

Llista de Compra per al supermercat

Fruites, verdures i hortalisses

Fruites

- Albercoc
- Alvocater
- Bresquilla
- Caqui
- Cirera
- Coco
- Codony
- Fresa/maduixa
- Figa
- Gerd
- Kiwi
- Lima/ llimó
- Mandarina
- Mango
- Meló
- Mora/nabiu
- Nespra
- Papaia
- Paraguaia
- Pera
- Pinya
- Plàtan/ banana
- Poma
- Pomelo
- Poma
- Pruna
- Raim
- Síndria/ meló d'Alger
- Taronja
- Xirimoia

Verdures i hortalisses

- Albergínia
- All/all tendre
- Api
- Bleda
- Bolet
- Brécol/ bròquil
- Carabassa
- Carabasseta
- Carlota
- Carxofa
- Ceba
- Cogombre
- Cols (tots els tipus)
- Dacsa
- Enciam
- Espàrrec
- Espinac
- Fava
- Fesol
- Floricol
- Nap
- Pebrot
- Porro
- Rave
- Remolatxa
- Rúcula
- Tomata
- Xampinyó

Peix i marisc

Peix

- Aladroc/ anxova
- Anguila
- Angula
- Areng
- Bacallà
- Besuc
- Bonic
- Daurada
- Gall
- Llenguado
- Llobarro
- Lluçet
- Lluç
- Mer
- Noliegen
- Peix espasa
- Perca
- Rajada
- Rap
- Rèmol
- Salmó
- Sardina
- Tonyina
- Verat

Marisc

- Bou de mar
- Cabra de mar
- Calam ar
- Calamarsets
- Cloïssa
- Clòtxina
- Cranc
- Eriçó de mar
- Escamarlà
- Escopinya
- Galera
- Gamba/gambot
- Llagosta/ llagostí
- Llamàntol
- Navalla
- Nècora
- Ostra
- Percebe
- Polp
- Rossellona
- Sèpia
- Tellines
- Vieires

Carns, embotits i xarcuteria

Carns

- Be
- Bou
- Cabrit
- Cangur

Embotit i xarcuteria

- Botifarra
- Cansalada
- Formatge blanc
- Formatge (tots els tipus)

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Cérvol | <input type="checkbox"/> Fuet |
| <input type="checkbox"/> Conill | <input type="checkbox"/> Llonganissa |
| <input type="checkbox"/> Gall dindi | <input type="checkbox"/> Mortadel·la |
| <input type="checkbox"/> Guatlla | <input type="checkbox"/> Pernil |
| <input type="checkbox"/> Oca/ànec | <input type="checkbox"/> Salami |
| <input type="checkbox"/> Pollastre | <input type="checkbox"/> Salsitxa |
| <input type="checkbox"/> Poltre | <input type="checkbox"/> Salsitxó |
| <input type="checkbox"/> Porc | <input type="checkbox"/> Sobrassada |
| <input type="checkbox"/> Vedella | <input type="checkbox"/> Xistorra |
| <input type="checkbox"/> Wagyu | <input type="checkbox"/> Xoriço |

Llegums, fruits secs i enllaunats

Llegums i fruits secs

- Ametla
- Anacard
- Avellana
- Cacauet
- Castanyes
- Cigrons
- Dàtil
- Fesol
- Frijol
- Garrofa
- Llavors (sèsam, gira-sol, carabassa, etc.)
- Llentia
- Nou
- Pèsol
- Pinyó
- Pistatxo
- Soia
- Tramús

Enllaunats

- Anxova
- Call
- Dacsa
- Escopinya
- Espàrrec
- Espinac
- Fruita
- Llet condensada
- Paté
- Pèsol
- Sardina
- Tomata
- Tonyina
- Verat

Pasta, arròs i begudes

Pasta i arròs

- Arròs
- Civada
- Farina
- Oli
- Ou
- Pà/ pà rallat
- Pasta
- Puré
- Sal
- Salsa (tots tipus)
- Sèmola/ quinoa
- Sopa
- Vinagre

Begudes

- Aigua
- Café
- Cervesa
- Licor
- Refresc
- Suc
- Te
- Vi

Rebosteria, lactis i condiments

Rebosteria i lactis

- Brioxeria
- Cereals
- Colorant
- Galetes
- Gelat
- Gelatina
- Guinda
- Iogurt
- Llet
- Mantega
- Mel
- Melmelada
- Passes
- Rent
- Sirop

Condiments

- Alfàbega
- Camamilla
- Canella
- Celiandre
- Cúrcuma
- Curri
- Eucaliptus
- Fenoll
- Gingebre
- Herba bona
- Julivert
- Llorer
- Menta
- Nou moscada
- Orega

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Sucre | <input type="checkbox"/> Pebre (totes) |
| <input type="checkbox"/> Vainilla | <input type="checkbox"/> Pimentó |
| <input type="checkbox"/> Xocolate (tots tipus) | <input type="checkbox"/> Romaní |
| | <input type="checkbox"/> Safrà |
| | <input type="checkbox"/> Sàlvia |
| | <input type="checkbox"/> Timó |
| | <input type="checkbox"/> Xile |

Productes de neteja i cura personal

Neteja

- Amoníac
- Betum
- Blanquejador roba
- Bosses fem
- Desengreixant
- Desinfectant
- Desodorant ambiental
- Detergent
- Esponja
- Frega sòls
- Fòsfors
- Granera
- Insecticida
- Medicament
- Mopa
- Neteja forns
- Neteja vidres
- Paper d'alumini
- Paper higiènic
- Peretes / bombetes
- Piles
- Rentaplats
- Sabó
- Tovallons

Cura personal

- Condicionador
- Cosmètics
- Cotó
- Crema corporal
- Dentífric
- Desodorant
- Escuma per afaitar
- Fil dental
- Fluor bucal
- Gel
- Loció
- Màquina per afaitar
- Mocadors
- Navalles per afaitar
- Palets de cotó
- Raspall dental
- Rasuradores d'un sol ús
- Talc
- Tovalles sanitàries
- Xampú