



Julio de 2020

SNAP-Ed



Helado de banana

Encuentre esta receta y más ideas para comidas de bajo costo saludables en CelebrateYourPlate.org



Productos de estación: julio

Maíz
Durazno
Arándanos
Calabacín



Producto destacado: fresas

Cuándo comprarlo: verano
Cómo elegirlo: busque fresas firmes y brillantes
Cómo preparar: agregue fresas a los batidos, córtelas para ensaladas o colóquelas sobre un postre
Cómo guardar: no lave las fresas hasta que esté listo para comerlas. Guárdelas en el refrigerador



Servicios alimentarios en verano

Incluso cuando las escuelas están cerradas, los niños que dependen de las comidas escolares pueden tener acceso a comida nutritiva con el programa de Servicios alimentarios en verano del USDA. Encuentre un sitio de comidas cerca de usted visitando nuestra sección Recursos cerca de su casa y haga clic en Servicios alimentarios en verano.

CelebrateYourPlate.org

©2020 Ohio SNAP-Ed

