

Prepara tus zonas de cocina

Esenciales en tus zonas de cocina

Refrigerador

Vegetales

Empaques:

Rucula (Arúgula) Col Rizada (Kale) Repollo Triturado Espinaca "Spring mix"

Tu mezcla favorita

Sueltos:

Coles

Acelga

Escarola

Iceberg

Col Rizada (Kale)

Romana

Brócoli

Zanahorias

Coliflor

Repollo

Berenjena

Habichuelas tiernas

Pimientos

Cebolla

Aio

Calabacines

Frutas

Manzanas

Cinas (naranjas)

Toronja

Uvas

Limones y limas

Guineos

Mangos

Condimentos

Alcaparras

Salsa Picante

Mayonesa

Mostaza

Pepinillos

Salsa Tamari or

soja

Huevos/Lácteos

Ouesos

Huevos

Leches [inc. vegetales]

Yogurt

Congelador

Vegetales

Brócoli

Calabaza

Moscada

Coliflor

Edamame

Col rizada

Cebollas picadas

Guisantes

Espinacas

Surtido de

vegetales

Frutas

Avocado

Berries

Cherries

Mango

Pineapple

Otros

Basil cubes

[other herbs]

Brown Rice

Garlic cubes

Ginger cubes

Quinoa

Proteínas animales

Bacalao

Pez dorado

Salmón

Camarones

Mero

Completos, molido, en

partes: Pollo

Carne

_

Cordero

Pavo

Ternera

Gabinete (Counter)

Aguacate

Papas

Guineos

Ajo

Citricos

Shallots

Melones

Batatas

Cebolla

Calabazas

Comidas preparadas*

Pizza crust de coliflor

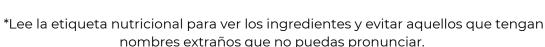
Granos y Habichuelas

Paletas de frutas

Hamburguesas vegetal

Pan germinado o

integral**



^{**}Recomendado congelar si no se consume en los próximo dias que se compra.