

Dott.ssa Fantin Francesca

# Lista della spesa



## IV settimana di Ottobre

|                            |                           |                          |
|----------------------------|---------------------------|--------------------------|
| <i>Olio extra v. oliva</i> | <i>Porro</i>              | <i>Ragù</i>              |
| <i>Pasta</i>               | <i>Bietola</i>            | <i>Petto di tacchino</i> |
| <i>Patate</i>              | <i>Aglione</i>            | <i>Prosciutto cotto</i>  |
| <i>Riso</i>                | <i>Timo</i>               | <i>Mele</i>              |
| <i>Orzo</i>                | <i>Rosmarino</i>          | <i>Lievito per dolci</i> |
| <i>Pangrattato</i>         | <i>Salvia</i>             | <i>Burro</i>             |
| <i>Pane</i>                | <i>Prezzemolo</i>         | <i>Latte scremato</i>    |
| <i>Quinoa</i>              | <i>Basilico</i>           |                          |
| <i>Zucchero</i>            | <i>Noce moscata</i>       |                          |
| <i>Farina</i>              | <i>Capperi</i>            |                          |
| <i>Lievito di birra</i>    | <i>Gamberi</i>            |                          |
| <i>Miglio</i>              | <i>Tonno al naturale</i>  |                          |
| <i>Cicceria</i>            | <i>Coda di rospo</i>      |                          |
| <i>Carote</i>              | <i>Ceci</i>               |                          |
| <i>Cipolla</i>             | <i>Piselli</i>            |                          |
| <i>Lattuga</i>             | <i>Lenticchie</i>         |                          |
| <i>Radicchio</i>           | <i>Philadelphia light</i> |                          |
| <i>Pomodori</i>            | <i>Parmigiano gratt.</i>  |                          |
| <i>Zucca</i>               | <i>Limone</i>             |                          |
| <i>Insalata belga</i>      | <i>Uova</i>               |                          |