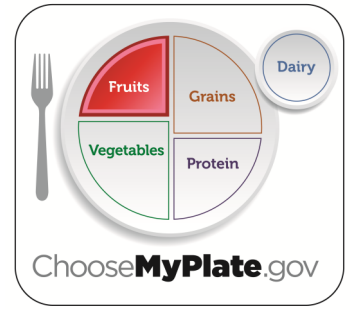
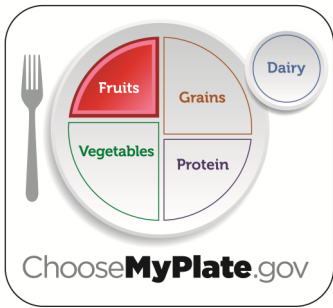


Banana/Banana

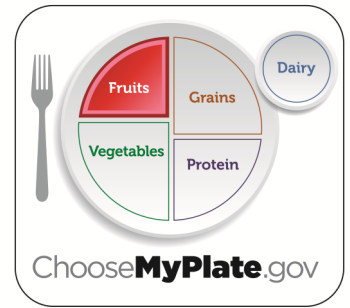


Eat a variety of colorful fruits and vegetables every day ♦ Comer frutas y verduras de varios colores cada día

✕

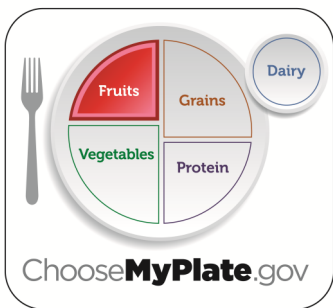


Banana/Banana

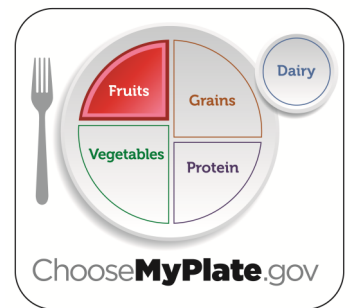


Eat a variety of colorful fruits and vegetables every day ♦ Comer frutas y verduras de varios colores cada día

✕



Banana/Banana



Eat a variety of colorful fruits and vegetables every day ♦ Comer frutas y verduras de varios colores cada día

- Peel and mash banana. Add to your favorite pancake or waffle recipe for natural sweetness.
- Place evenly spaced banana slices on a baking sheet and freeze. Puree frozen bananas in a food processor with cinnamon and peanut butter for extra flavor and protein. Top with berries, dark chocolate chips, or your favorite topping and serve like ice cream.
- Top a bowl of oatmeal with sliced bananas, your favorite chopped nut, and cinnamon for a quick and hearty breakfast.



- Peel and mash banana. Add to your favorite pancake or waffle recipe for natural sweetness.
- Place evenly spaced banana slices on a baking sheet and freeze. Puree frozen bananas in a food processor with cinnamon and peanut butter for extra flavor and protein. Top with berries, dark chocolate chips, or your favorite topping and serve like ice cream.
- Top a bowl of oatmeal with sliced bananas, your favorite chopped nut, and cinnamon for a quick and hearty breakfast.



- Peel and mash banana. Add to your favorite pancake or waffle recipe for natural sweetness.
- Place evenly spaced banana slices on a baking sheet and freeze. Puree frozen bananas in a food processor with cinnamon and peanut butter for extra flavor and protein. Top with berries, dark chocolate chips, or your favorite topping and serve like ice cream.
- Top a bowl of oatmeal with sliced bananas, your favorite chopped nut, and cinnamon for a quick and hearty breakfast.

● Pela y machaca el plátano. Agregue a su favorita mezcla de panqueques o waffle para un sabor dulce.

● Coloque los plátanos cortados en una bandeja para hornear y congela. En una procesador de alimentos, agregue los plátanos congelados, canela, y crema de cacahuate para sabor y proteína adicional. Añade bayas, chip de chocolate negro, o sus cubiertas favoritas y serví como helado.

● Agregue los plátanos a avena con nueces y canela para un desayuno rápido.

● Pela y machaca el plátano. Agregue a su favorita mezcla de panqueques o waffle para un sabor dulce.

● Coloque los plátanos cortados en una bandeja para hornear y congela. En una procesador de alimentos, agregue los plátanos congelados, canela, y crema de cacahuate para sabor y proteína adicional. Añade bayas, chip de chocolate negro, o sus cubiertas favoritas y serví como helado.

● Agregue los plátanos a avena con nueces y canela para un desayuno rápido.

● Pela y machaca el plátano. Agregue a su favorita mezcla de panqueques o waffle para un sabor dulce.

● Coloque los plátanos cortados en una bandeja para hornear y congela. En una procesador de alimentos, agregue los plátanos congelados, canela, y crema de cacahuate para sabor y proteína adicional. Añade bayas, chip de chocolate negro, o sus cubiertas favoritas y serví como helado.

● Agregue los plátanos a avena con nueces y canela para un desayuno rápido.