

# Family Nutrition Series

## PART 1: MEALS ON THE GO THAT ARE NUTRITIOUS & DELICIOUS



HEALTHY FOOD



LESSON & COOKING DEMO!  
WHAT'S FOR DINNER? EGG ROLL UPS  
WITH SPECIAL TREAT CREATED BY THE KIDDOS

Sign Up is Limited...

Use Form:

[bit.ly/FNS1Culinary](http://bit.ly/FNS1Culinary)

Or Call

(714) 997-6366 x8543

Leave your name, student name, phone number, email address and # of people attending in your group.



*Cooking Counts!*

QUICK  
EASY &  
HEALTHY



**Thursday,  
Sept. 29<sup>th</sup>  
5:30-7pm  
Room 403  
Culinary Lab**

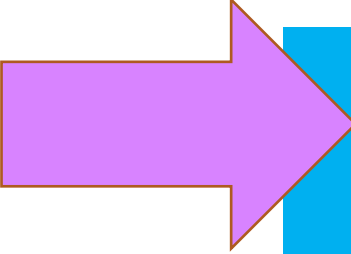
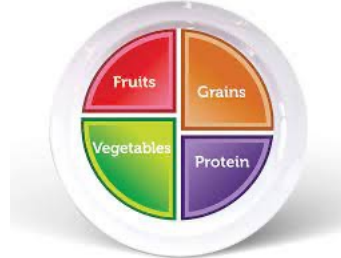
# Serie de Nutrición Familiar



PARTE 1: COMIDAS SOBRE LA MARCHA  
QUE SON NUTRITIVAS Y DELICIOSAS



HEALTHY FOOD



SELECCIