



Did you know that frozen
fruits and vegetables are
just as healthy as fresh?
They are easier, cheaper,
and last longer too!

This material was funded by USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP).
This institution is an equal opportunity provider.



¿Sabía que las frutas y
verduras congeladas son tan
saludables como las frescas?
¡Son más fáciles, más baratas
y duran más!

Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés). Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.