



Guisado de croquetas de papa

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



Productos de estación: marzo

Cebollinos

Rábano picante

hongos

Brotes



Producto destacado: hongos

Cuándo comprarlo: primavera y otoño

Cómo elegirlo: para elegir hongos frescos, seleccione los que no tengan manchas y tengan una textura firme

Cómo preparar: saltee los hongos, córtelos en rebanadas sobre una pizza de verduras o agréguelos a una sopa o guisado

Cómo guardar: refrigere por hasta 1 semana en el envase original o en una



Semana Nacional del Desayuno Escolar

Del 6 al 10 de marzo es la Semana Nacional del Desayuno Escolar. Esta semana se centra en la importancia de que los estudiantes comiencen bien sus mañanas con opciones saludables para que se alimenten para un día de aprendizaje.