

Grab Some Grapes



- Select –** Choose plump grapes that are firmly attached to the stem
- Store –** Refrigerate and use within 7 days
- Prepare –** Rinse under cool running water and drain fruit

Grapes are the Harvest of the Month!

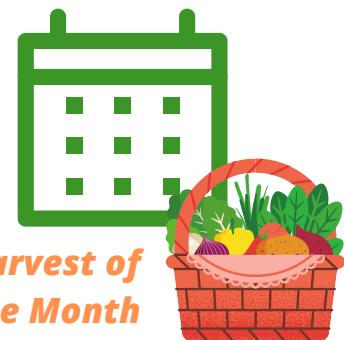
Add grapes to your favorite family meals:

- Add grapes to your favorite salad.
- Pair grapes with a fruit and veggie assortment.
- Enjoy a snack of grapes with cheese cubes and whole wheat crackers.

Make meals and memories together. It's a lesson kids will use for life.

Did you Know?

Grapes come in many colors, including green, red, black, yellow, pink, and purple. There are more than 8,000 different varieties of grapes.



**Harvest of
the Month**

Coge unas Uvas



Seleccione- Elija uvas regordetas que estén firmemente adheridas al tallo

Almacene- Refrigere y use dentro de los 7 días.

Prepare- Enjuague con agua corriente fría y escurra la fruta

¡Las uvas es la cosecha del mes!

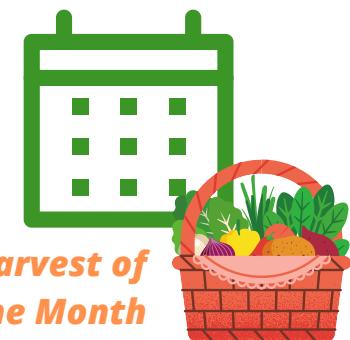
Agregue uvas a sus comidas familiares favoritas:

- Agrega uvas a tu ensalada favorita.
- Combine las uvas con una variedad de frutas y verduras.
- Disfruta de un snack de uvas con cubos de queso y galletas de trigo.

Preparen juntos comidas y recuerdos. Es una lección que los niños usarán toda la vida

¿Sabía usted?

Las uvas vienen en muchos colores, incluyendo verde, rojo, negro, amarillo, rosa y morado. Hay más de 8.000 variedades diferentes de uvas.



**Harvest of
the Month**



**Harvest of
the Month**



Grapes: Quick & Easy

- Add grapes to your favorite salad.
- Pair grapes with a fruit and veggie assortment.
- Enjoy a snack of grapes with cheese cubes and whole wheat crackers.





La cosecha
del mes



Uvas: Rápido y Fácil

- Agrega uvas a tu ensalada favorita.
- Combine las uvas con una variedad de frutas y verduras.
- Disfruta de un snack de uvas con cubos de queso y galletas de trigo.

