

12-Week (Week-12) List of Items

اسماء الحبوب والفاكهة والخضروات والمنتجات الحيوانية

12-Week

1	Nut Walnuts		kg	1
2	Salmon - Smoked		kg	2
3	Asparagus		kg	2.5
4	Bell Pepper - Green		kg	2
5	Bell Pepper - Red		kg	1
6	Bell Pepper - Yellow		kg	2
7	Brinjal		kg	2
8	Broccoli		kg	6
9	Cabbage Round	Green	kg	4
10	Carrot		kg	9
11	Carrot - Heirloom		kg	2
12	Cauliflower		kg	2
13	Celery		kg	3.5
14	Chilli - Padi		try	1
15	Chives		gm	150
16	Cucumber - English		kg	2
17	Fresh Rocket Leaves		kg	1
18	Fresh Basil		gm	200
19	Fresh Dill		gm	150
20	Fresh Italian Parsley		gm	300
21	Fresh Oregano		gm	100
22	Fresh Rosemary		gm	300
23	Fresh Thyme		gm	200
24	Garlic		kg	3
25	Ginger		kg	1
26	Lemon		nos	61
27	Lettuce Romaine		kg	2
28	Lime		kg	3
29	Mint Leaves		kg	1
30	Mushroom Button Fresh		kg	2
31	Onion		kg	8
32	Onion Red		kg	5
33	Onion White		kg	2.5
34	Onion Spring		gm	500
35	Potato Russet		kg	5
36	Potatoes		kg	11
37	Pumpkin		kg	1
38	Shallots		kg	3
39	Spinach Baby		kg	2.125
40	Tomato		kg	2.5
41	Tomato - Cherry Red		gm	500
42	Zucchini Green		kg	4
43	Apple - Green		nos	20
44	Apple - Red		nos	15
45	Blueberry		pkt	6
46	Mango - Honey		kg	3
47	Oranges		nos	15
48	Pear - Green		nos	10
49	Pineapple		nos	2
50	Raspberry		kg	1.2

51	Red Currant		gm	250
52	Strawberry		kg	2.25
53	Water	1.5 ltr	case	10
54	Cheese Feta in oil		gm	200
55	Cheese Parmesan Block Grana Padano		kg	2.5
56	Cheese Ricotta		kg	4
57	Cheese Mozzarella Block		kg	2
58	French Bread		nos	2
59	Natural set yoghurt		ltr	1
60	Nut Almond Flake		kg	2
61	Nut Hazelnuts Roasted		kg	5
62	Raisin Black		kg	1
63	Raisin Golden		kg	1
64	Raisin Sulatanas		kg	1
65	Red Date - Pitted		kg	1
66	Plain yogurt	Greek	gm	3
67	Mixed Salad Leaves		gm	250
68	Ground Almond	almond flour	Kg	1
69	Coriander Fresh		gm	600
70	Fine Beans		kg	2
71	pearl onion		gm	200
72	Fennel bulb	fresh	nos	12

1. د دندې د پلي کولو په مهال، د ښوونکو دنده د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده. د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده.
2. د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده.
3. د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده.
4. د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده.
5. د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده.
6. د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده.
7. د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده.
8. د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده.
9. د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده ده.

- د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده
- د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده
- د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده
- د دندې د پلي کولو په مهال د ښوونکو دنده

ښوونکو!