



LISTA DE COMPRAS



ALIMENTOS SAUDÁVEIS

FRUTAS



- ABACATE
- ABACAXI
- ACERELA
- AMEIXA
- AMORA
- BANANA
- CAQUI
- CAJU
- CARAMBOLA
- CEREJA
- COCO
- FIGO
- FRAMBOESA
- GOIABA
- JABUTICABA
- JACA
- KIWI
- LARANJA
- LICHIA
- LIMÃO
- MAÇÃ
- MAMÃO
- MARACUJÁ
- MELÂNCIA
- MELÃO
- MEXERICA
- MIRTILO
- MORANGO
- NECTARINA
- PÊRA
- PÊSSEGO
- PINHA
- PITAYA
- PITANGA
- ROMÃ
- UVA

LEGUMES



- ABÓBORA
- ALCACHOFRA
- BERINJELA
- BETERRABA
- CARÁ
- CENOURA
- CHUCHU
- ERVILHA TORTA
- ERVILHA
- GENGIBRE
- INHAME
- JILÓ
- MANDIOQUINHA
- MANDIOCA
- MILHO
- MORANGA
- PEPINO
- PIMENTÃO
- QUIABO
- TOMATE
- VAGEM

VERDURAS



- ACELGA
- AGRIÃO
- ALFACE
- ALMEIRÃO
- ASPARGOS
- BRÓCOLIS
- CHICÓRIA
- COUVE FLOR
- COUVE DE BRUXELAS
- COUVE
- ENDÍVIA
- ESCAROLA
- ESPINAFRE
- RABANETE
- REPOLHO
- RÚCULA

CARNES



- ALCATRA
- BABY BEEF
- CONTRA FILET
- COXÃO MOLE
- COXÃO DURO
- FILET MINGNON
- LAGARTO
- MAMINHA
- PATINHO

FRANGO



- COXA DE FRANGO
- FILET DE FRANGO
- PEITO DE FRANGO
- SOBRECOXA DE
- FRANGO
- OVOS
- OVOS DE CODORNA
- OVOS CAPIRA

PEIXES



- ANCHOVA
- ATUM
- BACALHAU
- CAÇÃO
- LINGUADO
- PESCADA
- SALMÃO
- TILÁPIA

TUBÉRCULOS



- BATATA DOCE
- BATATA

OUTROS



- ARROZ INTEGRAL
- MACARRÃO
- INTEGRAL
- FEIJÃO
- GRÃO DE BICO
- LENTILHA
- MILHO DE PIPOCA
- CANJICA
- TRIGO PARA QUIBE
- POVILHO AZEDO
- POVILHO DOCE
- FARINHA DE TRIGO
- INT.
- MANTEIGA
- AVEIA
- GRANOLA
- CHIA
- LINHAÇA
- QUINOA
- AMARANTO
- QUEIJO BRANCO
- AZEITE

TEMPEROS NATURAIS



- CEBOLA
- ALHO
- ALHO PORÓ
- CEBOLINHA
- COENTRO
- ERVA DOCE
- HORTELÃ
- LOURO
- MANJEIRICÃO
- SALSÃO
- SALSINHA
- SÁLVIA



☎ 11 3078-4122

☎ 11 99573-9913

🌐 www.drapaulapediatra.com.br 📷 [drapaulapediatra](https://www.instagram.com/drapaulapediatra)