

**GROCERY SHOPPING LIST** {Check off if you use the last item} Love you, Mom

<p><b>DAIRY</b></p> <p>___ Coffee Creamer</p> <p>___ Milk ___ 1/2 &amp; 1/2</p> <p>___ Yogurt</p> <p>___ Med. Eggs – Organic</p> <p>___ Butter or ___ Tub</p> <p>___ Instant Powdered Milk</p> <p>___ Canned Evap.Milk</p> <p>___ Mozzarella Cheese</p> <p>___ Cheddar Cheese</p> <p>___ Pamesan Cheese</p> <p>___ Sliced Sandwich Cheese - American</p> <p>___ Buttermilk</p> <p><b>HERBS &amp; SPICES</b></p> <p>___ Salt</p> <p>___ Black Pepper</p> <p>___ Garlic Powder</p> <p>___ Cayenne Pepper</p> <p>___ Onion Powder</p> <p>___ Chili Powder</p> <p>___ Bay leaves</p> <p>___ Oregano</p> <p>___ Cinnamon</p> <p>___ Dry Parsley</p> <p>___ Poultry Seasoning</p> <p>___ Ground Ginger</p> <p>___ Ground Cumin</p> <p>___ Cloves</p> <p>___ Nutmeg</p> <p>___ Celery Seed or Celery</p> <p>Salt</p> <p><b>SOUPS</b></p> <p>___ Cream of mushroom</p> <p>___ Cream of chicken</p> <p>___ Double Noodles</p> <p>___ Soup _____</p> <p>___ Broth</p> <p>___ beef ___ chicken</p> <p><b>CLEANING SUPPLIES</b></p> <p>___ Windex</p> <p>___ Bathroom Cleaner</p> <p>___ Furniture Wipes</p> <p>___ Detergent _____</p> <p>___ Clothes Rinse _____</p> <p>___ SOS Pads</p> <p>___ Clorox Spray Cleaner</p> <p>___ Dishwashing Liquid</p> <p>___ Bleach</p>	<p><b>VEGETABLES</b></p> <p><b>Fresh</b></p> <p>___ Cabbage</p> <p>___ Carrots</p> <p>___ Celery</p> <p>___ Greens: Spinach, Turnip, Collard, and Mustard,</p> <p>___ Lettuce</p> <p>___ Mushrooms</p> <p>___ Onions (Y,W,G)</p> <p>___ Potatoes</p> <p>___ Turnips</p> <p>___ Other Fresh</p> <p>Veggies: _____</p> <p><b>Frozen</b></p> <p>___ Broccoli</p> <p>___ Corn</p> <p>___ Green Beans</p> <p>___ Mixed Veggies</p> <p>___ Peas &amp; Carrots</p> <p>___ Spinach</p> <p><b>Canned</b></p> <p>___ Corn</p> <p>___ Green Beans</p> <p>___ Red Beans</p> <p>___ Peas</p> <p>___ Spaghetti Sauce</p> <p>___ Tomatoes</p> <p>___ Tomato Puree</p> <p>___ Tomato Sauce</p> <p>___ Other _____</p> <p><b>PAPER PRODUCTS</b></p> <p>___ Toilet</p> <p>___ Towels</p> <p>___ Bowls</p> <p>___ Plates</p> <p>___ Napkins</p> <p>___ Trash bags</p> <p>___ Fem.Products</p> <p><b>EXTRAS:</b></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p><b>FRUITS &amp; JUICES</b></p> <p><b>Fresh</b></p> <p>___ Apples</p> <p>___ Bananas</p> <p>___ Grapes</p> <p>___ Oranges</p> <p>___ Fresh Fruit in Season _____</p> <p><b>Frozen</b></p> <p>___ Blueberries</p> <p>___ Mixed Berries</p> <p>___ Popsicles</p> <p><b>Canned</b></p> <p>___ Apple Juice</p> <p>___ Lemons ___ Limes</p> <p><b>Juice</b></p> <p>___ Mixed Fruit</p> <p>___ Peaches</p> <p>___ Pears</p> <p>___ Pineapple</p> <p><b>Dried</b></p> <p>___ Prunes</p> <p>___ Raisins</p> <p><b>CONDIMENTS</b></p> <p>___ Bouillon Cubes</p> <p>___ Hot Sauce</p> <p>___ Jam or Jelly</p> <p>___ Ketchup</p> <p>___ Mayonnaise</p> <p>___ Olives</p> <p>___ Black ___ Green</p> <p>___ Yellow Mustard</p> <p>___ Peanut Butter</p> <p>___ Pickles/Relish</p> <p>___ Salsa- Picante</p> <p>___ Soy Sauce</p> <p>___ Syrup</p> <p>___ Vinegar</p> <p>___ Worcestershire Sauce</p> <p><b>BEVERAGES</b></p> <p>___ Ground Coffee</p> <p>___ Tea</p> <p>___ Organic O.J.</p> <p>___ Gatorade</p> <p>___ Soft Drinks</p> <p>___ Fruit Drink Mix</p> <p>___ Powdered Creamer</p> <p>___ Wine</p>	<p><b>MEATS</b></p> <p>___ Ground Sirloin</p> <p>___ Roast</p> <p>___ Minute Steaks</p> <p>___ Rib-eye or T-Bones</p> <p>___ Ground Turkey</p> <p>___ Pork , Turkey or Chicken</p> <p>Sausage</p> <p>___ Bacon</p> <p>___ Whole Chicken</p> <p>___ Fully Cooked Ham</p> <p>___ Chicken Breast, skinless &amp; boneless, no steroids</p> <p>___ Frozen Fish:</p> <p>Flounder, Catfish, Tilapia</p> <p>___ 6-oz can Tuna</p> <p>___ Fresh Stuffed Salmon</p> <p><b>DRIED BEANS</b></p> <p>___ Black Eye Peas</p> <p>___ Pinto Beans</p> <p>___ Other _____</p> <p><b>GRAINS &amp; STARCHES</b></p> <p>___ Plain Bread ___ Raisin</p> <p>___ Bagel _____</p> <p>___ Cereal _____</p> <p>___ Commeal</p> <p>___ Lasagna Noodles</p> <p>___ Macaroni</p> <p>___ Oatmeal</p> <p>___ Popcom</p> <p>___ Noodles _____</p> <p>___ Rice _____</p> <p>___ Spaghetti</p> <p>___ Waffles Frozen</p> <p><b>BAKING SUPPLIES</b></p> <p>___ Sugar</p> <p>___ Brown Sugar</p> <p>___ Powdered Sugar</p> <p>___ Corn Syrup</p> <p>___ Yeast</p> <p>___ Baking Powder</p> <p>___ Baking Soda</p> <p>___ Unsweetened Cocoa</p> <p>___ Cornstarch</p> <p>___ Vanilla Flavoring</p> <p>___ Flour ___ Whole Wheat</p> <p>___ Oil</p> <p>___ Molasses</p>
--	---	---	---