

MINHA LISTA DE COMPRAS

MERCEARIA

- ☐ Açúcar refinado
- ☐ Açúcar mascavo
- ☐ Açúcar cristal
- ☐ Adoçante
- ☐ Arroz
- ☐ Arroz integral
- ☐ Arroz arbóreo
- ☐ Aveia
- ☐ Azeite de dendê
- ☐ Azeite de oliva extra-virgem
- ☐ Canjica
- ☐ Farinha de linhaça
- ☐ Farinha de milho
- ☐ Farinha de soja
- ☐ Farinha de trigo
- ☐ Farinha de trigo integral
- ☐ Farinha de mandioca
- ☐ Farinha de rosca
- ☐ Farofa
- ☐ Feijão branco
- ☐ Feijão carioca
- ☐ Feijão preto
- ☐ Feijão vermelho
- ☐ Fermento em pó
- ☐ Fermento fresco
- ☐ Fósforo

UTILIDADES

- ☐ Filtro para café
- ☐ Guardanapo
- ☐ Palito de dente
- ☐ Papel alumínio
- ☐ Papel filme

- ☐ Fubá
- ☐ Gelatina
- ☐ Gérmen de Trigo
- ☐ Grão de bico
- ☐ Leite de coco
- ☐ Maisena
- ☐ Massa para bolo
- ☐ Macarrão
- ☐ óleo de canola
- ☐ óleo de milho
- ☐ Papinha infantil
- ☐ Pipoca
- ☐ Queijo ralado
- ☐ Quinoa
- ☐ Sal
- ☐ Sal marinho
- ☐ Sorvete
- ☐ Tabasco
- ☐ Temperos prontos
- ☐ Temperos secos
- ☐ Vinagre de arroz
- ☐ Vinagre balsâmico
- ☐ Vinagre de vinho branco
- ☐
- ☐
- ☐

MATINAIS

- ☐ Biscoitos
- ☐ Cereal matinal
- ☐ Chá
- ☐ Chocolate em pó
- ☐ Coalhada
- ☐ Frios fatiados
- ☐ Frutas secas
- ☐ Geleia
- ☐ Iogurte
- ☐ Leite em pó
- ☐ Leite longa vida
- ☐ Manteiga
- ☐ Margarina
- ☐ Mel
- ☐ Ovos
- ☐ Polpa de fruta congelada
- ☐ Pães
- ☐ Pó de café
- ☐ Queijo cremoso
- ☐ Queijo amarelo
- ☐ Queijo branco
- ☐ Requeijão
- ☐ Torradas
- ☐

BEBIDAS

- ☐ Água
- ☐ Água de coco
- ☐ Cerveja
- ☐ Refrigerante
- ☐ Sucos
- ☐
- ☐

MINHA LISTA DE COMPRAS

LIMPEZA

- | | |
|--|---|
| ☐ Água sanitária | ☐ Limpador de uso geral |
| ☐ Álcool | ☐ Limpador de vidros |
| ☐ Alvejante sem cloro | ☐ Lustra móveis |
| ☐ Amaciante | ☐ Pá de lixo |
| ☐ Antimofo | ☐ Pano de chão |
| ☐ Cera | ☐ Polidor de metais |
| ☐ Desengordurante cozinha | ☐ Pré-lavagem |
| ☐ Desentupidor | ☐ Rodo |
| ☐ Desinfetante | ☐ Sabão de barra |
| ☐ Desodorizador | ☐ Sabão de coco |
| ☐ Detergente | ☐ Sabão em pó |
| ☐ Escova sanitária | ☐ Saco de lixo |
| ☐ Esponja | ☐ Tira manchas multi-uso |
| ☐ Flanela | ☐ Vassoura |
| ☐ Esponja de aço | ☐ |
| ☐ Inseticida | ☐ |
| ☐ Limpa alumínio | ☐ |
| ☐ Limpa forno | ☐ |
| ☐ Limpador de pisos | ☐ |

ENLATADOS

- [illegible]

PERFUMARIA

- ☐ Absorvente
- ☐ Algodão
- ☐ Aparelho de barbear
- ☐ Condicionador
- ☐ Cotonete
- ☐ Creme dental
- ☐ Creme hidratante
- ☐ Curativo Band-Aid
- ☐ Desodorante
- ☐ Escova de dente
- ☐ Fio dental
- ☐ Fralda
- ☐ Lenço de papel
- ☐ Lenço umedecido
- ☐ Loção repelente
- ☐ Papel higiênico
- ☐ Protetor solar
- ☐ Sabonete
- ☐ Shampoo
- ☐ Talco

OUTROS

- [illegible]