Lista de compras de supermercado completa

Checklist editable por categorías · marca ☑ en lo comprado

Fruta y verdura	
☐	Aguacates
☐	Tomates cherry
☐	Calabacín
☐	Zanahorias
☐	Setas laminadas
☐	Manzanas verdes
☐	Arándanos
☐	Limones
☐	
☐	

Desayuno y panadería	
☐	Pan de semillas
☐	Tortitas de arroz
☐	Avena integral
☐	Muesli crunchy
☐	Mermelada sin azúcar
☐	Café molido
☐	Té verde
☐	Croissants de mantequilla
☐	
☐	

Lácteos y refrigerados	
☐	Leche entera
☐	Yogur griego
☐	Mantequilla
☐	Queso brie
☐	Queso rallado
☐	Huevos camperos
☐	Jamón cocido
☐	Hummus
☐	
☐	

Despensa	
☐	Pasta rigatoni
☐	Arroz basmati
☐	Lenteja roja
☐	Harina de trigo
☐	Tomate triturado
☐	Pimienta negra
☐	Maíz dulce
☐	Aceitunas verdes
☐	
☐	

Bebidas y snacks	
☐	Agua mineral
☐	Refresco cola zero
☐	Zumo de naranja
☐	Cerveza tostada
☐	Frutos secos mix
☐	Palomitas de maíz
☐	Chocolate negro
☐	Patatas kettle
☐	
☐	

Hogar y cuidado	
☐	Detergente para ropa
☐	Suavizante
☐	Lavavajillas a mano
☐	Bayetas microfibra
☐	Bolsas de basura
☐	Papel higiénico
☐	Pasta dental
☐	Desodorante
☐	
☐	

Otros	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	

Otros	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	

Otros	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	