

# Lista de Compras para el Supermercado

## Frutas y Verduras

- |  |                                     |                                   |
|--|-------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Brocoli / coliflor    | <input type="checkbox"/> Pepino     | <input type="checkbox"/> Fresas   |
| <input type="checkbox"/> Cebolla roja o blanca | <input type="checkbox"/> Papas      | <input type="checkbox"/> Mangos   |
| <input type="checkbox"/> Chile                 | <input type="checkbox"/> Zapallo    | <input type="checkbox"/> Papaya   |
| <input type="checkbox"/> Lechuga / repollo     | <input type="checkbox"/> Maíz dulce | <input type="checkbox"/> Piña     |
| <input type="checkbox"/> Manzanas              | <input type="checkbox"/> Jilotes    | <input type="checkbox"/> Maracuyá |
| <input type="checkbox"/> Plátanos              | <input type="checkbox"/> Hongos     | <input type="checkbox"/> Melón    |
| <input type="checkbox"/> Zanahorias            | <input type="checkbox"/> Remolacha  | <input type="checkbox"/> Limones  |
| <input type="checkbox"/> Tomates               | <input type="checkbox"/> Apio       | <input type="checkbox"/> Naranjas |
| <input type="checkbox"/> Peras                 | <input type="checkbox"/> Culantro   | <input type="checkbox"/> Bananos  |
| <input type="checkbox"/> Sandía                | <input type="checkbox"/> Rábanos    | <input type="checkbox"/> Uvas     |

## Carnes

- |   |  |                                    |
|---|--|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Pollo fresco             | <input type="checkbox"/> Filete de tilapia | <input type="checkbox"/> Salami    |
| <input type="checkbox"/> Tajo de res              | <input type="checkbox"/> Camarones         | <input type="checkbox"/> Chorizo   |
| <input type="checkbox"/> Chuleta ahumada de cerdo | <input type="checkbox"/> Jamón             | <input type="checkbox"/> Mortadela |
| <input type="checkbox"/> Carne molida             | <input type="checkbox"/> Hotdog            | <input type="checkbox"/> Copetines |

## Lácteos

- |   |                                      |                                 |
|---|--------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Leche líquida o en polvo | <input type="checkbox"/> Mantequilla | <input type="checkbox"/> Yogurt |
| <input type="checkbox"/> Queso crema              | <input type="checkbox"/> Margarina   |                                 |
| <input type="checkbox"/> Quesillo                 | <input type="checkbox"/> Queso duro  |                                 |

## Abarrotería

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Cereales          | <input type="checkbox"/> Galletas        | <input type="checkbox"/> Sardinias                  |
| <input type="checkbox"/> Café              | <input type="checkbox"/> Harina / maseca | <input type="checkbox"/> Aceitunas                  |
| <input type="checkbox"/> Frijoles          | <input type="checkbox"/> Huevos          | <input type="checkbox"/> Agua embotellada           |
| <input type="checkbox"/> Arroz             | <input type="checkbox"/> Aceite          | <input type="checkbox"/> Vegetales enlatados        |
| <input type="checkbox"/> Azúcar            | <input type="checkbox"/> Sal             | <input type="checkbox"/> Canela                     |
| <input type="checkbox"/> Aceites           | <input type="checkbox"/> Especias        | <input type="checkbox"/> Vinagre                    |
| <input type="checkbox"/> Salsas            | <input type="checkbox"/> Consomé         | <input type="checkbox"/> Miel                       |
| <input type="checkbox"/> Pastas            | <input type="checkbox"/> Atún            | <input type="checkbox"/> Té helado                  |
| <input type="checkbox"/> Sopas             | <input type="checkbox"/> Cremora         | <input type="checkbox"/> Tortillas de maíz / harina |
| <input type="checkbox"/> Jugos / refrescos | <input type="checkbox"/> Aderezo         |   |
| <input type="checkbox"/> Pan               | <input type="checkbox"/> Mayonesa        |   |

## Cuidado del Hogar

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Desechables      | <input type="checkbox"/> Papel higiénico       | <input type="checkbox"/> Desinfectante |
| <input type="checkbox"/> Servilletas      | <input type="checkbox"/> Detergente para ropa  | <input type="checkbox"/> Pastes        |
| <input type="checkbox"/> Papel aluminio   | <input type="checkbox"/> Desodorante ambiental | <input type="checkbox"/> Bolsa ziploc  |
| <input type="checkbox"/> Papel Toalla     | <input type="checkbox"/> Blanqueador de ropa   | <input type="checkbox"/> Candelas      |
| <input type="checkbox"/> Crema lavaplatos | <input type="checkbox"/> Insecticida           | <input type="checkbox"/> Fósforos      |
| <input type="checkbox"/> Jabón para ropa  | <input type="checkbox"/> Detergente líquido    |  |

## Cuidado Personal

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Pasta dental   | <input type="checkbox"/> Jabón corporal         | <input type="checkbox"/> Hilo dental    |
| <input type="checkbox"/> Crema corporal | <input type="checkbox"/> Toallas sanitarias     | <input type="checkbox"/> Cepillo dental |
| <input type="checkbox"/> Shampoo        | <input type="checkbox"/> Gel para el cabello    | <input type="checkbox"/> Enjuague bucal |
| <input type="checkbox"/> Acondicionador | <input type="checkbox"/> Máquina para afeitarse | <input type="checkbox"/> Hisopos        |
| <input type="checkbox"/> Desodorante    | <input type="checkbox"/> Espuma para afeitarse  |   |

## Otros

<hr/> <hr/>	<hr/> <hr/>	<hr/> <hr/>
-------------	-------------	-------------