

NOVIEMBRE

2020



Comida 1 Wow mantequillacon gelatina Galletasgraham Piñas Cheez-its Jugo Leche 1.	Comida 2 QuesoJalapeño con Palitode Carne Pez de colores Disparate Semillasde girasol Jugo Leche 2.	Comida 3 Quesocheddar Salsa marinara GalletasDe Pizza Granosde girasol Jugo Leche 3.	Comida 4 QuesoGouda con palode carne Piñas Cheez-its Granosde girasol Jugo Leche 4.	Comida 5 Ensalada de pollo Galletas Ritz Disparate Cookies educativas Jugo Leche 5.
Comida 1 Wow mantequillacon gelatina Galletasgraham Piñas Cheez-its Jugo Leche 6.	Comida 2 QuesoJalapeño con Palitode Carne Pez de colores Disparate Semillasde girasol Jugo Leche 7.	Comida 3 Quesocheddar Salsa marinara GalletasDe Pizza Granosde girasol Jugo Leche 8.	Comida 4 QuesoGouda con palode carne Piñas Cheez-its Granosde girasol Jugo Leche 9.	Comida 5 Ensalada de pollo Galletas Ritz Disparate Cookies educativas Jugo Leche 10.
Comida 1 Wow mantequillacon gelatina Galletasgraham Piñas Cheez-its Jugo Leche 11.	Comida 2 QuesoJalapeño con Palitode Carne Pez de colores Disparate Semillasde girasol Jugo Leche 12.	Comida 3 Quesocheddar Salsa marinara GalletasDe Pizza Granosde girasol Jugo Leche 13.	Comida 4 QuesoGouda con palode carne Piñas Cheez-its Granosde girasol Jugo Leche 14.	Comida 5 Ensalada de pollo Galletas Ritz Disparate Cookies educativas Jugo Leche 15.
Comida 1 Wow mantequillacon gelatina Galletasgraham Piñas Cheez-its Jugo Leche 16.	Comida 2 QuesoJalapeño con Palitode Carne Pez de colores Disparate Semillasde girasol Jugo Leche 17.	Comida 3 Quesocheddar Salsa marinara GalletasDe Pizza Granosde girasol Jugo Leche 18.	Comida 4 QuesoGouda con palode carne Piñas Cheez-its Granosde girasol Jugo Leche 19.	Comida 5 Ensalada de pollo Galletas Ritz Disparate Cookies educativas Jugo Leche 20.
Comida 1 Wow mantequillacon gelatina Galletasgraham Piñas Cheez-its Jugo Leche 21.	Comida 2 QuesoJalapeño con Palitode Carne Pez de colores Disparate Semillasde girasol Jugo Leche 22.	Comida 3 Quesocheddar Salsa marinara GalletasDe Pizza Granosde girasol Jugo Leche 23.	Comida 4 QuesoGouda con palode carne Piñas Cheez-its Granosde girasol Jugo Leche 24.	Comida 5 Ensalada de pollo Galletas Ritz Disparate Cookies educativas Jugo Leche 25.
Comida 1 Wow mantequillacon gelatina Galletasgraham Piñas Cheez-its Jugo Leche 26.	Comida 2 QuesoJalapeño con Palitode Carne Pez de colores Disparate Semillasde girasol Jugo Leche 27.	Comida 3 Quesocheddar Salsa marinara GalletasDe Pizza Granosde girasol Jugo Leche 28.	Comida 4 QuesoGouda con palode carne Piñas Cheez-its Granosde girasol Jugo Leche 29.	Comida 5 Ensalada de pollo Galletas Ritz Disparate Cookies educativas Jugo Leche 30.

Anuncios Especiales:



DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE TEXAS
COMISIONADO SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA.
Esta institución es un proveedor con igualdad de oportunidades.



Food and Nutrition Division
National School Lunch Program y School Breakfast Program



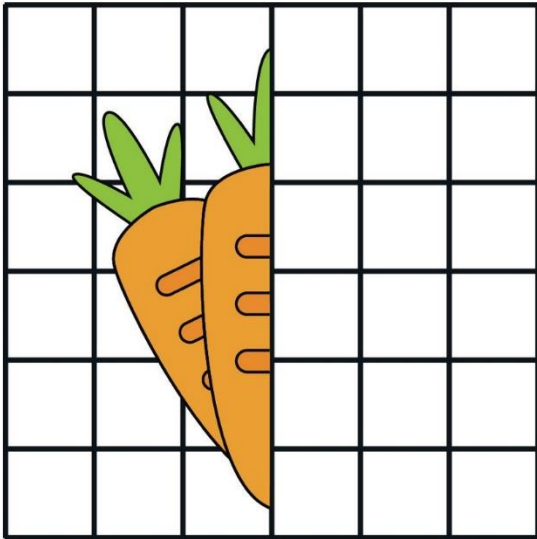
Actualizado 01/2020
www.SquareMeals.org



ZANAHORIAS COMETAS

Los cometas están formados de hielo y tierra. Parecen bolas de nieve sucias, excepto que pueden alcanzar tamaños de aproximadamente 6 millas de ancho. Cuando están cerca del sol, los cometas tienen colas que pueden tener más de 100 millones de millas de largo. Rodean el sol al igual que la Tierra. El cometa más famoso es el Cometa Halley. Se le ha observado durante más de 2,000 años, y su órbita lo hace visible desde la Tierra cada 76 años. Se le dio ese nombre por el astrónomo británico Edmond Halley.

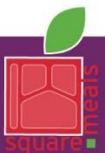
COMPLETA
EL DIBUJO



SABÍAS QUE...

Las zanahorias son verduras de raíz como las papas, nabos y las remolachas. La raíz naranja es una verdura popular, pero ¿sabías que puedes comer las hojas verdes o la parte superior de la zanahoria? Las zanahorias son ricas en vitamina A, vitamina C, vitamina K, potasio y fibra dietética. También son una buena fuente de antioxidantes.

Las zanahorias tienen muchos beneficios para la salud, como ayudar a reducir el colesterol, prevenir enfermedades del corazón, proteger contra el desarrollo de ciertos tipos de cáncer, mejorar la vista y reducir los signos del envejecimiento prematuro.



Food and Nutrition Division
National School Lunch Program y School Breakfast Program



DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE TEXAS
COMISIONADO SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA.
Esta institución es un proveedor con igualdad de oportunidades.



Actualizado 01/2020
www.SquareMeals.org