

warm vanilla cinnamon milk

*a family-friendly, warm
and cozy drink to enjoy together!*

2 cups milk
2 teaspoons honey
1 teaspoon vanilla
1/8 teaspoon
ground cinnamon

1. Measure milk in a microwave-safe measuring cup.
2. Warm in the microwave, for about 1 to 1 1/2 minutes.
3. Stir in honey, vanilla and cinnamon. *To make the drink frothy, pour into a glass mason jar, cover tightly and shake well!*
4. Pour into mugs and enjoy. *Make sure the milk isn't too hot for your child before serving.*



© Nutrition Matters, Inc. All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.

leche tibia con vainilla y canela

*una bebida familiar, cálida y acogedora
para disfrutar en familia!*

2 tazas de leche
2 cucharaditas
de miel
1 cucharadita
de vainilla
1/8 cucharadita de
canela molida

1. Mide la leche en una taza medidora apta para microondas.
2. Entíbilala en el horno de microondas entre 1 y 1 1/2 minutos.
3. Añade la miel, la vainilla y la canela. *Para que la bebida quede espumosa, viértela en un frasco de vidrio, tápalo y agítalo bien.*
4. Viértela en tazas ¡y disfruten! *Antes de servir la bebida, asegúrate de que la leche no esté demasiado caliente para tu hijo/a.*



© Nutrition Matters, Inc. All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.