

Inköpslista för långhållbar mat



Konserver

- ◯ Konserverad frukt
- ◯ Konserverat kött
- ◯ Konserverad soppa
- ◯ Konserverade grönsaker

Torrvaror

- ◯ Granolabars
- ◯ Gryn
- ◯ Jordnötssmör
- ◯ Ris
- ◯ Salt
- ◯ Socker
- ◯ Kryddor

Olja

- ◯ Avokadoolja
- ◯ Kokosolja
- ◯ Extra virgin-olivolja
- ◯ Olivolja

Frystorkade varor

- ◯ Frystorkad frukt
- ◯ Frystorkat kött
- ◯ Frystorkade grönsaker

Drycker

- ◯ Kaffe
- ◯ Te
- ◯ UHT-juice
- ◯ UHT-mjölk

Listonic

Hämta i App Store

LADDA NED PÅ Google Play