



český obchod
s českým zbožím

nabídka platí 3. 10. – 9. 10. 40/12



TERNO

coop **TERNO**

České Budějovice • Český Krumlov • Hradec Králové • Olomouc • Prachatice • Třeboň • Týn nad Vlt. • Zlín • Bechyně • Trhové Sviny • Jihlava



**Kvalitní
potraviny
z našeho
regionu**

Více informací na straně 12.

~~69,90~~
54,90



z českých
chovů

KUŘECÍ PRSNÍ ŘÍZKY 500 g
mražené; 100 g = 10,98

~~38,90~~
23,90



PIVO ZLATOPRAMEN 1,5 l
11° Maxi; 1 l = 15,93

~~39,90~~
27,90



JIHOČESKÉ MÁSLO 250 g
82 % tuku; 100 g = 11,16

Na naše zboží



se můžete spolehnout!

**Vhodné
na uskladnění**

~~4,90~~
4,90

ZELÍ BÍLÉ 1 kg

~~4,90~~
4,90

BRAMBORY 1 kg
balení 25 kg – 119,90

~~6,90~~
6,90

CIBULE 1 kg
balení 5 kg – 34,90



www.facebook.com/ternocz.cz

Tradiční regionální uzeniny a české maso


z českých
chovů




z českých
chovů

114,90

Vepřová kýta 1 kg
bez kostí

akce



145,90

akce

Hovězí přední 1 kg
bez kostí – klížka




VODŇANSKÉ
KUŘE
Vždy čerstvé, vždy chutné!


z českých
chovů

59,90

Kuřecí čtvrtky 1 kg
chlazené (prodej u obslužného pultu)

akce




NOVÁKOVA
BUDĚJCKÉ
UZENINY

10,90

běžně 14,90

Klobása Terno 100 g




KOSTECKÉ
UZENINY

35,90

běžně 49,90

Javořické párky 400 g
100 g = 8,98




VYSOČINA


VYSOČINA

10,90

běžně 13,90

Vysočina Dle gusta 100 g




KRAHUŠNÍK

9,90

běžně 13,90

Selský salám 100 g

15,90

běžně 19,90




LE & CO
VÝMĚNA LÁZDŮ

Šunka od kosti
nejvyšší jakosti

Šunka od kosti 100 g
nejvyšší jakosti – plátkovaná




LE & CO
VÝMĚNA LÁZDŮ

11,90

běžně 14,90

Šunkové koleno 100 g
ručně skládané



17,90

běžně 21,90

Paštika s kuřecími játry 300 g
100 g = 5,97




KRÁSNŮ

11,90

běžně 15,90

Cikánská
lahůdka 100 g



5,90

běžně 7,90

Pařížský
salám 100 g


PŘÍBRAMSKÁ
UZENINA




VODŇANSKÉ
KUŘE
Vždy čerstvé, vždy chutné!


VODŇANSKÉ
KUŘE
Vždy čerstvé, vždy chutné!

KUŘECÍ ŠUNKA
z prsních řízků

KUŘECÍ ŠUNKA
z prsních řízků - ZAUZENÁ

15,90

Kuřecí šunka 100 g
z prsních řízků, z prsních řízků zauzená

běžně 19,90



český obchod s českým zbožím

TERNOcoop **TERNO**

KVALITNÍ STRAVOVÁNÍ NAVZDORY POTRAVINOVÉ ALERGII

Celiakie či alergie na lepek

Alergie na lepek neboli celiakie je očima moderního lékařství celoživotní autoimunitní onemocnění. Lepek (gluten) je směsí bílkovin gliadinu a glutenu, které se nacházejí v pšenici, ječmenu a žitu, ale někteří alergici mohou reagovat i na oves, jenž obsahuje glutenu podobnou bílkovinu, avenin.

