

MINHA LISTA DE COMPRAS

LEGUMES E VERDURAS

- ☐ Abóbora
- ☐ Abobrinha
- ☐ Acelga
- ☐ Agrião
- ☐ Alface americana
- ☐ Alface crespa
- ☐ Alface lisa
- ☐ Alface roxa
- ☐ Alho
- ☐ Alho poró
- ☐ Almeirão
- ☐ Azedinha
- ☐ Batata
- ☐ Batata doce
- ☐ Berinjela
- ☐ Beterraba
- ☐ Brócolis
- ☐ Cará
- ☐ Cebola
- ☐ Cebola roxa
- ☐ Cebolinha
- ☐ Cenoura
- ☐ Chicória
- ☐ Chuchu
- ☐ Cogumelo

- ☐ Couve
- ☐ Couve-flor
- ☐ Erva-doce (funcho)
- ☐ Ervilha japonesa
- ☐ Ervilha torta
- ☐ Espinafre
- ☐ Gengibre
- ☐ Inhame
- ☐ Jiló
- ☐ Mandioca
- ☐ Mandioquinha
- ☐ Milho
- ☐ Mostarda
- ☐ Nabo
- ☐ Pepino
- ☐ Pepino japonês
- ☐ Pimentão
- ☐ Quiabo
- ☐ Rabanete
- ☐ Repolho
- ☐ Rúcula
- ☐ Salsão
- ☐ Tomate
- ☐ Vagem
- ☐

FRUTAS

- ☐ Abacate
- ☐ Abacaxi
- ☐ Ameixa
- ☐ Banana
- ☐ Coco
- ☐ Goiaba
- ☐ Kiwi
- ☐ Laranja
- ☐ Limão
- ☐ Limão siciliano
- ☐ Maçã
- ☐ Mamão
- ☐ Manga
- ☐ Maracujá
- ☐ Maracujá
- ☐ Melancia
- ☐ Melão
- ☐ Mexerica
- ☐ Morango
- ☐ Nectarina
- ☐ Pera
- ☐ Pêssego
- ☐ Uva
- ☐
- ☐

ERVAS FRESCAS

- ☐ Alecrim
- ☐ Cebolinha
- ☐ Coentro
- ☐ Estragão
- ☐ Hortelã
- ☐ Louro

- ☐ Manjericão
- ☐ Manjerona
- ☐ Salsinha
- ☐ Sálvia
- ☐ Tomilho
- ☐

OUTROS

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