



Prueba la Cosecha del Mes de Marzo!

.....

Zanahorias

.....



Esta institución es un Proveedor de Igualdad de Oportunidades.



Programa de Nutrición Infantil IDEA Marzo 2024 Cosecha del Mes

Zanahorias asadas



INGREDIENTES

- 2 libras. zanahorias bebe
- 2 cucharadas. aceite de oliva
- 2 cucharaditas condimento de tu elección
- Sugerencias de condimentos:
 - Sal y pimienta
 - Condimento italiano
 - Todo menos el panecillo
 - Ajo y Hierbas
 - Pimienta roja molida
 - Pimienta con limón

PASOS

1. Precalentar el horno a 400 grados.
2. Coloque las zanahorias en una fuente para horno, rocíe con aceite y espolvoree con condimentos. Mezcle para combinar
3. Coloque las zanahorias en una capa uniforme sobre la fuente para hornear y colóquelas en el horno para cocinar durante 15 a 20 minutos.



Programa de Nutrición Infantil IDEA Marzo 2024 Cosecha del Mes

Zanahorias

VARIETADES

Scarlet Nantes



¡La clásica zanahoria naranja! Son crujientes, dulces y deliciosos cocidos o crudos.

White Satin



Estas zanahorias blancas satinadas tienen una textura extra crujiente con un sabor suave y dulce.

Purple Dragon



¡Una hermosa zanahoria morada que tiene un sabor dulce y picante que la hace perfecta para picar!

Datos básicos de Zanahorias

A diferencia de la mayoría de las otras verduras, las zanahorias pueden sobrevivir los meses de invierno subterráneo.

¡Las zanahorias se componen de un 88% de agua! Esto los convierte en el snack perfecto.



Las zanahorias baby fueron creadas por dos agricultores que no querían tirar zanahorias imperfectas.

Se cree que las primeras zanahorias se originaron en Asia alrededor del año 900 d.C. ¡y eran de color púrpura y amarillo!

NOTICIAS DE LAS GRANJAS IDEA

IDEA Public Schools tiene 12 granjas IDEA que trabajarán para proporcionar la cosecha del mes y otros productos de temporada a las cafeterías escolares de IDEA durante el año escolar 2024-2024



