



# AUGUST

agosto

2018

Rivera Elementary

COMER BUENO

Yo Soy **PROFESOR GREEN**

Dar una buena acogida!

L	MA	MI	J	V
		1	2	3
6	7	8	9	10
		<b>Mini Panqueques</b> Pollo y waffle holandés Ejotes Zanahorias pequeñas Fruta fresca de temporada	<b>Palito de desayuno de huevo y queso</b> Pizza pepearon y queso Elote cocido Ensalada verde mixta Rebanadas de manzana	<b>Desayuno en un palito</b> Hamburguesitas con queso Papitas horneadas Palitos de apio Fruta fresca de temporada
<b>Cereal/Barra de desayuno</b> Pollo a la mandarina Arroz asiático Edamame Vegetales mixtos Piña fría en pedazos	<b>Media luna rellena de mermelada</b> Tiras de carne empanizada Pan tostado Puré de papa/Salsa	<b>Yogurt/Panecito</b> Mega Minis Panecitos de ajo y queso Papas fritas de camote Brócoli al vapor Fruta fresca de temporada	<b>Bolsita con fruta</b> Hamburguesa/Hamburguesa con queso Elote cocido Ensalada verde mixta Rebanadas de manzana	<b>Pizza de desayuno</b> Panqueques con salchicha Zanahorias pequeñas frescas Fruta fresca detemporada Papas hashbrown
<b>Cereal/Barra de desayuno</b> Hamburguesa de puerco BBQ Sonrisas de papa Helado de cerezas Mandarinas Naranjas	<b>Yogurt/Panecito</b> Pizza queso/pepearon Elote cocido Vegetales mezcla california Taza con fresas	<b>Mini waffles de maple</b> Dedos de queso Salsa marinara Zanahorias pequeñas frescas Vegetales mezcla italiana Fruta fresca de temporada	<b>Pizza de desayuno</b> Frito Chili Pie Ensalada verde mixta Frijoles estilo rancho Salsa Rebanadas de manzana	<b>Panecilla con salchicha</b> Muslos de pollo empanizados Rol de cena integral Puré de papa/Salsa Ejotes Fruta fresca de temporada

ANUNCIOS ESPECIALES

**Desayuno 2<sup>da</sup> opción:**  
 Cereal con tostado/barra de desayuno

**Almuerzo 2<sup>da</sup> opción:**  
 8/15-8/17: Caja bistro  
 8/20-8/24: Sándwich submarino  
 8/27-8/31: Sándwich tostado de queso



DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE TEXAS  
 COMISIONADO SID MILLER



Este producto fue financiado por el USDA.  
 Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

## ALERTA DE NOTICIAS!

Doce héroes súper sabrosos han sido descubiertos viviendo en Healthyville, Texas. Cada mes aprenderemos sobre los súper poderes que cada uno ha crecido para tener. Habiendo echado raíces en los jardines, las cocinas, los mercados de agricultores y las compras de la ciudad, estas verduras suaves usan tierra, agua y luz solar para transformarse en poderosos luchadores por su nutrición, fortaleza y poder. ¡Kapow!

### PROFESOR GREEN Repollo



El Profesor Green era solo un pequeño brote que se marchitaba al sol en un jardín de Healthyville. Un eclipse solar completo pasó por encima dándole la sombra que necesitaba ese día y una partícula solar especial aterrizó en su cabeza.

Esa partícula le dio al pequeño repollo un cerebro y se convirtió en el Profesor Green. El profesor usó su conocimiento para enseñarles a todas las coles cómo usar la vitamina K que tienen en abundancia para ayudar a las células sanguíneas a sanar cuando la piel humana se corta. El profesor Green también enseñó a las coles cómo hacer crecer la cabeza solo con las hojas que quedan cuando se cosecha una cabeza.

### PROFESOR GREEN'S ACTIVIDADES FAVORITAS

Estudiar y ayudar a los niños a comer de forma saludable

### HECHOS GRACIOSOS

El repollo es un cultivo cole. Crece en temporadas frescas como el brócoli, la coliflor y las coles de Bruselas. El repollo es uno de los cultivos más fáciles de cultivar. Lo hace mejor en pleno sol y suelos arenosos. Hay muchas variedades diferentes, como Golden Acre, Market Prize y Green Boy.



**POW!**

**ARCHIENEMIGO  
Slaw Burglar**

### ¡EJERCICIO MIENTRAS JUEGAS!

Cuando estés afuera jugando con tus amigos en casa o en la escuela, elige un objeto al que todos puedan competir y ver quién puede llegar allí primero. Jueguen los mejores 2 de 3 juegos y vean quién gana.



Fuentes: Texas A & M y Extensión de Agrilife

### PAREO

Tengo varios miembros en mi equipo de col-Profesor White, Profesor Green y Profesor Purple.

Puedes ver que nos nombran por el color de nuestras hojas. ¿Puedes ayudar a cada uno de los miembros de mi equipo a encontrar el color correcto? Traza una línea para unir el nombre a la imagen.



**PROFESOR  
GREEN**



**PROFESOR  
PURPLE**



**PROFESOR  
WHITE**