



# Weekly Shopping List

Date: From \_\_\_\_\_ to \_\_\_\_\_

## FRUIT & VEGETABLES:

- |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| 1) _____  | 11) _____ | 21) _____ |
| 2) _____  | 12) _____ | 22) _____ |
| 3) _____  | 13) _____ | 23) _____ |
| 4) _____  | 14) _____ | 24) _____ |
| 5) _____  | 15) _____ | 25) _____ |
| 6) _____  | 16) _____ | 26) _____ |
| 7) _____  | 17) _____ | 27) _____ |
| 8) _____  | 18) _____ | 28) _____ |
| 9) _____  | 19) _____ | 29) _____ |
| 10) _____ | 20) _____ | 30) _____ |

## MEAT ORDER:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_

## FISH ORDER:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_

## DAIRY PRODUCTS:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_

## HERBS & SPICES:

- |          |           |           |
|----------|-----------|-----------|
| 1) _____ | 6) _____  | 11) _____ |
| 2) _____ | 7) _____  | 12) _____ |
| 3) _____ | 8) _____  | 13) _____ |
| 4) _____ | 9) _____  | 14) _____ |
| 5) _____ | 10) _____ | 15) _____ |



# Weekly Shopping List

## PANTRY PRODUCTS:

- |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| 1) _____  | 11) _____ | 21) _____ |
| 2) _____  | 12) _____ | 22) _____ |
| 3) _____  | 13) _____ | 23) _____ |
| 4) _____  | 14) _____ | 24) _____ |
| 5) _____  | 15) _____ | 25) _____ |
| 6) _____  | 16) _____ | 26) _____ |
| 7) _____  | 17) _____ | 27) _____ |
| 8) _____  | 18) _____ | 28) _____ |
| 9) _____  | 19) _____ | 29) _____ |
| 10) _____ | 20) _____ | 30) _____ |

## ASIAN PRODUCTS:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_

- 8) \_\_\_\_\_
- 9) \_\_\_\_\_
- 10) \_\_\_\_\_
- 11) \_\_\_\_\_
- 12) \_\_\_\_\_
- 13) \_\_\_\_\_
- 14) \_\_\_\_\_

## FROZEN PRODUCTS:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_

## DRINKS / BEVERAGES:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_

- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_
- 8) \_\_\_\_\_
- 9) \_\_\_\_\_
- 10) \_\_\_\_\_

- 11) \_\_\_\_\_
- 12) \_\_\_\_\_
- 13) \_\_\_\_\_
- 14) \_\_\_\_\_
- 15) \_\_\_\_\_