



# LISTA DE COMPRA PARA EL SUPERMERCADO



## BEBIDAS

- ☐ AGUA
- ☐ CERVEZA
- ☐ VINO
- ☐ GASEOSA
- ☐ JUGO
- ☐ -----
- ☐ -----

## FRESCOS

- ☐ HUEVOS
- ☐ LECHE
- ☐ MANTECA
- ☐ QUESO CREMOSO
- ☐ QUESO PARA RALLAR
- ☐ QUESO UNTABLE
- ☐ YOGURT
- ☐ -----
- ☐ -----

## CONGELADOS

- ☐ HAMBURGUESAS
- ☐ MILANESAS DE SOJA
- ☐ VERDURAS CONGELADAS
- ☐ -----
- ☐ -----

## FONDO DE ALACENA

- ☐ ACEITE DE OLIVA
- ☐ ACEITE NEUTRO
- ☐ ACETO
- ☐ ARROZ
- ☐ ARVEJAS
- ☐ ATÚN
- ☐ AZÚCAR
- ☐ CEREALES
- ☐ CHOCLO (LATA)
- ☐ DULCE DE LECHE
- ☐ FRUTOS SECOS
- ☐ GALLETITAS DULCES
- ☐ GALLETITAS SALADAS
- ☐ HARINA 000
- ☐ HARINA 0000
- ☐ LEGUMBRES: -----
- ☐ MERMELADA
- ☐ MIEL
- ☐ PASTA CORTA
- ☐ PASTA LARGA
- ☐ TOMATE (SALSA)
- ☐ -----
- ☐ -----



## CARNES

- ☐ CARNE VACUNA
- ☐ CERDO
- ☐ EMBUTIDOS
- ☐ MILANESAS
- ☐ PESCADO
- ☐ POLLO
- ☐ SALCHICHAS
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## VERDURAS

- ☐ AJO
- ☐ CEBOLLA
- ☐ LIMÓN
- ☐ MORRÓN
- ☐ PAPA
- ☐ TOMATE
- ☐ ZAPALLITO
- ☐ VERDURA DE HOJA: \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## FRUTAS

- ☐ MANZANA
- ☐ NARANJA
- ☐ BANANA
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## MASAS Y PANIFICADOS

- ☐ MASA DE AREPAS
- ☐ MASA DE EMPANADAS
- ☐ MASA DE TARTAS
- ☐ PAN INTEGRAL
- ☐ PRE PIZZA
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## CONDIMENTOS

- ☐ AJÍ MOLIDO
- ☐ COMINO
- ☐ CURRY
- ☐ KETCHUP
- ☐ MAYONESA
- ☐ MEZCLA DE ESPECIAS
- ☐ MOSTAZA
- ☐ ORÉGANO
- ☐ PIMENTÓN
- ☐ PIMIENTA
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_



## LIMPIEZA

- ☐ BICARBONATO
- ☐ DETERGENTE
- ☐ ESPONJA
- ☐ JABÓN BLANCO
- ☐ JABÓN PARA LA ROPA
- ☐ LAVANDINA
- ☐ PAPEL HIGIÉNICO
- ☐ SERVILLETAS
- ☐ SUAVIZANTE
- ☐ TRAPO DE PISO
- ☐ TRAPOS PARA LA COCINA
- ☐ VINAGRE
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## HIGIENE PERSONAL

- ☐ ACONDICIONADOR
- ☐ CREMA CORPORAL
- ☐ DENTÍFRICO
- ☐ DESODORANTE
- ☐ ENJUAGUE BUCAL
- ☐ HILO DENTAL
- ☐ JABÓN
- ☐ SHAMPOO
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## VARIOS

- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_