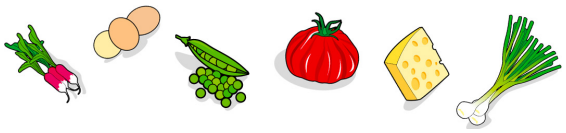
AiL MA COCOTTE!



LISTE DE COURSES AUTOMNE/HIVER

FRUITS ET LÉGUMES

- ❑ Citron
- ❑ Clémentine
- ❑ Figue
- ❑ Kaki
- ❑ Kiwi
- ❑ Mandarine
- ❑ Orange
- ❑ Poire
- ❑ Pomelo
- ❑ Pomme
- ❑ Raisin
- ❑ Autres fruits :

- ❑ Ail
- ❑ Artichaut
- ❑ Avocat
- ❑ Betterave
- ❑ Blette
- ❑ Brocoli
- ❑ Carotte
- ❑ Céleri
- ❑ Champignon
- ❑ Chou-fleur
- ❑ Chou
- ❑ Courge
- ❑ Courgette
- ❑ Épinards
- ❑ Endive
- ❑ Fenouil
- ❑ Haricots verts
- ❑ Herbes aromatiques
- ❑ Navet
- ❑ Oignon
- ❑ Panais
- ❑ Patate douce
- ❑ Poireau
- ❑ Pomme de terre
- ❑ Radis
- ❑ Rutabaga
- ❑ Salade
- ❑ Topinambour
- ❑ Autres légumes :

ÉPICERIE

- ❑ Biscottes
- ❑ Bouillon en cubes
- ❑ Boulgour
- ❑ Café
- ❑ Câpres
- ❑ Céréales
- ❑ Chocolat
- ❑ Confiture
- ❑ Cornichons
- ❑ Épices (dont poivre)
- ❑ Farine
- ❑ Flocons d'avoine
- ❑ Fruits secs
- ❑ Gâteaux secs
- ❑ Graines
- ❑ Haricots
- ❑ Huile
- ❑ Infusion
- ❑ Lait UHT
- ❑ Lentilles
- ❑ Levure
- ❑ Miel
- ❑ Moutarde
- ❑ Pâte à tartiner
- ❑ Pâtes
- ❑ Pois chiches
- ❑ Poudre d'amande
- ❑ Petit épeautre
- ❑ Quinoa
- ❑ Riz
- ❑ Sardines
- ❑ Sel
- ❑ Semoule de blé
- ❑ Sucre
- ❑ Thé
- ❑ Thon
- ❑ Vinaigre
- ❑ Vin
- ❑ Autres :

FRAIS

- ❑ Beurre
- ❑ Crème fraîche
- ❑ Fromage râpé
- ❑ Fromage blanc
- ❑ Jus de fruits frais
- ❑ Lait
- ❑ Œufs
- ❑ Pâte à tarte/pizza
- ❑ Tofu
- ❑ Yaourts
- ❑ Autres produits frais :

- ❑ Produits surgelés :

- ❑ Chez le boucher :

- ❑ Chez le boulanger :

- ❑ Chez le fromager :

- ❑ Chez le poissonnier :

HYGIÈNE/MAISON

- ❑ Bicarbonate de soude
- ❑ Dentifrice
- ❑ Lessive
- ❑ Papier absorbant
- ❑ Papier toilette
- ❑ Produit pour lave-vaisselle
- ❑ Produit pour sol
- ❑ Sacs poubelles
- ❑ Savon
- ❑ Shampoing
- ❑ Vinaigre blanc
- ❑ Autres :