

Dott.ssa Fantin Francesca

Lista della spesa



IV settimana di Giugno

<i>Olio extra v. oliva</i>	<i>Carciofi</i>	<i>Ricotta light</i>
<i>Pasta</i>	<i>Asparagi</i>	<i>Philadelphia light</i>
<i>Patate</i>	<i>Melanzane</i>	<i>Parmigiano gratt.</i>
<i>Riso</i>	<i>Bietola</i>	<i>Limone</i>
<i>Orzo</i>	<i>Fagiolini</i>	<i>Uova</i>
<i>Pan grattato</i>	<i>Aglio</i>	<i>Ragù</i>
<i>Pane</i>	<i>Timo</i>	<i>Petto di tacchino</i>
<i>Quinoa</i>	<i>Rosmarino</i>	<i>Prosciutto cotto</i>
<i>Zucchero</i>	<i>Salvia</i>	<i>Mele</i>
<i>Farina</i>	<i>Prezzemolo</i>	<i>Lievito per dolci</i>
<i>Lievito di birra</i>	<i>Basilico</i>	<i>Burro</i>
<i>Cicoria</i>	<i>Origano</i>	<i>Latte scremato</i>
<i>Carote</i>	<i>Noce moscata</i>	
<i>Cime di rapa</i>	<i>Capperi</i>	
<i>Cipollotti, cipolla</i>	<i>Gamberi</i>	
<i>Lattuga</i>	<i>Tonno al naturale</i>	
<i>Radicchio</i>	<i>Coda di rospo</i>	
<i>Pomodori</i>	<i>Ceci</i>	
<i>Ravanelli</i>	<i>Piselli</i>	
<i>Cetrioli</i>	<i>Lenticchie</i>	