

Programa de frutas y verduras frescas: Abril 2023

Fruta fresco featur y: **PCADA UNO**



Beneficios para la salud:

1. Vitamina C: apoya el sistema inmunológico, la piel sana y la curación
2. Vitamina A: promueve la visión saludable y el crecimiento celular
3. Fibra: corazón sano, sistema digestivo y energía estable



Datos curiosos:

1. ¡Los melocotones y las nectarinas están relacionados! La única diferencia es que los melocotones tienen la piel borrosa y las nectarinas son suaves.
2. Agosto es el mes nacional del melocotón. Los melocotones están en temporada desde junio hasta finales de agosto.
3. El apodo de Georgia es el "Estado del melocotón", ¡pero los estados de Carolina del Sur y California producen más melocotones cada año!