IDEA Elsa
IDEA Edgemere
IDEA Donna
IDEA Bridge

IDEA Rundberg
IDEA San Benito
IDEA Monterrey Park
IDEA Burke

IDEA Eastside
IDEA Quest
IDEA Horizon Vista
IDEA Achieve

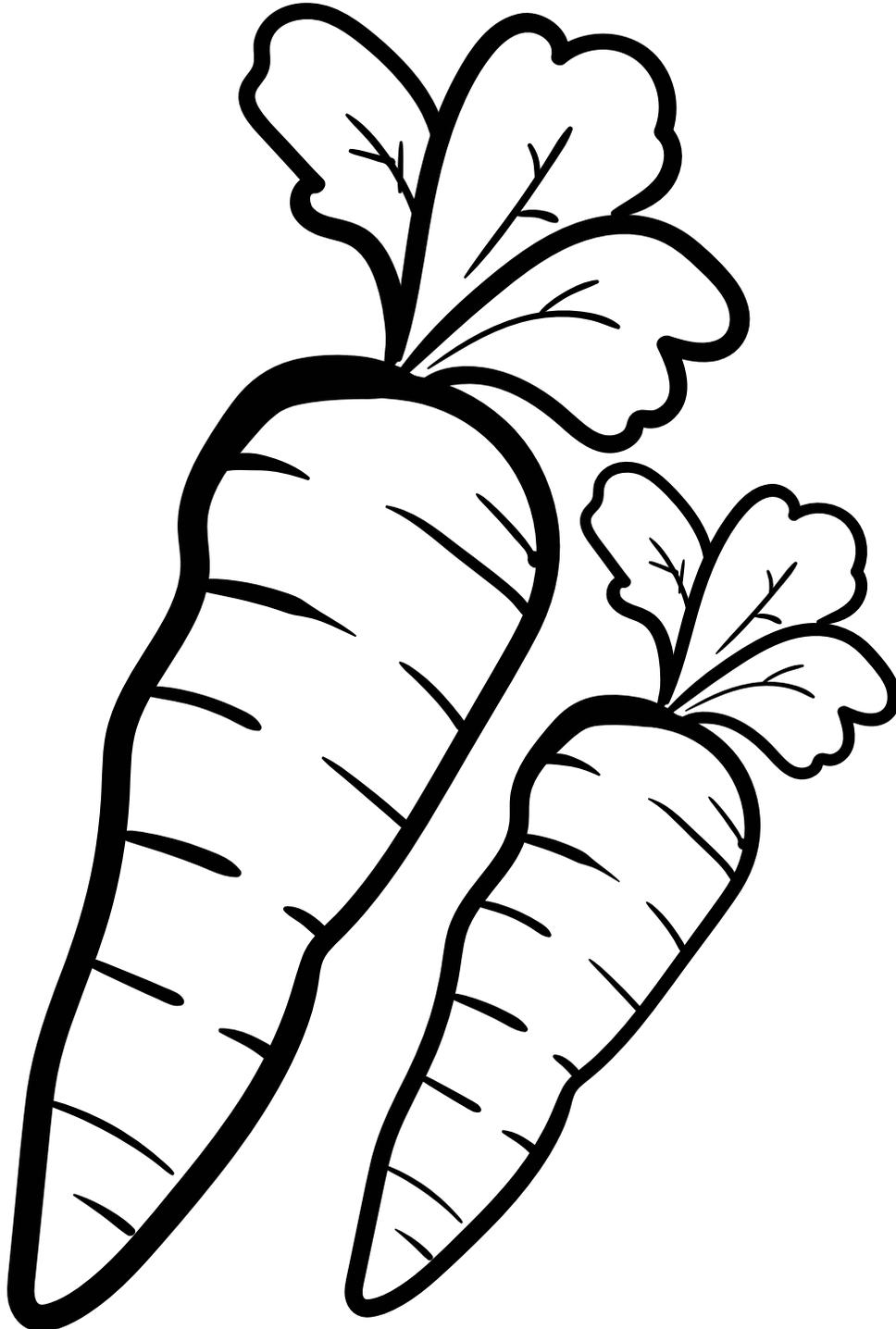


Esta institución es un Proveedor de Igualdad de Oportunidades.



Programa de Nutrición Infantil IDEA Marzo 2024 Cosecha del Mes

Actividad Para Colorear

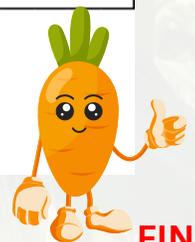
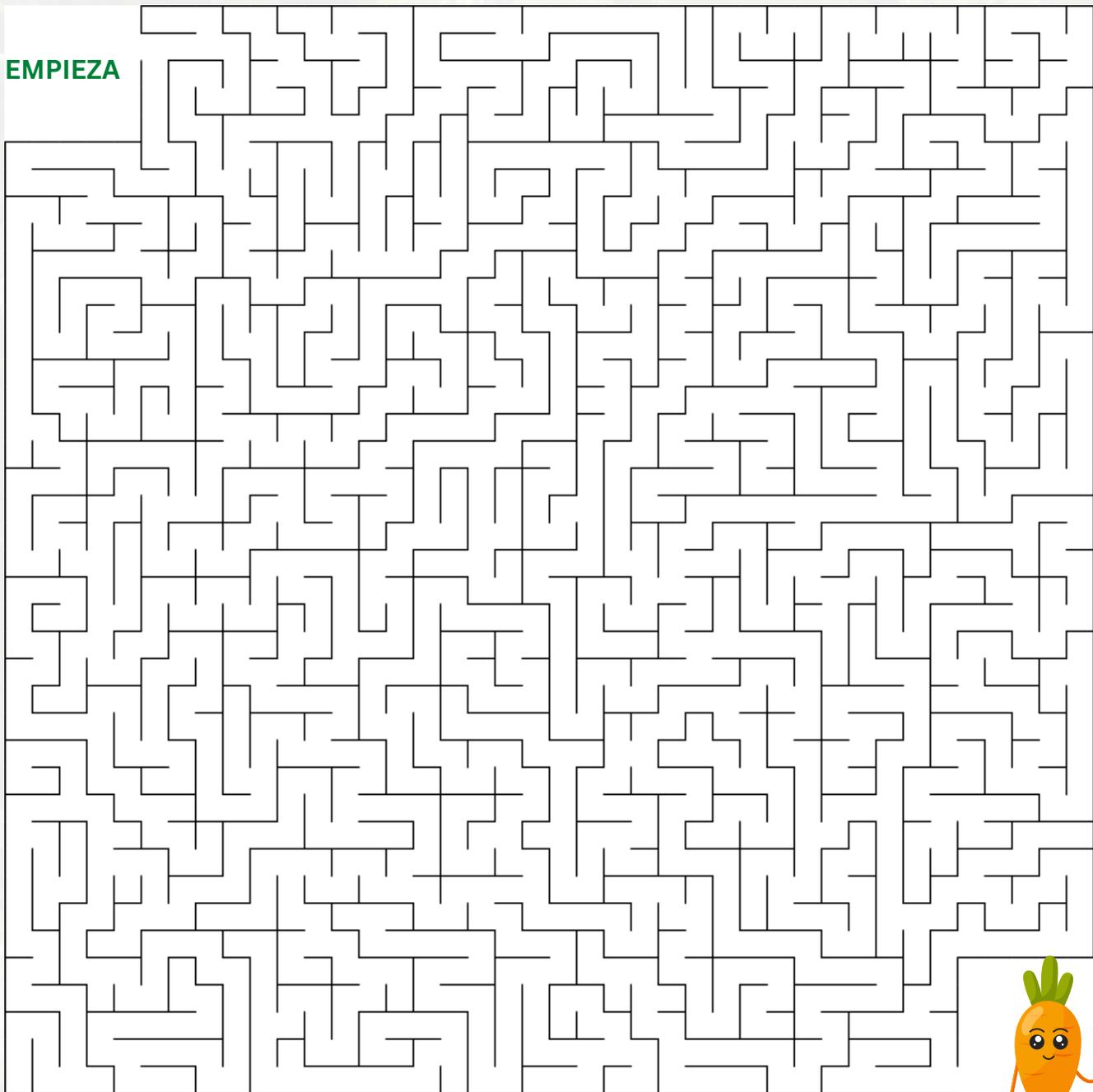




