

MENÚ SEMANAL

DÍA / FECHA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO							
COMIDA							
CENA							

LISTA DE COMPRAS

FRUTAS Y VERDURAS

PANADERÍA Y TORTILLAS

CEREALES

LÁCTEOS Y HUEVOS

HARINA Y REPOSTERÍA

PASTAS Y GRANOS

SALCHICHONERÍA Y QUESOS

CONGELADOS

CONDIMENTOS Y SALSAS

CARNES Y PESCADOS

ENLATADOS Y CONSERVAS

ACEITES Y SAZONADORES

BEBIDAS