététique de Montréal*

***Prix moyen à respecter pour la catégorie d'aliments*

Catégorie d'aliments	Prix de repère (\$) / unité *
Lait 2%	1,50 \$ / L
Viande**	8,49 \$ / kg
Poisson**	12,64 \$ / kg
Œufs	3,09 \$ / douzaine
Fromage	13,97 \$ / kg
Beurre d'arachides	3,69 \$ / 500 g
Légumineuses	4,91 \$ / kg
Pomme de terre	1,10 \$ / kg
Légumes (autres que pomme de terre)**	3,27 \$ / kg
Agrumes	1,94 \$ / kg
Fruits (autres que les agrumes)**	3,01 \$ / kg
Céréales à déjeuner	2,89 \$ / 675 g
Pain	2,89 \$ / 675 g
Riz / pâtes alimentaires / farine	2,80 \$ / kg

**Basés sur les prix de janvier 2012 du panier à provisions du Dispensaire diététique de Montréal*

***Prix moyen à respecter pour la catégorie d'aliments*