

de paille. 17 chars de ce foin étaient destinés à l'exportation.

Semaine correspondante. L'an dernier, 397 chars de foin et 16 chars de paille, dont 16 chars de foin pour exportation.

Les prix sont moins élevés spécialement pour les qualités inférieures. Il n'y a pas de demande pour le trèfle mêlé en dehors de la ville, car les pâturages dans cette partie de la Nouvelle Angleterre sont en bon état.

Nous cotons :	Grosses balles	Petites balles
Foin choix.....	\$15.50 à 16.50	\$16.00 à 00.00
Foin No 1.....	15.00 à 16.00	14.50 à 15.50
Foin No 2.....	13.50 à 14.00	13.00 à 14.00
Foin No 3.....	12.00 à 13.00	12.00 à 13.00
Foin trèfle mêlé.....	12.00 à 13.00	12.00 à 13.00
Poin trèfle.....	12.00 à 12.50	12.00 à 12.50
Paille de seigle liée.....	16.00 à 16.50	00.00 à 00.00
Paille de seigle en balles.....	11.00 à 00.00	14.00 à 00.00
Paille d'avoine.....	10.00 à 00.00	10.00 à 00.00

Marché de Montréal.

Le foin est très faible sur place, on traite plutôt à la cote la plus basse.

Le peu d'affaires qu'il se fait pour l'exportation est pour remplir d'anciens contrats.

Nous cotons à la tonne, au char, sur rails à Montréal:

Foin pressé No 1	8.50	9.00
Foin pressé No 2	7.00	7.50
Foin mélangé de trèfle	0.00	6.50
Foin de trèfle pur.....	0.00	6.00
Paille d'avoine	5.00	5.50

PEAUX VERTES

Les prix ci-dessous sont fermes. La demande est satisfaisante.

Peaux de Montréal: boeuf No 1, 9 1-2c; No 2, 8 1-2c; No 3, 7 1-2c; veau, No 1, 13c; No 2, 11c; peaux de mouton, \$1.10; agneaux du printemps, 15c; cheval, No 1, \$2 et No 2, \$1.50.

Peaux de la Campagne: boeuf, No 1, 9 1-2c; No 2, 8 1-2c; No 3, 7 1-2c; veau, No 1, 13c; No 2, 13c; peaux de mouton, \$1.10; peaux d'agneaux, 15c.

La maison Laporte, Martin et Cie Ltée, dont nous publions l'annonce dans une autre page, vient d'être avisée de l'arrivée à Vancouver du deuxième lot de thés Japonais de la récolte de mai, lequel lot de 250 est attendu ici la semaine prochaine.

De même que le premier arrivage que nous annonçons l'autre jour se composait exclusivement de la marque H. L., de même celui-ci est formé entièrement des quatre autres grades des thés du Japon de la première récolte de mai et portent les marques suivantes:

30 H/c Japan J. E. 90 lbs.

20 H/c Japan A. D. 90 lbs.

100 H/c Japan Victoria 90 lbs.

100 H/c Japan Princesse Louise 90 lbs.

Ces marques qui sont depuis plusieurs années l'objet de la plus grande faveur du commerce, seront encore plus appréciées cette saison-ci, car à part d'être frais cueilli et très beaux de feuille, ces thés sont remarquablement bien faits, très fins et luisants, et donnent dans la tasse une liqueur forte et claire et d'un goût délicieux. Nous sommes avisés cette semaine que les thés japonais subissent actuellement une tendance à la hausse, et nous croyons devoir aviser nos lecteurs de ne pas placer leurs commandes avant d'avoir vu les échantillons de ces lignes superbes, toutes achetées au bon moment.

CITRON ESSENCE

En vente à \$1.00 la livre fluide, par Jules Bourbonnière. Téléphone Bell, Est 1122, Montréal.

J. A. MOIR
6, rue St-Sacrement, - MONTREAL
COMMISSIONNAIRE,
JE VENDS DES FÈVES
Demandez les prix; ils vous intéresseront.

Marchands qui Achètent des Peaux
J'achète des Peaux, Peaux de Veaux, Peaux de Mouton, Suif et Os. Je paie argent comptant, pleine valeur du marché, frêt et droits de douane. J'ai besoin d'un agent dans chaque ville et village au Canada. Je fournis l'argent et tiens mes agents bien informés. Écrivez-moi pour plus amples renseignements.
CARROLL S. PAGE, HYDE PARK, VT.