Programa de Nutrición Infantil IDEA Marzo 2024 Cosecha del Mes

Laberinto

Direcciones:
Encuentra tu camino hasta el final del laberinto.



FINAL



Programa de Nutrición Infantil IDEA Marzo 2024 Cosecha del Mes

Búsqueda de palabras

Direcciones:

- Encuentra las palabras relacionadas con Zanahorias en el rompecabezas.
- Las palabras pueden ir en cualquier dirección y pueden compartir letras cuando se cruzan entre sí.

ZANAHORIAS
RAÍZ
VERDURA
BETA

CAROTENO
ANTIOXIDANTES
NUTRITIVO
VISTOSO

NARANJA
COSECHA
MARZO
DELICIOSO

O	O	M	W	F	J	K	C	F	M	H	X	F	V	O	Q	H	Q	W	W
D	V	L	A	O	J	A	S	R	Y	D	P	F	S	S	K	Y	F	E	P
O	B	I	C	R	R	S	E	T	N	A	D	I	X	O	I	T	N	A	J
G	V	G	T	O	Z	T	H	X	O	F	U	J	F	T	M	A	K	Y	Z
S	U	I	T	I	G	O	O	Y	S	O	K	A	I	S	X	N	H	U	D
K	J	E	U	B	R	A	T	A	V	V	F	E	D	I	R	A	Í	Z	E
L	N	V	I	D	H	T	I	U	O	E	M	F	W	V	Y	T	G	S	L
O	L	J	W	W	E	R	U	X	S	E	R	C	O	S	E	C	H	A	I
B	U	I	T	C	O	U	X	N	A	S	V	D	N	D	N	J	W	G	C
Q	L	Q	F	H	D	Z	F	J	M	L	G	T	U	J	B	T	V	I	I
Y	N	A	A	Y	G	R	N	M	N	U	W	E	K	R	U	Q	A	L	O
N	T	N	E	C	H	A	S	W	B	Q	M	Z	S	F	A	Y	C	K	S
K	A	I	M	K	R	O	G	N	E	I	U	O	V	Q	L	T	W	C	O
Z	F	N	C	A	Q	C	R	E	T	C	B	G	X	H	D	P	P	K	L
C	A	G	N	T	X	Y	M	S	A	M	Y	R	D	K	I	G	X	W	A



Programa de Nutrición Infantil IDEA Marzo 2024 Cosecha del Mes

Juego de palabras

Direcciones:

¡Descifra las palabras relacionadas con Zanahorias !

Palabra revuelta

Palabra descifrada

1. ACTORRS
2. ROTO
3. EGELTABVE
4. BAET
5. EEAOCNRT
6. DAOSIITNNTXA
7. UIUTISONRT
8. RLCUOLF
9. EONGAR
10. ARSETHV
11. CRAMH
12. ICDEIOSLU

CLAVE DE RESPUESTA

- | | | |
|---------------|------------------|---------------|
| 12. DELICIOSO | 8. VISTOSO | 4. BETA |
| 11. MARZO | 7. NUTRITIVO | 3. VERDURA |
| 10. COSECHA | 6. ANTIOXIDANTES | 2. RAIZ |
| 9. NARANJA | 5. CAROTENO | 1. ZANAHORIAS |

Esta institución
es un Proveedor de Igualdad de Oportunidades.