



Julio de 2023



Fideos de calabacín

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



Productos de estación: julio

Pimientos
Moras
Zanahoria
Calabaza de verano
Tomate



Producto destacado: calabacín

Cuándo comprarlo: verano

Cómo elegirlo: elija calabacines con una piel ligeramente arrugada, pero brillante

Cómo preparar: saltéelos, áselos o añádalos a pastas o sopas

Cómo guardar: guarde en una bolsa de plástico en el refrigerador durante 4 a 5 días



Juego de identificación de productos agrícolas

Visite la página de actividades de CYP para divertirse con nuestro nuevo juego interactivo de identificación de productos agrícolas. Haga clic en las imágenes de frutas y verduras e intente que coincidan el nombre y la foto del producto.

CelebrateYourPlate.org

©2023 Ohio SNAP-Ed

