

Feeding OUR Families Shopping List

Non-perishable Wishlist

Canned Proteins, Soups and Vegetables

Dried Beans, Fruit and Herbs

Ground Coffee, Peanut Butter

Grains: Oats and Oatmeal, Rice and Rice Flour, Quinoa and Masa

Oils: Olive, Vegetable or Canola

Milk: Shelf-Stable, Dried or Canned (i.e. Coconut, Condensed or Evaporated)

Spices: Adobo, Cumin, Curry, Garlic, Bouillon Cubes, Pepper and Salt

Condiments: Ketchup, Hot Sauce, Mayonnaise, Mustard, Tomato and Guava Paste, Salad Dressings

Baby Products: Diapers, Formula, Food & Hygiene Products

Hygiene: Menstrual Products, Deodorant, Soap, Shampoo, Shaving Cream and Toothpaste

Household: Aluminum Foil, Cleaners, Garbage Bags, Napkins and Paper Towels

No perishable dairy, no glass and no produce please!

PRESENTED BY



Alimentando
A NUESTRAS
Familias

Lista de compras

Alimentos no perecederos

Proteínas enlatadas, sopas y verduras

Frijoles secos, frutas y hierbas secas

Mantequilla de maní

Granos: cebada, avena, harina de avena o maíz, quinoa y arroz

Aceites: oliva, vegetal o canola

Leche: en polvo o en envase Tetra Pak®

Especias y condimentos: adobo, comino, curry, ajo, cubitos de caldo, pimienta, sal, salsa de tomate, mayonesa, pasta de tomate y guayaba,

mostaza y aderezos para ensaladas

Productos para bebés: pañales, leche de fórmula, alimentos y productos de higiene

Higiene general: productos para el período menstrual, desodorante, jabón, champú, crema de afeitar y pasta de dientes

Artículos para el hogar: papel de aluminio, productos de limpieza, bolsas de basura, servilletas y toallas de papel

Por favor nada de lácteos, envases de vidrio o productos agrícolas

PRESENTADO POR

