Celebrando la Estacionalidad: Recetas cultivadas en Wisconsin para el entorno de la primera infancia
www.rootedwi.org/recipes

Tipo de comida: merienda de primavera
Componentes alimenticios utilizados: fruta, granos
Cultivo de especialidad: arándanos rojos, cerezas secas

Arándanos rojos y cerezas secas con Cheerios				
Ingredientes	**8 porciones**		**25 porciones**	
	Medida	Peso	Medida	Peso
Cheerios integrales	2 ⅔ tazas		8 ¼ tazas	
Arándanos rojos secos	1 taza	0.5 libra	3 ¼ tazas	1.5 libras
Cerezas secas	1 taza	0.5 libra	3 ¼ tazas	1.5 libras

Instrucciones:
1. Combine los arándanos secos y las cerezas secas en un tazón.
2. En un tazón separado mida los Cheerios. Sirva según la tabla a continuación.

Tamaño de porción para **merienda:**

Grupo de Edad	**Tamaño de la Porción**
Edades 1-2	¼ taza fruta seca + ¼ taza Cheerios
Edades 3-5	¼ taza fruta seca + ⅓ taza Cheerios

NOTA: La cantidad de porciones está basada en ¼ taza de fruta seca + ⅓ taza de Cheerios para edades de 3-5 años; El número de porciones puede aumentar o disminuir según la edad de los niños atendidos y la cantidad servida. Esta receta proporciona ½ taza de fruta y ⅓ taza de granos integrales por porción.