

LISTA DE LA COMPRA

www.nutricienta.com

QUÉ COMPRAMOS



LIMPIEZA

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

FRUTA

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

CONSERVAS

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

VERDURA

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

ESPECIAS

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

LLEVA A LA COMPRA
TUS PROPIAS BOLSAS



LISTA DE LA COMPRA

www.nutricienta.com



PESCADO

-
-
-
-
-
-
-

REFRIGERADOS

-
-
-
-
-
-
-
-
-

SECOS

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

CARNE

-
-
-
-
-
-
-

OTROS

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

LÍQUIDOS

-
-
-
-
-
-

CONGELADOS

-
-
-
-
-
-