



OHIO
SNAP-ED



Actividad para niños de Celebrate Your Plate Verduras: ¡del jardín a tu plato!

Crea: sellos con verduras

Cuando cortes verduras, guarda los extremos. Sumerge los extremos en tinta o pintura y úsalos como sellos en un papel. Esta sencilla actividad también es una excelente forma de entender la simetría y los patrones.



Planta: cultiva verduras en tu cocina

Retira los tallos de las verduras como cebolletas, apio o lechuga romana y colócalos en un frasco con agua. ¡Déjalos en el marco de la ventana a la luz del sol y mira cómo las verduras vuelven a crecer!



Prueba: recetas saludables y aprobadas por los niños



Minipizzas



Pan de calabacín
y zapallo



Salsa del sudoeste