

Dott.ssa Fantin Francesca

Lista della spesa



III settimana di Gennaio

| | | |
|----------------------------|---------------------|--------------------------|
| <i>Farina</i> | <i>Pane</i> | <i>Tofu</i> |
| <i>Lievito per dolci</i> | <i>Patate</i> | <i>Ceci</i> |
| <i>Yogurt magro</i> | <i>Aglio</i> | <i>Piselli</i> |
| <i>Latte scremato</i> | <i>Prezzemolo</i> | <i>Farina di ceci</i> |
| <i>Zucchero</i> | <i>Noce moscata</i> | <i>Piselli</i> |
| <i>Uova</i> | <i>Olive</i> | <i>Salsiccia</i> |
| <i>Pasta</i> | <i>Curcuma</i> | <i>Petto di pollo</i> |
| <i>Riso</i> | <i>Pinoli</i> | <i>Macinato di carne</i> |
| <i>Quinoa</i> | <i>Carciofi</i> | <i>Sogliola</i> |
| <i>Olio extra v. oliva</i> | <i>Bietola</i> | <i>Limone</i> |
| <i>Pomodoro</i> | <i>Cipolla</i> | |
| <i>Farina di mais</i> | <i>Peperoni</i> | |
| <i>Mais</i> | <i>Zucchine</i> | |
| <i>Pangrattato</i> | <i>Merluzzo</i> | |
| <i>Amido di mais</i> | <i>Melanzane</i> | |
| <i>Vino</i> | <i>Radicchio</i> | |
| <i>Lievito per salati</i> | <i>Perri</i> | |
| <i>Farina</i> | <i>Cicoria</i> | |
| <i>Fecola di patate</i> | <i>Insalata</i> | |
| <i>Fiocchi di latte</i> | <i>Carote</i> | |