Při celiakii konzumace lepku vede imunitní systém k tvorbě protilátek, jež napadají citlivou sliznici střeva zodpovídající za vstřebávání živin z potravy. Opakovaná konzumace alergizujících potravin vede k zánětu střevní sliznice, popřípadě až k jejímu zmenšení s následným narušením schopnosti trávení potravin. Vzniklá porucha trávení a vstřebávání živin může být základem pro vznik mírných trávicích potíží, ale i závažných stavů anémie a osteoporózy, extrémní únavnosti, depresí anebo vést k opakovaným potratům. Projevuje se ale i potížemi a nemocemi, jež by člověk na první pohled nedával do souvislosti s alergií na lepek, např. ekzémy, kožními záněty, akné, alergiemi, pylovými rýmami, astmatem, opakovanými nemocemi horních dýchacích cest či sníženou obranyschopností.

Lepek se běžně nachází v pečivu a těstovinách, ale často je schován i v celé řadě dalších potravin, jako například v salámech, salátových zálivkách nebo pivu. Bezlepková dieta může být výživově dostatečná, avšak díky možnému nižšímu příjmu obilovin hrozí nedostatek vlákniny. Proto je při bezlepkové dietě třeba konzumovat dostatek jiných vlákninou bohatých potravin, jako jsou například zelenina a luštěniny. Doporučené jsou obzvláště jáhly, pohanka, kukuřice, rýže a amarant neboli laskavec.

Přísná bezlepková dieta je základním terapeutickým krokem při alergii na lepek. V případě jejího dodržování se stav střevní sliznice zregeneruje.

Obliba bezpečných výrobků roste také kvůli novým trendům ve výživě, jako je například snaha odlehčit svému zažívání.

Co vlastně je bezlepková dieta?

Bezlepková dieta znamená vyřazení všech potravin, které jsou vyrobeny z obilnin obsahujících lepek (žito, pšenice, oves, špalda, ječmen).

Jak naleznete bezlepkové výrobky ve vašem supermarketu Terno?

- V současné době nabízíme v supermarketech Terno na 150 druhů výrobků speciálně určených pro bezlepkovou dietu
- Výrobky, které jsou bezlepkové, mají přímo na etiketách v názvu uvedeno, že jde o výrobky bezlepkové nebo je poznáte podle přeškrtnutého klasu přímo na obalech výrobků
- Nabídku bezlepkových výrobků neustále aktualizujeme a přizpůsobujeme aktuální poptávce.

Při nakupování bezlepkových výrobků je třeba sledovat přesné složení výrobku, a to i přídatných látek.

Zákaznický klub

Věrnost se vyplácí



8,90

běžně 13,90

Jogurt Sanée 150 g
vybrané druhy; 100 g = 5,94



5,50

Dobrá máma 120 g
běžně 6,90
vybrané druhy; 100 g = 4,58



8,90

Kinder mléčný řez 28 g
akce
100 g = 31,79 (cena platí do 31. 10.)



11,90

běžně 15,90

Mléčná rýže Kunín 150 g
vybrané druhy; 100 g = 7,93



9,90

běžně 13,90

Mléko Lipánek 250 ml
trvanlivé – 1,3 % tuku – vybrané druhy; 100 ml = 3,96



26,90

cena od

Bohemilk Condé 397 g
sladké zahuštěné plnotučné mléko – **26,90**;
Caramelo, Caramelo kakao – **29,90**;
100 g = od 6,78



23,90

Želetava Smetanito 150 g
3 ks – smetanové;
100 g = 15,93



12,90

Tavený sýr
Hochland 100 g
vybrané druhy; 100 g = 12,90



10,90

akce

Tvaroh Ranko 250 g
odtučněný; 100 g = 4,36 (cena platí do 31. 10.)



20,90

běžně 25,90

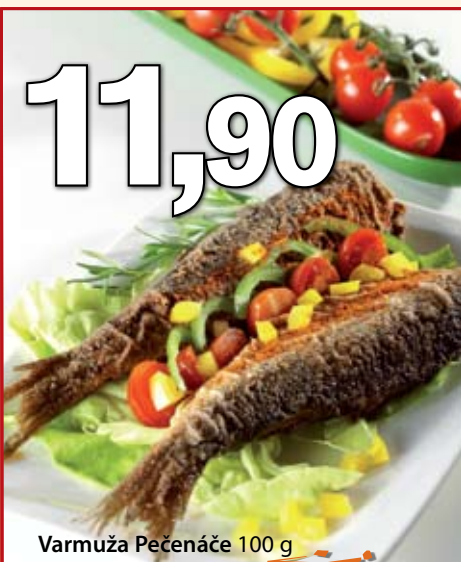
Olma Zlatá Haná 200–300 g
73 % tuku – vybrané druhy; 100 g = od 6,97



