



Party time! share a snack mix

Let your child scoop, measure, and mix your favorite ingredients in a large bowl. Store in a container with a lid.

Ingredients:

- 3 cups whole grain square cereal
- 3 cups whole grain round cereal
- 3 cups pretzels
- 1 cup dried fruit, like raisins or dried cranberries
- 1 cup peanuts, sunflower seeds, or pumpkin seeds



¡Es hora de festejar! comparte un bocadillo

Deja que tu niño tome con la cuchara, mida y mezcle tus ingredientes favoritos en un bol grande. Guarda la mezcla en un recipiente con tapa.

Ingredientes:

- 3 tazas de cereales integrales de forma cuadrada
- 3 tazas de cereales integrales de forma redonda
- 3 tazas de pretzels
- 1 taza de frutos secos, como pasas o arándanos disecados
- 1 taza de maní, semillas de girasol o semillas de calabaza