

Lista de Compras



mercearia		fruta		laticínios	
açúcar		banana		leite	
adoçante		abacate		leite soja	
arroz		abacaxi		manteiga	
azeitonas		ananás		margarina	
batatas fritas		batata		natas	
biscoitos		cebola		queijo	
bolachas		framboesas		queijo fresco	
bolos		frutos secos		queijo ralado	
café		kiwi		requeijão	
cereais		laranja			
chá		lima			
chocolate		limão			
chocolate culinária		maça		charcutaria	
chocolate para leite		manga		fiambre	
compotas		melancia		bacon	
conservas		melão/meloa		chouriço	
cremes para barrar		mirtilos/amora		linguiça	
doces		morangos		morcela	
farinha		papaia		mortadela	
feijão		pera		paio	
fermento		tangerina		patês	
gelatina		uvas		presunto	
gelatinas				salmão fumado	
grão		legumes			
maionese		alho			
massa azeite		abóbora		carne/peixe	
mel		agrião		Carne bovino	
mostarda		alface		borrego	
mousses		alho francês		cabrito	
óleo		cenouras		carne picada	
ovos		cogumelos		carne porco	
pizzas		couve		carne vitela	
polpa tomate		curgete		coelho	
sal grosso		ervas aromáticas		frango	
sal refinado		espargos		pato	
salsichas		espinafres		perú	
snacks		feijão		picanha	
tempêros		nabiça		bacalhau	
tostas		pimento		marisco	
vinagre		rúcula		peixe	
		tomate			



Super Organizada

limpeza		higiene		bebidas	
detergente roupa		champoo		água	
amaciador roupa		acetona		aguardentes	
ambientadores		álcool		cerveja	
detergente louça		algodão		champagne	
detergente louça mão		amaciador		espirituosas	
detergente roupa mão		cotonetes		groselha	
escovas		creme barbear		licores	
esfregona		creme cara		refrigerantes	
esponjas		creme corpo		sumos	
guardanapos		depilatórios		vinho do porto	
insecticidas		desodorizantes		vinhos	
limpa vidros		discos algodão		whiskies	
limpa vidros		elixir			
lixívia		escova de dentes			
luvas borracha		fio dental			
panos cozinha		fraldas			
panos vidros		laca			
papel cozinha		lâminas barbear			
papel higiênico		lenços papel			
pás		máscaras cabelo			
recargas WC		pasta dentes			
sacos lixo		pensos higiénicos			
vassouras		protector solar			
		sabonete líquido			
		sabonetes			
		tampões			
		tinta cabelo			
vários		congelados		padaria	
papel alumínio				pão	
fósforos				bolos	
papel vegetal				broa	
película aderente				croissants	
pilhas				pão forma	
produtos calçado				pão forma integral	
				pão leite	
				pão sementes	
				pastéis	
				pudins	
				tartes	