37,90

akce

Flora 400 g
vybrané druhy; 100 g = 8,73



11,90

Varmuža Pečenáče 100 g



9,90

Maďarská pomazánka 100 g

ilustrační foto



16,90

Sýr Madeland 100 g
45 % tuku

DELIKATESY



český obchod s českým zbožím

TERNO

coop TERNO

Skvělý výběr

čerstvého ovoce a zeleniny



<p>Hrušky</p>  <p>24,90</p> <p>akce</p> <p>Hrušky 1 kg <i>ilustrační foto</i></p>	<p>Mango</p>  <p>16,90</p> <p>akce</p> <p>Mango 1 ks</p>	<p>Celer</p>  <p>12,90</p> <p>akce</p>  <p>Celer 1 kg</p>	<p>Červená řepa</p>  <p>11,90</p> <p>akce</p>  <p>Červená řepa 1 kg</p>
--	--	---	--

 <p>28,90</p> <p>běžně 36,90</p> <p>Smažený kuřecí řízek 400 g holandský; 100 g = 7,23</p>	 <p>18,90</p> <p>běžně 24,90</p> <p>Dione Zelenina na pánev 350 g s rýží; 100 g = 5,40</p>	 <p>29,90</p> <p>běžně 39,90</p> <p>Nowaco Játrové knedlíčky 300 g 100 g = 9,97</p>
 <p>13,90</p> <p>běžně 17,90</p> <p>Algida Ruská zmrzlina 180 ml 100 ml = 7,72</p>	 <p>11,90</p> <p>akce</p> <p>Pegas 115 ml vybrané druhy; 100 ml = 10,35</p>	

MRAŽENÉ



Zákaznický klub

Věrnost se vyplácí



94,90

běžně 134,90

Coca-Cola 4x 2 l
vybrané druhy; 1 l = 11,86



Coca-Cola 0,33 l – **13,90**
retro – vybrané druhy (plech); 1 l = 42,12
Coca-Cola 1 l – **19,90**
vybrané druhy; 1 l = 19,90
Coca-Cola 4x 0,5 l
3 + 1 NAVÍC – **75,90**
1 l = 37,95



16,90

běžně 18,90

Aqua Bella 5 l
neperlivá; 1 l = 3,38



19,90

běžně 24,90

Olé 5 l
vybrané druhy; 1 l = 3,98



9,90

běžně 11,90

Korunní 1,5 l
neochucená – vybrané druhy;
Malinovka; 1 l = 6,60



22,90

běžně 26,90

Pepsi 1,5 l
vybrané druhy; 1 l = 15,26



17,90

běžně 21,90

Čaj Dobrá voda 1,5 l
zelený – citron, broskev; bílý – meruňka,
hruška; 1 l = 11,93



29,90

běžně 39,90

Ovocný sirup Hello 930 g
vybrané druhy; 100 g = 3,22



24,90

běžně 34,90

Nápoj Relax 1 l
vybrané druhy; 1 l = 24,90



26,90

běžně 31,90

Pivo Velkopopovický
Kozel 11[®] Medium 1,25 l
světlý ležák; 1 l = 21,52



15,90

běžně 19,50

Pivo Budweiser
Budvar 0,5 l
světlý ležák; 1 l = 31,80

44,90

běžně 54,90

Víno 0,75 l
vybrané druhy; 1 l = 59,86

vol. 16,6–17,7%



169,-

běžně 209,-

Puschkin 0,7 l
vybrané druhy; 1 l = 241,42



český obchod s českým zbožím



3,90

běžně 5,90

Tatranky 33 g
vybrané druhy; 100 g = 11,81



16,90

akce

Čoko piškoty 147 g
vybrané druhy; 100 g = 11,50 (cena platí do 31. 10.)



