



Junio de 2021



Frittata de verduras

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



Productos de estación: junio

- Cerezas
- Melones
- Ciruelas
- Sandía
- Fresas



Producto destacado: calabacín

- Cuándo comprarlo:** verano
- Cómo elegirlo:** busque calabacines firmes con la cáscara brillante
- Cómo preparar:** use calabacines cortados en una sopa de verduras o asados con sus especias favoritas
- Cómo guardar:** guarde en el refrigerador



Foto de SNAP-Ed

Becky, asistente del programa, del condado de Clermont recientemente compartió varias recetas de CYP con participantes de SNAP-Ed de la Junta de Discapacidades del Desarrollo (DD) del condado de Clermont. Esta foto muestra a un participante que hizo los enrolladitos de banana de CYP. Haga clic a continuación para obtener más información sobre los programas SNAP-Ed cerca de usted. <https://fcs.osu.edu/programs/nutrition/snap-ed>