

Saludos,

Nuestra escuela está participando en [Wisconsin Harvest of the Month](https://healthyliving.extension.wisc.edu/programs/la-cosecha-del-mes/). La cosecha del mes, conocido en inglés como *Harvest of the Month*, es un programa a nivel estatal que anima a los estudiantes a que comen más frutas y verduras. Cada mes, nuestra escuela presentará una fruta o verdura cultivada en Wisconsin que está disponible por temporada. Vamos a motivar a los estudiantes a que prueben, exploren y aprendan sobre la importancia de comer frutas y verduras en el salón de clase y la cafetería.

Para más información acerca de las frutas y vegetales de *Harvest of the Month*, mire el menú, boletín informativo, página de Facebook y postales de la escuela que serán enviadas a la casacon los estudiantes. Vamos a presentar frutas y verduras de esta lista:



Pregúntele a su hija(o) de las comidas de *Harvest of the Month* y prepárelas en la casa. Es importante darle a su hijo muchas oportunidades de probar comidas nuevas para que cree hábitos de alimentación sana y aventurera.

Esperemos que nos une en esta oportunidad de promover el comer frutas y verduras.