26,90

běžně 37,90

Bylinný čaj Natur 10x 1,5 g
vybrané druhy; 100 g = 179,33

17,90

běžně 22,90

Bohemia Chips 77 g
vybrané druhy; 100 g = 23,25

16,90

akce

Dětské piškoty 240 g
100 g = 7,05 (cena platí do 31. 10.)



29,90

běžně 44,90

Ovocný čaj Teekanne
20x 2,25–2,5 g
vybrané druhy; 100 g = od 59,80

Podzimní soutěž s COOP

30x



Vyhrajte mobilní telefon Nokia C5-03.

Kupujte soutěžní výrobky, odpovězte správně na otázku a vyhrajte!

Soutěžní kupón

Zašlete na adresu: AVEDA PTI, s.r.o., K Háji 1309/34, 155 00 Praha 5.

Jméno a příjmení

E-mail

Ulice + č. p. Telefon

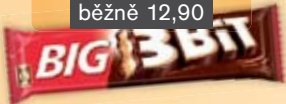
PSČ Obec Věk

Soutěžní otázka: Kolik soutěžních zásilek celkem přišlo v této soutěži v termínu konání soutěže?

Datum Podpis

7,90

běžně 12,90



Big 3BIT 51 g
100 g = 15,49



Jacobs Aroma Standard 250 g
100 g = 15,96

39,90

běžně 59,90



Figaro na vaření 100 g
100 g = 10,90

91,90

běžně 156,-

Jacobs Velvet 200 g
100 g = 45,95

10,90

běžně 16,90



Zlaté oplatky lískooříškové, nugátové 146 g
100 g = 10,21

14,90

běžně 20,90



Horalky mléčné, nugátové, arašídové 35 g
100 g = 10,-

3,50

běžně 5,50



Figaro mléčná, hořká 100 g
100 g = 12,90

12,90

běžně 22,90



Soutěž probíhá od 1. 10. 2012 do 31. 10. 2012 v síti prodejen **coop**.

Bližší informace a pravidla soutěže najdete na www.coop.cz.



Zákaznický klub

Věrnost se vyplácí



24,90

běžně 38,90

Kukuřice zlatá 425 ml/285 g
100 g = 8,74

Žampiony celé marinované 280/165 g
s koprem; 100 g = 15,09



6,90

běžně 10,90

Rajčatový protlak 140 g
sterilovaný; 100 g = 4,93



9,90

běžně 14,90

Topinka Dle gusta 125 g
100 g = 7,92



12,90

běžně 19,90

Knorr Snacky noodles 61–70 g
vybrané druhy; 100 g = od 18,42



18,90

akce

Cestovní občerstvení Hamé 120 g
Favorit, Čábelské tousty; 100 g = 15,75 (cena platí do 31. 10.)



15,90

akce

Polévka Vitana 58–127 g
vybrané druhy; 100 g = od 12,52
(cena platí do 31. 10.)



21,90

akce

Povidla Dle gusta 320 g
švestková pravá; 100 g = 6,84 (cena platí do 31. 10.)



