



Ogoosto 2024



Jalaatada Cananaaska Carwaajiska Leh

Ka hel soo'adan iyo fikrado cunto oo baddan, oo caafimaad leh oo qiimo jaban barta CelebrateYourPlate.org



Waxa Xilli sannadeedka soo Go'a: Agoosto

Galleyda

Qajaarka

Cinabka buluugga ah

Baytaraaf

Digirta lima

Cambaruud



Wax soo saarka La Soo Bandhigay: Cananaas

Xilliga Ugu Wanaagsan: Gu'ga, xagaaga, iyo dayrta

Xulashada: Qaado caananaas leh caleemo madmadoow oo dareen culeyska

Sida loo Diyaariyo: Ku dar ismooti, salaad, wax yar oo loo jarjaray sidii cunto fudud

Kaydinta: Furinjeerka geli caananaaska la jarjaray muddo 2 ilaa 3 maalmood ah



Asbuuca Suuqa Beeraleyda ee Qaran

Agoosto 4-10 waa Asbuuca Suuqa Beeraleyda Qaran oo lagu soo bandhigo doorka muhiima ah ee suuqyada beeraleyda ee ay ku dhex leeyihiin xaafadaha ay ku yaalaan. Ku biir dabaaldega adiga oo booqanaya suuqa beeraleyda ee ku yaala aagagaaga!

CelebrateYourPlate.org

©2023 Ohio SNAP-Ed

