



UNIVERSITY OF CALIFORNIA
Agriculture and Natural Resources

NUTRITION - MY RECIPE CLASSES AT FRESNO HIGH SCHOOL

Meal planning's for your family and writing shopping lists to save money and time, how to choose foods that are the most nutritious and fit within your budget, learn techniques to lower your food bill and stretch your money, and how to use unit pricing. Come and prepare a healthy recipe



JANUARY 31ST, 2023 AT 9AM - 11AM
FEBRUARY 7TH, 2023 AT 9AM - 11AM
FEBRUARY 14TH, 2023 AT 9AM - 11AM
FEBRUARY 21ST, 2023 AT 9AM - 11AM
FEBRUARY 28TH, 2023 AT 9AM - 11AM
MARCH 7TH, 2023 AT 9AM - 11AM
MARCH 14TH, 2023 AT 9AM - 11AM
MARCH 21ST, 2023 AT 9AM - 11AM



Silvia Antonio
559 - 457 - 2805
Parent Center



California's CalFresh Healthy Living, with funding from the United States Department of Agriculture's Supplemental Nutrition Assistance Program – USDA SNAP, produced this material. These institutions are equal opportunity providers and employers. For important nutrition information, visit www.CalFreshHealthyLiving.org.

CLASES DE NUTRICION - MI RECETA EN LA ESCUELA FRESNO

INTRODUCE PLANIFICACIÓN DE COMIDAS PARA LA FAMILIA Y HACER LISTAS DE COMPRAS PARA AHORRAR DINERO Y TIEMPO, COMO ESCOGER ALIMENTOS RICOS EN NUTRIENTES Y QUE ESTÉN EN EL PRESUPUESTO APRENDE TÉCNICAS PARA REDUCIR LA CUENTA DE ALIMENTOS Y ESTIRAR EL DINERO Y COMO USAR EL PRECIO POR UNIDAD. PREPARAREMOS UNA RECETA SALUDABLE



31 DE ENERO, 2023 A LAS 9AM - 11AM
7 DE FEBRERO, 2023 A LAS 9AM - 11AM
14 DE FEBRERO, 2023 A LAS 9AM - 11AM
21 DE FEBRERO, 2023 A LAS 9AM - 11AM
28 DE FEBRERO, 2023 A LAS 9AM - 11AM
7 DE MARZO, 2023 A LAS 9AM - 11AM
14 MARZO, 2023 A LAS 9AM - 11AM
21 DE MARZO, 2023 A LAS 9AM - 11AM



Silvia Antonio
559 - 457 - 2805
Centro de Padres

