

Enero



FFVP

2025

Dom	Lun	Mar	Mie	Jue	Vie	Sab
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
		Apio	Pimiento amarillo	Peras Asiáticas		
12	13	14	15	16	17	18
		Remolacha	Toronja	Banano bocadillo		
19	20	21	22	23	24	25
		Sandía	Guisantes	Naranja roja		
26	27	28	29	30	31	
		Zanahorias	Rábano sandía	Manzana Red Delicious		

¡Démosle la bienvenida nuevamente al Programa de Frutas y Verduras Frescas (FFVP) para el año escolar 2024-2025!

¡Este mes, la fruta destacada es la toronja! Las frutas cítricas suelen estar en temporada en los meses de invierno. Los jamaquinos crearon el término “grapefruit (toronja)” porque la fruta crecía en racimos como las uvas. La toronja es una fruta cítrica ácida y jugosa que crece en los árboles y es una buena fuente de vitamina C.



Todas las verduras se sirven con salsa baja en grasa. Los productos marcados en verde son de origen local. El menú está sujeto a disponibilidad.