



Lista de Compras - Mercado

Mercearia

- | | | |
|---|--|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Arroz | <input type="checkbox"/> Mostarda | <input type="checkbox"/> Fermento |
| <input type="checkbox"/> Feijão | <input type="checkbox"/> Maionese | <input type="checkbox"/> Lentilha |
| <input type="checkbox"/> Açúcar | <input type="checkbox"/> Ketchup | <input type="checkbox"/> Gelatina |
| <input type="checkbox"/> Sal | <input type="checkbox"/> Azeite | <input type="checkbox"/> Pipoca |
| <input type="checkbox"/> Caldo em tablete | <input type="checkbox"/> Farinha de Trigo | <input type="checkbox"/> Vinagre |
| <input type="checkbox"/> Massas | <input type="checkbox"/> Farinha de Mandioca | <input type="checkbox"/> Adoçante |
| <input type="checkbox"/> Óleo | <input type="checkbox"/> Farinha de Rosca | <input type="checkbox"/> Pimenta |
| | <input type="checkbox"/> Farinha de Milho | <input type="checkbox"/> _____ |

Matinais

- | | | |
|-------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Café | <input type="checkbox"/> Chá | <input type="checkbox"/> Mel |
| | <input type="checkbox"/> Achocolatado | <input type="checkbox"/> Biscoitos |
| | <input type="checkbox"/> Bolo | <input type="checkbox"/> Pães |
| | <input type="checkbox"/> Cereais | <input type="checkbox"/> _____ |
| | <input type="checkbox"/> Geleia | |

Enlatados

- | | | |
|-----------------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> Atum | <input type="checkbox"/> Cogumelos | <input type="checkbox"/> Leite Condensado |
| <input type="checkbox"/> Azeitona | <input type="checkbox"/> Milho | <input type="checkbox"/> Molho de Tomate |
| | <input type="checkbox"/> Ervilha | <input type="checkbox"/> Palmito |
| | <input type="checkbox"/> Creme de leite | <input type="checkbox"/> _____ |

Frios e Laticínios

- | | | |
|----------------------------------|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Leite | <input type="checkbox"/> Manteiga | <input type="checkbox"/> Queijo ralado |
| <input type="checkbox"/> Iogurte | <input type="checkbox"/> Margarina | <input type="checkbox"/> Requeijão |
| | <input type="checkbox"/> Presunto | <input type="checkbox"/> _____ |
| | <input type="checkbox"/> Queijo | <input type="checkbox"/> _____ |

Açougue e Peixes

- | | | |
|--|--------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Carne em filé | <input type="checkbox"/> Carne moída | <input type="checkbox"/> Frango |
| <input type="checkbox"/> Carne em pedaço | <input type="checkbox"/> Bacon | <input type="checkbox"/> Peixe |
| | <input type="checkbox"/> Linguiça | <input type="checkbox"/> _____ |
| | <input type="checkbox"/> Salsicha | <input type="checkbox"/> _____ |

Congelados

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Sorvete | <input type="checkbox"/> Legumes e Vegetais |
| <input type="checkbox"/> Pratos prontos | <input type="checkbox"/> Polpa de Fruta |

Utilidades

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Filme Plástico | <input type="checkbox"/> Filtro para café | <input type="checkbox"/> Pasta de dente |
| <input type="checkbox"/> Fósforo | <input type="checkbox"/> Guardanapo | <input type="checkbox"/> Vela |
| | <input type="checkbox"/> Papel Alumínio | <input type="checkbox"/> _____ |
| | <input type="checkbox"/> Papel Toalha | <input type="checkbox"/> _____ |

Bebidas

- Água mineral
- Cerveja
- Refrigerante
- Suco
- Vinho
- _____

Limpeza

- Água sanitária
- Álcool
- Amaciante
- Desinfetante
- Detergente
- Esponja
- Limpa Vidros
- Lustra Móveis
- Esponja de Aço
- Sabão em pó
- Sabão em barra
- Saco de Lixo
- _____
- _____

Higiene Pessoal

- Absorvente
- Acetona
- Algodão
- Cotonete
- Condicionador
- Creme Dental
- Creme Hidratante
- Desodorante
- Fio Dental
- Barbeador
- Papel Higiênico
- Sabonete
- Shampoo
- _____
- _____

Hortifruti

- Alho
- Cebola
- Batata
- Saladas - folhas
- Cenoura
- Pimentão
- Tomate
- Salsinha
- Cheiro Verde
- Hortelã
- Temperos frescos
- _____
- _____

Frutas

- Banana
- Laranja
- Maçã
- Mamão
- Limão
- Uva
- Melão
- Melancia
- Abacaxi
- _____
- _____

Outros

- _____
- _____
- _____
- _____