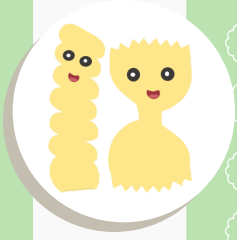
A MINHA LISTA DE COMPRAS

VEGETAIS E FRUTA

"Livra-te da fruta mal sazonada,
que é peste disfarçada"

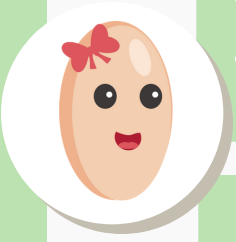
MERCEARIA

"Café é com pão,
com bolacha não"



CARNE, PEIXE E OVOS

"Boa é a truta, bom é o salmão,
bom é o sável quando dá sazão"



CONGELADOS

"Come um caldo ainda quente e
viverás longamente"

LATICINIOS

"Queijo com o pão, faz o
homem são"

OUTROS

"Por mais santo que seja o dia,
a panela tem de ferver"

TEMPEROS

"Azeite de oliva,
todo o mal tira."