



**Agregue bastantes verduras  
a sus sándwiches de atún  
en pan de trigo integral.**



Financiado por SNAP del USDA, conocido en California como CalFresh.  
•Departamento de Salud Pública de California

POS-945/Ver. 02/11



# Sirva arroz integral con su salteado de pollo y verduras.



Financiado por SNAP del USDA, conocido en California como CalFresh.  
•Departamento de Salud Pública de California

POS-945/Ver. 02/11



**Agregue rebanadas de plátano o fresa a su cereal de grano integral.**



Financiado por SNAP del USDA, conocido en California como CalFresh.  
•Departamento de Salud Pública de California

POS-945/Ver. 02/11



# Agregue bastantes verduras a los huevos del desayuno.



Financiado por SNAP del USDA, conocido en California como CalFresh.  
•Departamento de Salud Pública de California

POS-945/Ver. 02/11



# Agregue trocitos de manzana a su avena.



Financiado por SNAP del USDA, conocido en California como CalFresh.  
•Departamento de Salud Pública de California

POS-945/Ver. 02/11



# ¡Agregue más verduras a su pasta favorita!



Financiado por SNAP del USDA, conocido en California como CalFresh.  
•Departamento de Salud Pública de California

POS-945/Ver. 02/11