

HURRA POR EL AGUA



← Vóltea para ver recetas perfectas para tus hijos. →



AGUA DE MENTA, LIMÓN & PEPINO

Mezcla **½ pepino**, **1 limón** en rodajas y **5 hojas** de menta con agua en una jarra de **¼ de galón**. Refrigerera durante la noche y disfruta.



AGUA DE MELÓN

Licua **2 tazas** de melón cortado en cubitos y **2 tazas** de agua fría en la licuadora hasta adquirir una textura cremosa. Bebe y disfruta.



AGUA DE NARANJA & MORA AZUL

Mezcla **1 naranja** en rodajas y **20 moras azules** con agua en una jarra de **¼ de galón**. Refrigerera durante la noche y disfruta.



LIMONADA DE FRESA & PIÑA

Mezcla **4 tazas** de jugo 100% natural de piña (sin azúcar agregada), **2 tazas** de fresas frescas o congeladas, **¼ de taza** de jugo de limón y **½ taza** de agua con hielo en la licuadora hasta que esté cremosa. Bebe y disfruta.

Primero lava los ingredientes. Sirve frío para conservar la frescura y toma dentro de las primeras 24 horas. ¡Toma, comparte, y disfruta!



Funded by USDA SNAP, an equal opportunity provider.