



# Planeando Comidas Balanceadas

Aprenda a planificar las comidas para su familia y a redactar listas de compras para ahorrar tiempo y dinero. Aprenda sobre MyPlate y la importancia de comer una dieta balanceada.

**CUANDO / WHEN:**

9/20  
10:00 - 11:00 am

**DÓNDE / WHEN:**

Family Connections · Excelsior

**IDIOMA / LANGUAGE:**

Español / Spanish

# Planning Balanced Meals



Learn how to plan meals for your family and create shopping lists to save time and money. Learn about MyPlate and the importance of eating a balanced diet.