

# 5 NIGHTS OF KETO COMFORT FOOD DINNER IDEAS

## GROCERY LIST

### PANTRY

- [4 oz. can diced jalapenos](#)
- [12 oz. Frank's Buffalo sauce](#)
- [10 oz. can Rotel tomatoes and green chiles](#)
- [32 oz. chicken broth](#)
- [14.5 oz. beef broth](#)
- [16 oz. peperoncini peppers](#)
- [16 oz. pickles, no sugar added](#)

### MEAT

- [16 oz. package bacon](#)
- [1 lb. package 80/20 ground beef](#)
- [1 lb. ground chicken](#)
- [2 - 2 lbs. packages chicken breasts](#)
- [3-4 lbs. chuck roast](#)

### DAIRY

- [16 oz. package salted butter](#)
- [2 - 8 oz. packages mild cheddar shredded cheese](#)
- [8 oz. package Fiesta blend shredded cheese](#)
- [8 oz. Italian blend shredded cheese](#)
- [16 oz. heavy whipping cream](#)
- [1 dozen eggs](#)
- [3 - 8 oz. cream cheese blocks](#)

### FROZEN FOODS

- [10 oz. frozen riced cauliflower](#)

### PRODUCE

- [Green onion bunch](#)
- [Cilantro bunch](#)
- [Lettuce head](#)
- [Tomato](#)
- 1 - [sweet onion](#)
- 4 - [medium zucchinis](#)
- 1 - [garlic bulb](#)
- 2 [lbs. red radishes](#)
- [12 oz. cut green beans](#)

### SPICES & CONDIMENTS

- [Ancho chili powder](#)
- [Beef base](#)
- Garlic powder
- Onion powder
- Dried dill
- Dried parsley
- Red pepper flakes
- Tarragon
- Taco seasoning (store-bought or [homemade](#))
- Salt & pepper

### POTENTIAL SIDES

*(optional)*

- [Family size Caesar salad kit](#)
- [Broccoli florets](#)
- [Riced cauliflower](#)
- [Zucchini spirals](#)