

Dott.ssa Fantin Francesca

# Lista della spesa

I settimana di Ottobre



<i>Pasta</i>	<i>Avocado</i>	<i>Noce moscata</i>
<i>Riso</i>	<i>Mele</i>	<i>Ricotta</i>
<i>Grano Saraceno</i>	<i>Aglione</i>	<i>Philadelphia</i>
<i>Patate</i>	<i>Carote</i>	<i>Mais</i>
<i>Olio extra v. oliva</i>	<i>Cipolla</i>	<i>Lenticchie</i>
<i>Pangrattato</i>	<i>Pomodoro</i>	<i>Farina di ceci</i>
<i>Pane</i>	<i>Insalata</i>	<i>Piselli</i>
<i>Farina</i>	<i>Radicchio</i>	<i>Pistacchi</i>
<i>Pasta brisec</i>	<i>Cardi</i>	<i>Platessa</i>
<i>Aceto di riso</i>	<i>Peperoni</i>	<i>Petto di pollo</i>
<i>Zucchero</i>	<i>Melanzane</i>	<i>Tacchino</i>
<i>Alga nori</i>	<i>Cetrioli</i>	<i>Salmone affumicato</i>
<i>Lievito per dolci</i>	<i>Cicoria</i>	<i>Gamberi</i>
<i>Cacao amaro</i>	<i>Bietola</i>	<i>Tonno al naturale</i>
<i>Prezzemolo</i>	<i>Sedano</i>	<i>Alici</i>
<i>Basilico</i>	<i>Finocchi</i>	<i>Quinoa</i>
<i>Limone</i>	<i>Uova</i>	
<i>Semi vari</i>	<i>Ragù</i>	
<i>Cav. di Bruxelles</i>	<i>Parmigiano</i>	
<i>Broccoli</i>	<i>Latte scremato</i>	