



Prueba la Cosecha del Mes de Octubre!

.....
Calabaza
.....





Programa de Nutrición Infantil IDEA Octubre 2024 Cosecha del Mes

Panqueques de Calabaza



INGREDIENTES

- 1.5 tazas de su mezcla favorita para panqueques
- 2 cucharaditas de especias para pastel de calabaza
- ½ taza de puré de calabaza
- 1 a 1 ½ tazas de leche, la de su preferencia
- 1 huevo, opcional, para agregar proteínas
- Mantequilla o aceite en aerosol para cocinar

PASOS

1. En un tazón mediano, mezcle la harina de panqueques y las especias para pastel. Deje a un lado.
 2. En un tazón grande, mezcle el puré calabaza, la leche y el huevo (si usa).
 3. Vierta lentamente los ingredientes secos en la mezcla de calabaza y mezcle.
 4. Caliente una plancha o sartén antiadherente a fuego medio y cubra ligeramente con mantequilla o aceite en aerosol. Deje caer aproximadamente ¼ de taza de masa de un cucharón pequeño o una cuchara grande y cocine hasta que la parte superior esté inflada y burbujeante y dorada y crujiente en la parte inferior, aproximadamente 2 minutos. Dé vuelta y cocine hasta que la parte inferior esté dorada, aproximadamente 30 segundos.
 5. Sirva inmediatamente con jarabe de arce o coloque en la bandeja para hornear preparada para mantener caliente en el horno hasta que todos los panqueques estén listos.
- Nota: Para panqueques más delgados, agregue más leche.



Programa de Nutrición Infantil IDEA Octubre 2024 Cosecha del Mes

Calabaza

VARIETADES

Cotton Candy



¡Esta variedad de sandía es una de las más grandes!
¡Puede crecer hasta pesar más de 30 libras!

Atlantic Giant



Esta variedad de pimienta es un tipo de chile. Tiene un sabor picante y se usa comúnmente en salsas e incluso se puede encurtir también.

Fairytale



Esta variedad de pimienta es originaria de América del Sur y su planta puede alcanzar de dos a cuatro pies de altura.

Datos Básicos de Calabaza

¿Sabías que...? ¡Las calabazas se clasifican en realidad como una fruta!



Las calabazas son un cultivo versátil y se cultivan en todos los continentes excepto en la Antártida.

Las calabazas son famosas por ser talladas para Halloween, pero originalmente los irlandeses solían tallar nabos y papas en su lugar.

Las calabazas se originaron en América Central y los nativos americanos enseñaron a los peregrinos cómo cultivar y cultivar calabazas.

