

BUTTON MUSHROOMS



HARVEST OF THE MONTH
MARCH



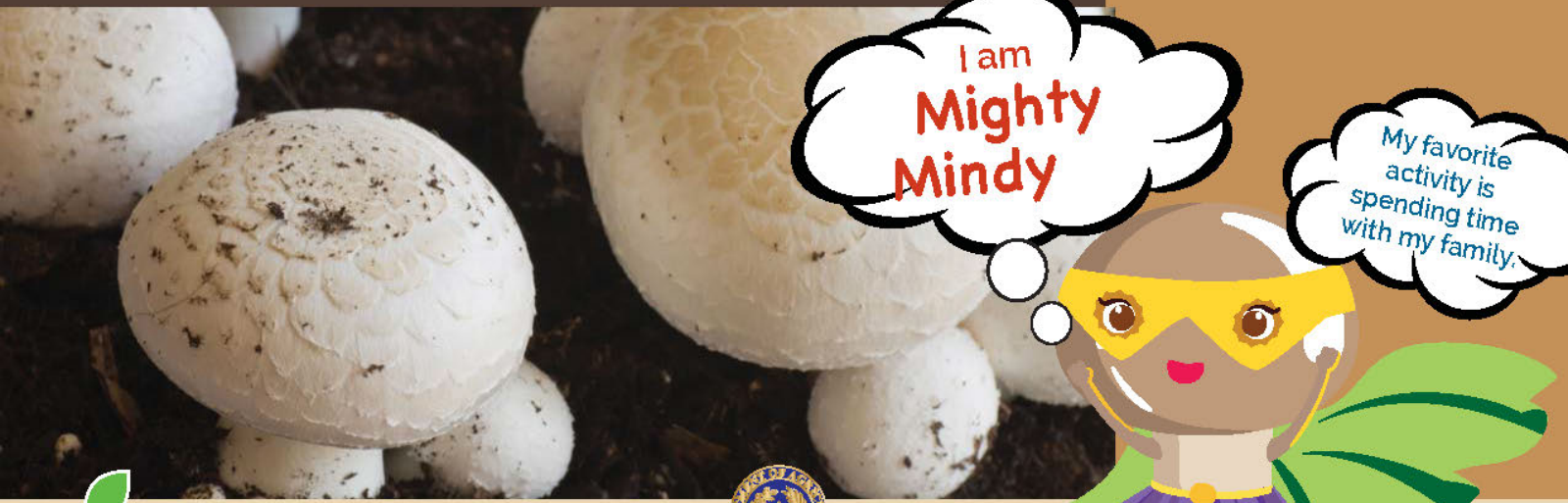
Fun Facts

- Mushrooms are mostly water.
- A single portobella mushroom can contain more potassium than a banana. Potassium helps your heart and muscles work better.
- Mushrooms are fungi, and unlike plants, mushrooms do not require sunlight to make energy for themselves.

Joke of the Month

Q: Why was the mushroom having so much fun?

A: Because he was a fungi!



I am
**Mighty
Mindy**

My favorite
activity is
spending time
with my family.



Food and Nutrition Division | Farm Fresh Initiative



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA. This institution is an equal opportunity provider.



Updated 2/2019

CHAMPIÑONES



LA COSECHA DEL MES
MARZO



Hechos Graciosos

- Las setas son en su mayoría agua.
- Un solo hongo portobella puede contener más potasio que un plátano. El potasio ayuda a que tu corazón y tus músculos funcionen mejor.
- Los hongos son hongos y, a diferencia de las plantas, los hongos no requieren luz solar para producir energía por sí mismos.

Chiste del Mes

P: ¿Por qué el hongo se estaba divirtiendo tanto?

A: ¡Porque era un hongo!



Yo soy
**Mighty
Mindy**

Mi actividad favorita es pasar tiempo con mi familia.



Food and Nutrition Division | Farm Fresh Initiative



DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE TEXAS
COMISIONADO SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA. Esta institución proporciona igualdad de oportunidad.



Actualizado 2/2019