

LISTA DE LA COMPRA

Alimentos **sin lactosa**

TartasMudas.com

TIPO	PRODUCTO	CARACTERÍSTICAS	MARCA	SUPERMERCADO
LÁCTEOS (debe poner <i>sin lactosa</i>)	Leche		Hacendado	Mercadona
			Puleva	Hiperacor, Carrefour
			Kaiku	Hiperacor, Carrefour
			Pascual	Hiperacor, Carrefour
	Helado	Vasitos de coco, vainilla y chocolate	Hacendado	Mercadona
		Nata con sirope de caramelo	Hacendado	Mercadona
	Queso	Rallado	Lafuente	Mercadona
			Millán Vicente	Hiperacor
		Fresco	Hacendado	Mercadona
			García Vaquero	Hiperacor
		Tierno en lonchas	Casamacan	Mercadona
			García Vaquero	Hiperacor
	Crema para untar	Lafuente	Hiperacor	
	Margarina	Con aceites vegetales	Flora	Mercadona, Hiperacor, Carrefour
		De soja	Tulipán	Mercadona, Hiperacor, Carrefour
			Vivesoy	Mercadona, Hiperacor, Carrefour
	Yogur	Natural azucarado	Kaiku	Mercadona, Carrefour, Hiperacor
	Batido	De chocolate	Hacendado	Mercadona
	Nata	Para cocinar	Kaiku	Hiperacor, MAS
Para montar		Kaiku	Hiperacor	
HIDRATOS	Pan	De molde	Hacendado	Mercadona
			Bimbo	Mercadona, Hiperacor, Carrefour
		De hamburguesas	Hacendado	Mercadona
			Bimbo	Hiperacor, Carrefour
	Bases de pizzas	Hacendado	Mercadona	
	Cereales	Todos los Kellogs menos los que llevan trozos de chocolate	Kellogs	Mercadona, Hiperacor, Carrefour
	Galletas	María (Hojaldrada)	Hacendado	Mercadona
	Masa quebrada		Hacendado	Mercadona
	Masa de hojaldre		Hacendado	Mercadona
	Cacao	Tipo Cola-caó	Hacendado	Mercadona
		Cacao puro en polvo	Valor	Mercadona, Hiperacor, Carrefour
			Nestle	Mercadona, Carrefour, Hiperacor
			Paladin	Mercadona, Carrefour, Hiperacor.
	Chocolate	En tableta (para fundir)	Hacendado	Mercadona
			Valor	Hiperacor
	Patatas fritas de bolsa	Papadeltas	Hacendado	Mercadona
		Pajitas de patata	Hacendado	Mercadona
		Papatas a la sal	Lay's	Mercadona, Carrefour, Hiperacor

EMBUTIDOS	Salchillas	De pollo/pavo	Hacendado	Mercadona
	Chorizo	Dulce/picante (receta tradicional)	Hacendado	Mercadona
	Jamón serrano	En taquitos	Incarlopsa	Mercadona
		En lonchas	Paletas Marpa	Mercadona
	Mortadela	De pavo	Hacendado	Mercadona
	Bacon	En taquitos	Hacendado	Mercadona
		En lonchas	Oscar Mayer	Mercadona, Hipercor, Carrefour
	Pechuga de pavo	Reducido en sal	Hacendado	Mercadona
Paté	De hígado de cerdo	La Piara	Mercadona, Hipercor, Carrefour	
	Mousse de Oca	Martiko	Mercadona	
CONSERVAS	Tomate frito	Casero	Hacendado	Mercadona
	Aceitunas	Rellenas de anchoa (35% menos sal)	Hacendado	Mercadona
	Atún	Claro en aceite vegetal	Calvo	Mercadona, Carrefour, hipercor
	Maíz	Dulce	Hacendado	Mercadona
Bonduelle			Mercadona, Carrefour, Hipercor	
SALSAS	Kétchup		Heinz	Mercadona, Hipercor, Carrefour
			Hacendado	Mercadona
	Mayonesa		Ybarra	Mercadona, Hipercor, Carrefour
OTROS	Levadura	Fresca	Levital	Mercadona
		En polvo	Royal	Mercadona, Carrefour, Hipercor
			Hacendado	Mercadona, Carrefour, Hipercor