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 2024-2025



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

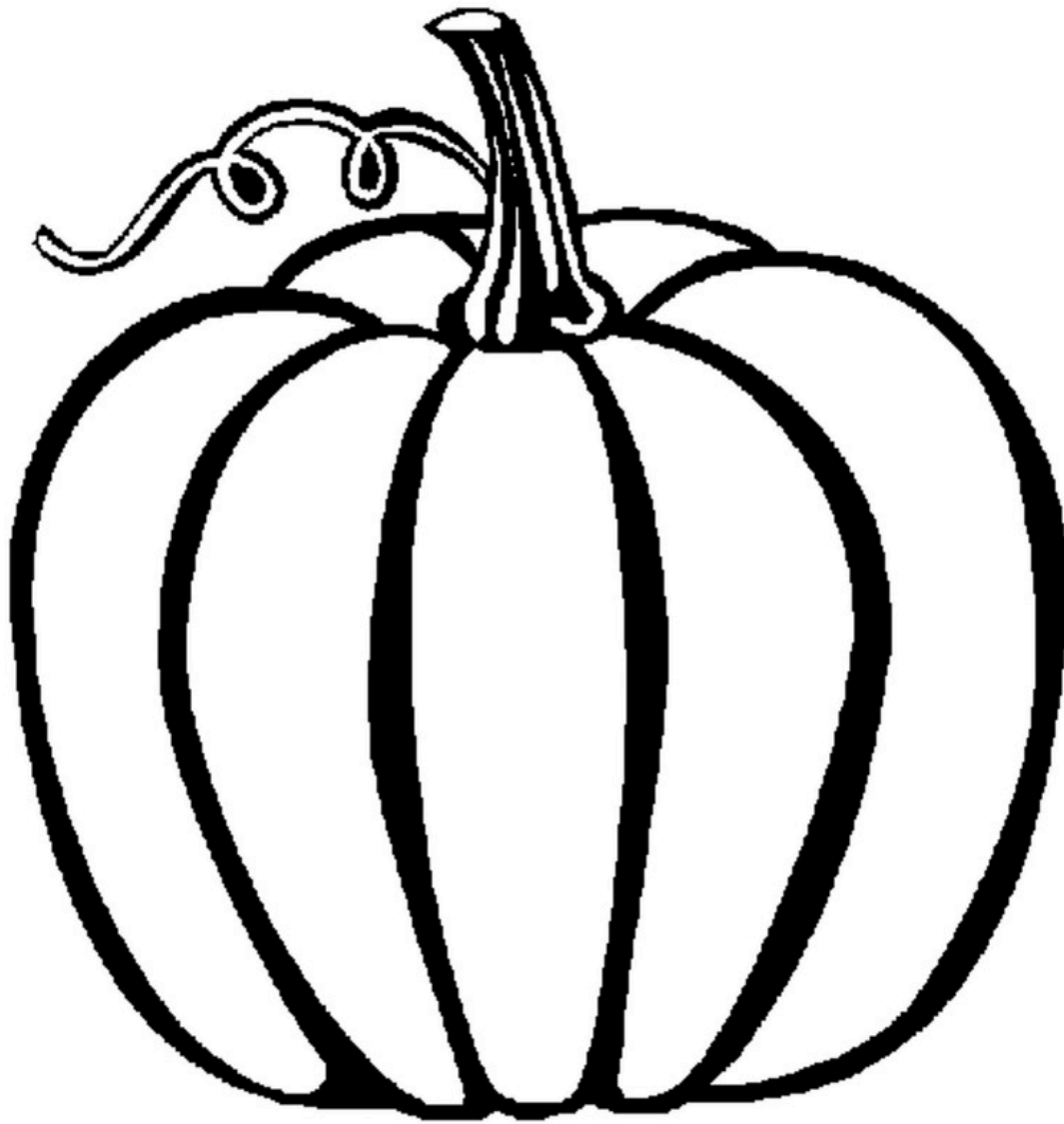


Esta institución es un Proveedor de Igualdad de Oportunidades.



