

## Programa de frutas y verduras frescas: Mayo de 2023

### Fruta featur fresco y: MELÓN HONEYDEW



#### Beneficios para la salud:

1. Alto contenido de agua: ¡ideal para la hidratación!
2. Fibra – salud del corazón, sistema digestivo y energía estable
3. Vitamina C – sistema inmunológico, salud de la piel y curación



#### Datos curiosos:

1. La mielada se originó en el Medio Oriente; en la antigüedad eran considerados sagrados por los egipcios debido a su sabor dulce.
2. ¡El melón melón era un gran favorito del emperador francés Napoleón y las semillas fueron traídas a los Estados Unidos por Cristóbal Colón!
3. La ciudad de Cavaillon, Francia, es considerada la capital mundial de la mielada.

