

Popis za kupovinu

☐ platnena vrećica

Žitarice/brašna/tjestenine

- ☐ riža
- ☐ kvinoja
- ☐ palenta
- ☐ proso
- ☐ heljda
- ☐ amarant
- ☐ zobene pahuljice
- ☐ ekspanzirani amarant
- ☐ tjestenina
- ☐ brašno od slanutka
- ☐ brašno od heljde
- ☐ tapioka
- ☐ brašno od riže
- ☐ _____
- ☐ _____

Mahunarke - suhe

- ☐ grah
- ☐ crvena leća
- ☐ zelena leća
- ☐ slanutak
- ☐ _____
- ☐ _____

Začini

- ☐ sol, papar
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Konzerve/staklenke/ukiseljeno

- ☐ grah
- ☐ slanutak
- ☐ pasirana rajčica
- ☐ kukuruz
- ☐ masline
- ☐ cikla
- ☐ ukiseljena rajčica
- ☐ kiseli kupus
- ☐ ajvar
- ☐ senf
- ☐ _____
- ☐ _____

Smrznuto

- ☐ grašak
- ☐ mješavina povrća
- ☐ šumsko voće
- ☐ mahune
- ☐ mladi grah
- ☐ _____
- ☐ _____

Biljna mlijeka/jogurti/sirevi

- ☐ biljno mlijeko
- ☐ veganski jogurt
- ☐ tofu
- ☐ veganski sir
- ☐ _____
- ☐ _____

Voće

- ☐ jabuke
- ☐ banane
- ☐ limuni
- ☐ naranče
- ☐ avokado
- ☐ kivi
- ☐ grejp
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Orašidi/sjemenke

- ☐ orasi
- ☐ bademi
- ☐ lješnjaci
- ☐ sezam
- ☐ bundevine sjemenke
- ☐ chia sjemenke
- ☐ sjemenke konoplje
- ☐ lanene sjemenke
- ☐ kikiriki maslac
- ☐ _____
- ☐ _____

Grickalice i slatkiši

- ☐ tamna čokolada
- ☐ rižini krekeri
- ☐ slane grickalice
- ☐ _____
- ☐ _____

Povrće

- ☐ mrkve
- ☐ češnjak
- ☐ luk
- ☐ krumpir
- ☐ batat
- ☐ celer
- ☐ brokula
- ☐ prokulice
- ☐ paprika
- ☐ cvjetača
- ☐ tikvice
- ☐ svježa salata (matovilac, baby špinat i sl.)
- ☐ gljive
- ☐ cherry rajčice
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Ostalo

- ☐ agavin sirup
- ☐ namaz za kruh
- ☐ kruh
- ☐ kokosove mrvice
- ☐ kakao prah
- ☐ prašak za pecivo
- ☐ ulje (maslinovo, kokosovo)
- ☐ ocat
- ☐ čaj/kava
- ☐ _____