Programa de Nutrición Infantil IDEA Octubre 2024 Cosecha del Mes

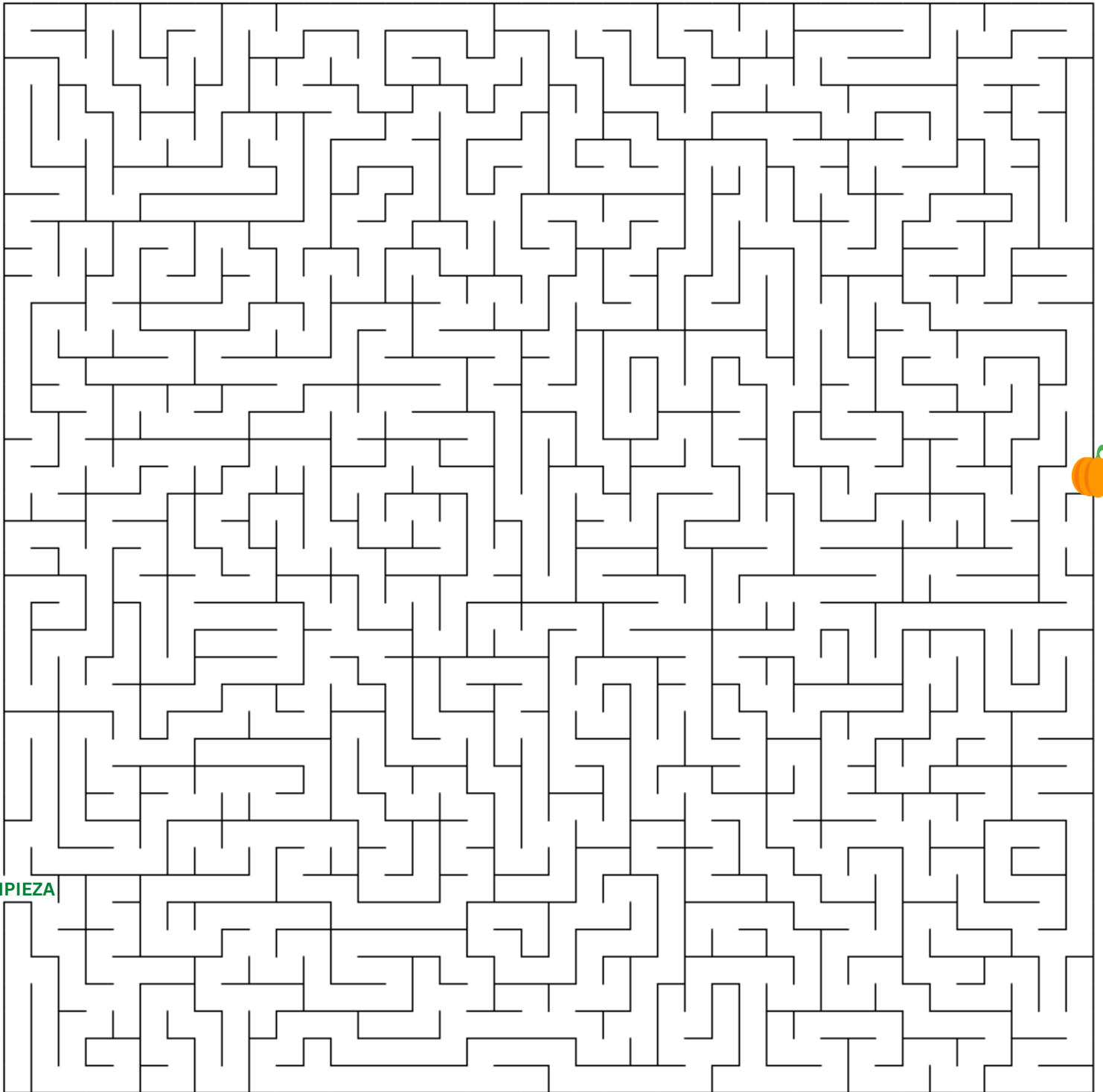
Actividad Para Colorear





Programa de Nutrición Infantil IDEA Octubre 2024 Cosecha del Mes

Direcciones:
Encuentra tu camino hasta Calabaza.



EMPIEZA



Programa de Nutrición Infantil IDEA Octubre 2024 Cosecha del Mes

Búsqueda de palabras

Direcciones:

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

Calabaza
Fruta
Octubre
Semillas

Cosecha
Jardin
Panqueque
Talla

Crecer
Naranja
Redondo
Vides

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



Programa de Nutrición Infantil IDEA

Octubre 2024 Cosecha del Mes

Calabaza

Direcciones:

¡Descifra las palabras relacionadas con Pimientos!

Palabra revuelta

Palabra descifrada

1. LAABAAZC
2. FUATR
3. EBRUCTO
4. IMALSLES
5. CHSEOCA
6. ADINRJ
7. EQPUNEQUA
8. ALATL
9. RECECR
10. AAANNRJ
11. NOROEDD
12. VESDI

CLAVE DE RESPUESTA

9.Crecer
10.Naranja
11.Redondo
12.Vides

5. Cosecha
6. Jardín
7. Panqueque
8. Talla

1. Calabaza
2. Fruta
3. Octubre
4. Semillas

Esta institución
es un Proveedor de Igualdad de Oportunidades.