

# KEREDERN BREST

EPICERIE EPHEMERE 1 FOIS PAR MOIS  
au Centre Social "Les Amarres"

COMMANDE en ligne sur <https://epicerie.vrac-asso.org> ou lors  
de la permanence de commande sur le quartier

les amarres  
centre social & culturel

## DATE DE DISTRIBUTION

### commande internet

### permanence commande

**MARDI 15**

**SEPTEMBRE**

de 15h30 à 18h

du jeudi 3 septembre  
au mardi 8 septembre

mardi 8 septembre  
15h à 18h

### commande internet

### permanence commande

**MARDI 20**

**OCTOBRE**

de 15h30 à 18h

du jeudi 8 octobre  
au mardi 13 octobre

mardi 13 octobre  
15h à 18h

### commande internet

### permanence commande

**MARDI 17**

**NOVEMBRE**

de 15h30 à 18h

du jeudi 5 novembre  
au mardi 10 novembre

mardi 10 novembre  
15h à 18h

### commande internet

### permanence commande

**MARDI 15**

**DECEMBRE**

de 15h30 à 18h

du jeudi 3 décembre  
au mardi 8 décembre

mardi 8 décembre  
15h à 18h



## NOUS CONTACTER

[fred29@vrac-asso.org](mailto:fred29@vrac-asso.org) //

[naome29@vrac-asso.org](mailto:naome29@vrac-asso.org)

02 29 00 06 18 ou 07 86 22 92 46

## TARIFS -10% DU PRIX COUTANT\*

PRIX SUSCEPTIBLES D'ETRE SOUMIS A FLUCTUATION  
RESERVES AUX ADHESIONS A 1€



### PÂTES, RIZ, COUSCOUS

- Coquillettes demi-complètes...1.84€ le kilo
- Spirales demi-complètes.....1.84€ le kilo
- Penne complètes.....1.84€ le kilo
- Riz long semi-complet.....2.66€ le kilo
- Riz basmati demi-complet.....2.79€ le kilo
- Couscous demi-complet.....2.35€ le kilo
- Quinoa.....5.92€ le kilo
- Sarrasin décortiqué.....4.94€ le kilo



### LEGUMINEUSES

- Haricots rouges.....3.80€ le kilo
- Haricots blancs.....4.14€ le kilo
- Lentilles vertes.....3.06€ le kilo
- Lentilles corail.....2.26€ le kilo
- Pois chiches.....2.21€ le kilo
- Pois cassés.....2.52€ le kilo



### FRUITS SECS

- Abricots secs.....9.23€ le kilo
- Dattes .....4.68€ le kilo
- Figs sèches.....10.92€ le kilo
- Pruneaux.....4.77€ les 500g
- Raisins secs.....3.03€ le kilo
- Amandes décortiquées.....9.47€ le kilo
- Noix de cajou.....12.60€ le kilo



### EPICERIE SALEE

- Huile d'olive.....7.44€ le litre
- Huile de tournesol.....2.71€ le litre
- Coulis de tomates 680gr.....1.35€ le pot
- Aromates "on dirait le sud".....2.43€ le pot



### FROMAGES

- Cheddar.....3.33€ les 200gr
- Jackez.....3.33€ les 200gr



### EPICES

- Ail moulu.....2€ les 50gr
- Gingembre moulu, piment, poivre noir moulu, sept épices.....2.50€ les 50gr



### CAFES, THES

- Café moulu 500gr.....6.21€ le paquet
- Café en grains 1kg.....12.15€ le paquet
- Rooibos.....3.60€ les 100gr
- Thé vert.....4.66€ les 100gr
- Thé noir.....4.66€ les 100gr
- Tisanes digest/zen.....2.61€ les 25gr



### EPICERIE SUCREE

- Sucre.....1.80€ le kilo
- Miel de printemps 550g.....6.50€ le pot



### FARINES, PAIN, OEUFs

- Farine de blé noir.....2.16€ le kilo
- Farine de froment T80.....1.13€ le kilo
- Flocons d'avoine.....1.40€ le kilo



### HYGIENE ET ENTRETIEN

- Gel douche.....7€ le litre
- Shampoing.....5€ le litre
- Liquide vaisselle.....2.25€ le litre
- Lessive écologique.....2.65€ le litre
- Nettoyant multi-usage.....2.50€ le litre

Tous nos produits sont certifiés  
sauf l'huile d'olive, les épices, le miel, et les crêpes

L'hygiène et l'entretien sont certifiés



## TARIFS -30% DU PRIX COUTANT\*

PRIX SUSCEPTIBLES D'ÊTRE SOUMIS À FLUCTUATION  
RESERVES AUX ADHESIONS À 1€



### PÂTES, RIZ, COUSCOUS

- Coquillettes demi-complètes...1.43€ le kilo
- Spirales demi-complètes.....1.43€ le kilo
- Penne complètes.....1.43€ le kilo
- Spaghettis demi-complets.....1.43€ le kilo
- Riz long semi-complet.....2.07€ le kilo
- Riz basmati demi-complet.....2.17€ le kilo
- Couscous demi-complet.....1.83€ le kilo
- Quinoa.....4.61€ le kilo
- Sarrasin décortiqué.....3.84€ le kilo



### LEGUMINEUSES

- Haricots rouges.....2.95€ le kilo
- Haricots blancs.....3.22€ le kilo
- Lentilles vertes.....2.38€ le kilo
- Lentilles corail.....1.76€ le kilo
- Pois chiches.....1.72€ le kilo
- Pois cassés.....1.96€ le kilo



### FRUITS SECS

- Abricots secs.....7.18€ le kilo
- Dattes .....3.64€ le kilo
- Figs sèches.....8.49€ le kilo
- Pruneaux.....3.71€ les 500g
- Raisins secs.....2.36€ le kilo
- Amandes décortiquées.....7.68€ le kilo
- Noix de cajou.....9.80€ le kilo



### EPICERIE SALEE

- Huile d'olive.....5.79€ le litre
- Huile de tournesol.....2.11€ le litre
- Coulis de tomates 680gr.....1.05€ le pot
- Aromates "on dirait le sud".....1.89€ le pot



### FROMAGES

- Cheddar.....2.59€ les 200gr
- Jackez.....2.59€ les 200gr



### EPICES

- Ail moulu.....2€ les 50gr
- Gingembre moulu, piment, poivre noir moulu, sept épices.....2.50€ les 50gr



### CAFES, THES

- Café moulu 500gr.....4.83€ le paquet
- Café en grains 1kg.....9.45€ le paquet
- Rooibos.....2.80€ les 100gr
- Thé vert.....3.63€ les 100gr
- Thé noir.....3.63€ les 100gr
- Tisanes digest/zen.....2.03€ les 25gr



### EPICERIE SUCREE

- Sucre.....1.80€ le kilo
- Miel de printemps 550g.....6.50€ le pot



### FARINES, PAIN, OEUFs

- Farine de blé noir.....1.68€ le kilo
- Farine de froment T80.....0.88€ le kilo
- Flocons d'avoine.....1.09€ le kilo



### HYGIENE ET ENTRETIEN

- Gel douche.....7€ le litre
- Shampoing.....5€ le litre
- Liquide vaisselle.....2.25€ le litre
- Lessive écologique.....2.65€ le litre
- Nettoyant multiusage.....2.50€ le litre

Tous nos produits sont certifiés  
sauf l'huile d'olive, les épices, le miel, et les crêpes

L'hygiène et l'entretien sont certifiés