11,90

běžně 14,90

Těstoviny bezvaječné 500 g
vybrané druhy; 100 g = 2,38



41,90

běžně 51,90

Olej Raciol 1 l
řepkový; 1 l = 41,90



17,90

běžně 24,90

Vitana poctivá kuchyně 50–75 g
vybrané druhy; 100 g = od 23,87



český obchod s českým zbožím



Každý týden mnoho akčních nabídek



9,90

Dezert Mattino 110 g tvarohový s probio – vybrané druhy; 100 g = 9,-



12,90

Tvaroh Ranko 250 g polotučný; 100 g = 5,16



12,90

Lučina Žervé 80 g vybrané druhy; 100 g = 16,13

22,90



Emmentaler 150 g tavený plátkový sýr; 100 g = 15,27



24,90

Rama 250 g lahodná máslová příchutí; 100 g = 9,96



16,90

Pomazánkový tuk Klasik 500 g rostlinný; 100 g = 3,38



8,90

Špenátový protlak Varoma 450 g mražený; 100 g = 1,98

39,90



Figaro Tatiana 140 g 100 g = 28,50



12,90

Čokoláda 90–100 g vybrané druhy; 100 g = od 12,90



19,90

Roláda Dolcezza 250 g vybrané druhy; 100 g = 7,96



5,90

Banán v čokoládě Dolcezza 40 g 100 g = 14,75



3,90

Citronový řez 25 g v tmavé polevě; 100 g = 15,60



9,90

Věnečky 100 g vybrané druhy; 100 g = 9,90



13,90

Rybíčky sezamové 100 g 100 g = 13,90



26,90

Ovocný čaj Pickwick 40 g vybrané druhy; 100 g = 67,25



16,90

Aquila Tea.m 1,5 l broskvový čaj; 1 l = 11,27



9,90

Poděbradka Prolinie 1,5 l citron, pomeranč; 1 l = 6,60



6,90

Pivo Pardál 0,5 l světlé výčepní; 1 l = 13,80



8,90

Pivo Velkopopovický Kozel 0,5 l světlé výčepní; 1 l = 17,80



39,90

Víno Qalath 0,75 l vybrané druhy; 1 l = 53,20



11,90

Hřbitovní svička 130 g olejová; 1 ks = 11,90

17,90



Náhrobní svička 200 g – 4 ks 1 ks = 4,48



19,90

Odpadní sáčky 120 l – 10 ks 1 ks = 1,99

89,-



Woolite 1 l + 500 ml vybrané druhy; 1 l = 59,33



49,90

Toaletní papír Premium 8 rolí parfémovaný – 3vrstvý; 1 role = 6,24

Zákaznický klub

Věrnost se vyplácí



4. 10. Den zvířat
Nezapomeňte
na své miláčky



19,90

běžně 29,90



24,90

běžně 35,90

Tyč Stifi pro andulky 2 ks
vitaminovo-medová; 1 ks = 9,95

Tyč Stifi pro hlodavce 2 ks
s ovocem; 1 ks = 12,45



26,90

běžně 54,90

Hračka pro psy
vybrané druhy; 1 ks = 26,90



26,90

běžně 34,90

Hračka do klece pro ptáky
vybrané druhy; 1 ks = 26,90



36,90

běžně 46,90

Kapsičky pro kočky Felix 4x 100 g
vybrané druhy; 100 g = 9,22



cena od
26,90

Kapsička Propenso
pro psy – 4x 100 g – 26,90; 12x 100 g – 71,90;
100 g = od 5,99

59,90

běžně 99,-

Stelivo Happy Cat 3,6 l
pro kočky; 1 l = 16,63



24,90

běžně 31,90

Granule Whiskas 300 g
pro kočky – s hovězím masem;
100 g = 8,30



29,90

běžně 37,90

Granule Pedigree 500 g
pro psy – vybrané druhy; 100 g = 5,98

179,-

běžně 229,-

Granule HAF 10 kg
pro psy; 1 kg = 17,90



český obchod s českým zbožím



Kvalita

za rozumnou cenu




novinka

99,90

akce

**Speciální
prací prostředek Perwoll 2 l**
vybrané druhy; 1 l = 49,95



59,90

běžně 88,90

49,90

akce

Domestos 24H 1000 ml
vybrané druhy; 100 ml = 4,99
(cena platí do 31. 10.)

Savo proti plísním 500 ml
vybrané druhy; 100 ml = 11,98



34,90

akce

Pur 900 ml
vybrané druhy; 100 ml = 3,88
(cena platí do 31. 10.)