LA MANUFACTURE DE CIGARES DE L'EPIPHANIE
L. A. BOURDON, Propriétaire
Marques Spéciales:—
"JACK O'DIAMONDS"
"OMAR" et "DAWSON"
Ces cigares sont fabriqués avec les meilleurs tabacs mélangés.
"Salvador", "Belle-Canadienne" et "Standard Coin"
Cigares exclusivement en TABAC CANADIEN. Tous d'un goût fin, exquis et d'un arôme délicieux. La qualité et les prix défient toute compétition.

Lake of the Woods Milling Co., Ltd
FABRICANTS DE
Farine "FIVE ROSES"
Meunerie à Keewatin,
Capacité 4000 barils par jour.
Meunerie à Portage-Laprairie
Capacité 1500 barils par jour.
Capacité Totale 5500 BARILS PAR JOUR
BUREAUX:
MONTREAL, TORONTO, WINNIPEG.
KEEWATIN, PORTAGE-LAPRAIRIE.

COOK'S FRIEND
BAKING POWDER.

C'EST une marchandise honnête et juste l'article pour créer ou étendre un courant d'affaires. Les meilleurs épiciers se font un devoir d'en tenir toujours en stock.

VOIR LES COTATIONS DANS NOS PRIX COURANTS

Vivre avec \$1.27 par semaine
Chose facile pour deux jeunes gens du Collège Wabash.—Leçon tirée d'un choix intelligent de nourriture.—Ils devinrent forts et vigoureux.

Un homme peut-il vivre avec \$1.27 de nourriture par semaine et conserver entièrement sa vigueur et sa force?

On a fait un grand nombre d'expériences pendant les deux ou trois dernières années afin de savoir exactement combien peu il faut à une personne pour se maintenir en parfait état de santé. Bien qu'aucune personne sensée ne désire dénigrer le type adopté pour la manière de vivre, les faits qui ressortent de ces expériences révèlent un grand nombre de défauts dans nos aliments les plus connus. Ils tendent à prouver, par exemple, que les aliments les plus nourrissants, tels que les céréales, sont les plus simples et les moins coûteux, tandis que beaucoup de ceux qui manquent presque entièrement d'éléments générateurs des tissus ou d'éléments engendrant la force sont les plus coûteux.

Hugh Sutherland et A. C. Payne, deux jeunes gens qui avaient à faire leur chemin dans la vie en passant par le collège Wabash, à Crawfordsville, Indiana, résolurent cette question d'une manière unique et intéressante. La nécessité d'adopter un régime nourrissant et bon marché les conduisit indirectement à acquérir des connaissances diététiques, auxquelles ils n'avaient pas pensé. Ils rejetèrent la viande complètement, employant des noix pecan qu'ils achetaient sous forme de beurre, à 35 cents la livre. Ils évitèrent aussi les produits de farine blanche, mangeant en abondance des aliments de blé complet, de l'avoine rouée, du lait, des huîtres, des légumes, des oeufs et des fruits. Voici quelles furent leurs dépenses pour sept jours à dater au mercredi, 14 octobre:

Mercredi—Blé concassé, 11c; lait, 15c.
Jeudi—Pain, 25c; beurre, 25c.
Vendredi—Bananes, 5c.
Samedi—Blé concassé, 11c; mûres, 15 cents.

Dimanche—Lait, 10c; huîtres, 10c.
Lundi—Poisson, 10c.
Mardi—Blé concassé, 11c.
Total—Pour sept jours, \$1.48; dépenses réelle pour la nourriture.

La dépense moyenne par semaine pour la nourriture, pendant toute l'année scolaire, a été de \$1.27. Ces jeunes gens non-seulement firent de bonnes études, mais prirent une part active aux sports athlétiques: l'un d'eux était garde de gauche dans l'équipe "Varsity" de football. Leur programme journalier comprenait aussi des exercices physiques matin et soir et un bain froid le matin. Avec un tel régime, leur santé était parfaite.

L'enseignement important à tirer de l'expérience de ces jeunes gens, c'est que leur nourriture contenait plus d'éléments nutritifs et de matières formant les tissus cellulaires que la plupart des Américains n'en obtiennent avec un régime qui leur coûte plusieurs fois cette somme.

M. J. Daniel Richard, de la maison Ph. Richard, de St-Jean d'Angély, près Cognac, est actuellement à Montréal dans l'intérêt de ses affaires. M. Richard visitera durant la prochaine quinzaine sa clientèle Montréalaise avec les voyageurs de la maison Laporte, Martin et Cie Ltée et continuera la série de ses succès antérieurs.