

Lebensmitteleinkauf

Inhalt

Einkaufen von Lebensmitteln.....	3
Über Obst und Gemüse.....	3
Über Konserven.....	3
So wählen Sie Obst und Gemüse.....	3
Zu kaufen Konserven.....	3
Obst und Gemüse.....	4
Konserven.....	4

Einkaufen von Lebensmitteln

Informationen zum Lebensmittel kaufen.

Über Obst und Gemüse

Übersicht über Obst und Gemüse.

Um gesund zu bleiben, essen viel Obst und Gemüse. Wenn möglich, kaufen frisches Obst und Gemüse anstelle von gefrorenen oder Obst-und Gemüsekonserven.

Sie können Geld durch den Kauf von Obst und Gemüse, wenn sie in der Saison sind zu retten.

Über Konserven

Übersicht über Konserven.

Die meisten Menschen halten Konserven in ihren Küchenschränken. Beliebte Konserven gehören Bohnen, Gemüsekonserven, Obstkonserven und.

Um Geld zu sparen auf Konserven:

- Sofort ab Rabatt Lebensmittelgeschäfte
- Sofort große Dosen anstelle von kleinen Dosen

So wählen Sie Obst und Gemüse

Wie wählt man Obst und Gemüse.

Wählen Sie Ihr Obst und Gemüse, nachdem Sie Ihre Konserven ausgewählt. Andernfalls könnte die schwere Prellung Dosen Obst und Gemüse in Ihrem Warenkorb.

Suchen Sie nach Obst und Gemüse der Jahreszeit. In der Saison Obst und Gemüse sind frischer und billiger. So wählen Sie Pfirsiche:

1. Holen Sie sich eine Plastiktüte oder Papiertüte, die Pfirsiche halten.
2. Wählen Sie den besten Pfirsiche und lege sie sanft in Ihre Tasche.
Legen Sie nicht mehr als 6 Pfirsiche in jedem Beutel.
3. Legen Sie den Beutel vorsichtig in Ihrem Warenkorb.

Seien Sie sicher, dass der Check-out-Schreiber behandelt Ihre Pfirsiche vorsichtig.

Zu kaufen Konserven

Wie kaufen Sie Konserven.

Konserven sind in der Regel auf Lebensmittel-Regalen nach der Art der eingelagerten Lebensmittel: zum Beispiel alle Gemüsekonserven werden in einer Gasse und alle Obstkonserven in einem anderen Gang werden.

1. Lesen Sie die Lebensmittel-Store Locator-Zeichen oder fragen Sie einen Lebensmittel-Verkäuferin Ihnen helfen, die Konserven Oliven, die verfügbar sind.
2. Finden Sie die Art der Oliven Sie kaufen möchten: grün oder schwarz.

Wenn Sie nach Zutaten suchen für ein grüner Salat, grüne Oliven kaufen. Wenn Sie machen Enchiladas sind, kaufen schwarzen Oliven.

3. Schauen Sie sich die Größen und Preise können zu den besten Kauf erhalten.
Wenn Sie planen, Enchiladas und Tacos heute Abend am Freitag machen, kaufen Sie eine große Dose.
4. Wählen Sie eine Dose und schauen Sie es sorgfältig, um sicherzustellen, dass es keine Beulen.
A kann mit einer Delle könnte eine defekte Dichtung.
5. Setzen Sie die in Ihrem Warenkorb, beenden Sie Ihre Einkaufs- und auschecken.

Obst und Gemüse

Referenz Informationen über Obst und Gemüse.

Obst oder Gemüse	Typ	Preis
Apple	Fuji	\$.88/lb
Apple	Granny Smith	\$ 1.05/lb
Birne	Bartlett	\$.74/lb
Orange	Valencia	\$ 1.46/lb
Squash	Butternut	\$.54/lb

Konserven

Referenz Informationen über Konserven.

Food Produkt	Größe der kann	Preis
Große schwarze Oliven	14 Unzen	\$ 2,39
Kleine schwarze Oliven	6 Unzen	\$ 1,78
Große grüne Oliven gefüllt	20 Unzen	\$ 4,56
Kleine grüne Ebene Oliven	8 Unzen	\$ 2,45