19,90

akce

**Zubní pasta
Odol 100 ml**
vybrané druhy; 100 ml = 19,90
(cena platí do 31. 10.)



cena od

69,90

Vybrané výrobky BB, Essentials a Garnier



21,90

akce

Toaletní papír Tento 4 role
peach – 2vrstvý; 1 role = 5,47



119,-

běžně 169,-

Dětské pleny Panda 36–48 ks
vybrané druhy; 1 ks = od 2,89



17,90

běžně 24,90

**Houbička Spontex
Megamax 5 ks**
1 ks = 3,58

39,90

běžně 49,90



79,-

běžně 99,90

Svíčka Airwick 115 g
vybrané druhy; 100 g = 68,69

Želva plyšová 31 cm
0 m+; 1 ks = 169,-



184,-

akce

Papoušek plyšový 25 cm
0 m+; 1 ks = 184,-



91,90

akce

Šnek plyšový 20 cm
0 m+; 1 ks = 91,90



119,-

akce

Beruška plyšová 21 cm
0 m+; 1 ks = 119,-

Zdarma ve všech supermarketech TERNO a ve schránkách • Vychází týdně, vždy první den akce (datum uvedeno na obálce) • Evidováno u MK ČR pod č. MKČRE10366 • Vydavatel: Jednota, spotřební družstvo, IČO 000 318 52 • Adresa redakce: Magazin TERNO, spotřební družstvo Jednota, Lidická 156, 370 07 České Budějovice • Předseda redakční rady: Barbora Horáková • Výroba: Firma Karmášek, tel.: 386 360 026 • Šéfredaktor: Ing. Alena Cvrčková • Texty: Ing. Alena Cvrčková • Design: Mgr. Nikol Finková • Uzávěrka čísla: 21. 9. • Příspěvky se nevracejí, po dohodě je lze vyzvednout v redakci magazínu.

Nabídka platí do vyprodání zásob. Za tiskové chyby neručíme, případná změna vyhrazena. Upozornění: všechny ceny uvedené v letáku mají charakter obecné informace a jsou nezávazné pro všechny prodejce.

TERNO
SUPERMARKET



region
královéhradecký

JABLEČNÝ MOŠT 0,7 l
100%



22,90/0,7 l

Podorlická
sodovkárna

HRUŠKY
ČERVENÉ 1 kg
odrůda Dicolor



ilustrační foto

EG Fruit Hořice
sdružení ovocnářů

16,90/1 kg



region
vysočina

SIRUP 0,7 l
citron, lesní směs,
pomeranč



24,50/0,7 l

• Společnost Fruko-Schulz má ve výrobě ovocných sirupů dlouholetou tradici – vždyť se jejich výrobou zabývají již přes 70 let. V současné době je v portfoliu 14 příchutí. Mezi nejoblíbenější varianty patří pomeranč,

citron, jahoda a malina. Nechybí ani exotické ovoce, jako je ananas nebo kiwi. V zájmu zvýšení kvality byla před třemi lety odbourána veškerá umělá sladidla a barviva a byla nahrazena přírodními.

FRUKO
SCHULZ
1898
JINDŘICHŮV HRADEC

TERNO
coop TERNO



Kvalitní
potraviny
z našeho
regionu

čas na vitaminy
z regionu



www.znasehoregionu.cz



region
jihočeský



KAPUSTA 1 kg

16,90/1 kg



ilustrační foto

ROUDENSKÉ KYSANÉ
ZELÍ 500 g
bílé, červené



12,90/500 g

• Zemědělský podnik Malše navazuje na stoletou tradici krouhárny, která zpracovává surovinu z úrodných zelených lánů kolem řeky Malše. Jeho vý-

robky získávají řadu odborných ocenění a těší se neobyčejně oblíbenosti mezi znalci i běžnými spotřebiteli.



region
olomoucký

BYSTROČICKÉ KYSANÉ
ZELÍ 1 kg



35,-/1 kg

Jiří Kubíček, Olomouc

• Rodinný recept, kvalitní odrůdy zelí pěstované přímo v srdci Hané, stálý dohled na správné kvašení a poctivá ruční práce – to vše nabízí ve své chuťu Bystročické zelí.

DÝŇ
HOKKAIDO 1 kg



39,90/1 kg

Pavel Slimařík,
Těšetice



region
zlínský



ŠUMIVÉ TABLETY 20 ks
bez cukru – vápník + hořčík + vitamin C citron,
multivitamin pomeranč,
vitamin C citrusové plody



21,90/20 tablet

• Již dvacet roků vám společnost VITAR připravuje zajímavou nabídku vitaminů a zdravích prospěšných doplňků stravy. Tu zákazníci oceňují právě v tomto období, kdy v ní vidí prevenci proti nemocem z nachlazení.