

Cosecha del mes



Naranjas



SABOREAR - CREAR - APRENDER

¡La Oficina de Educación del Condado de Humboldt preparó este paquete para que pueda hacer la "Cosecha del mes" con su familia!

1. **SABOREA** un poco de hojas verdes.
2. **CREA** - No hay receta este mes. ¡Disfruta las naranjas!
3. **APRENDA** sobre ensalada de hojas verdes con la siguiente información.

Hechos gratiosos

- Las naranjas Navel obtuvieron su nombre porque parece que tienen un ombligo en la cáscara.
- Las naranjas Cara Cara son un tipo de naranja navel que mutaron naturalmente de un naranjo navel común en Venezuela. La pulpa de la naranja es rosa en lugar de naranja.
- Normalmente hay 10 segmentos dentro de una naranja. Cuantos cuentas?
- Las naranjas son una excelente fuente de vitamina C que ayuda a mantener los dientes y las encías sanos.

Conexión comunitaria



La familia Polly cultiva alrededor de 40 variedades de cítricos en Lemon Cove en el Valle de San Joaquín, incluidas las naranjas Cara Cara. ¡Estamos agradecidos de que disfruten compartir su deliciosa fruta con los estudiantes del condado de Humboldt!



HUMBOLDT COUNTY OFFICE OF EDUCATION
Nutrition Programs & Services



¿Tienes CalFresh? ¡No se pierda ninguna comunicación importante! ¡Abra cualquier correo que reciba del DHHS y mantenga actualizada toda su información de contacto!