



Gelatina de Fresas (Strawberry Gelatin)

- 1 (4 onza) paquete de gelatina de sabor fresa
- 1 taza de fresas cortadas (o mezcla de fruta)

Prepare la gelatina según las instrucciones de paquete.
Agregue las fresas o otra fruta antes de poner en el refrigerador.



Gelatina de Fresas (Strawberry Gelatin)

- 1 (4 onza) paquete de gelatina de sabor fresa
- 1 taza de fresas cortadas (o mezcla de fruta)

Prepare la gelatina según las instrucciones de paquete.
Agregue las fresas o otra fruta antes de poner en el refrigerador.



Datos de Nutrición

Raciones por receta: 4

Cantidad por ración:

Calorías 189	9% de calorías de grasa
Grasa total 2g	Sodio 55mg
*Vitamina A 0%	*Vitamina C 45%
*Calcio 1%	*Hierro 2%

*Porcentaje de Valores Diarios

LA UNIVERSIDAD DE GEORGIA Y LA UNIVERSIDAD ESTATAL DE FT. VALLEY, EL DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE LOS EEUU Y CONDADOS COOPERADORES DEL ESTADO. El Servicio de Extensión Cooperativa ofrece programas educativos, asistencia y materiales a toda persona sin discriminación por raza, color, nacionalidad, sexo o discapacidad. UNA ORGANIZACIÓN PARA LA IGUALDAD DE OPORTUNIDAD/ ACCIÓN AFIRMATIVA COMPROMETIDA A PROCURAR DIVERSIDAD EN SUS EMPLEADOS.

Emitido para el avance del trabajo realizado por Extensión Cooperativa, Actos del 8 de mayo y 30 de junio, 1914, con la cooperación de la Facultad de Agricultura y Ciencias del Medio Ambiente de la Universidad de Georgia y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Gale A. Buchanan, Decano y Director

Preparado por Gail M. Hanula, MS, RD, LD, Especialista de Nutrición de Extensión,
Noviembre 2003
Folleto FDNS-NE-SP 953

Datos de Nutrición

Raciones por receta: 4

Cantidad por ración:

Calorías 189	9% de calorías de grasa
Grasa total 2g	Sodio 55mg
*Vitamina A 0%	*Vitamina C 45%
*Calcio 1%	*Hierro 2%

*Porcentaje de Valores Diarios

LA UNIVERSIDAD DE GEORGIA Y LA UNIVERSIDAD ESTATAL DE FT. VALLEY, EL DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE LOS EEUU Y CONDADOS COOPERADORES DEL ESTADO. El Servicio de Extensión Cooperativa ofrece programas educativos, asistencia y materiales a toda persona sin discriminación por raza, color, nacionalidad, sexo o discapacidad. UNA ORGANIZACIÓN PARA LA IGUALDAD DE OPORTUNIDAD/ ACCIÓN AFIRMATIVA COMPROMETIDA A PROCURAR DIVERSIDAD EN SUS EMPLEADOS.

Emitido para el avance del trabajo realizado por Extensión Cooperativa, Actos del 8 de mayo y 30 de junio, 1914, con la cooperación de la Facultad de Agricultura y Ciencias del Medio Ambiente de la Universidad de Georgia y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Gale A. Buchanan, Decano y Director

Preparado por Gail M. Hanula, MS, RD, LD, Especialista de Nutrición de Extensión,
Noviembre 2003
Folleto FDNS-NE-SP 953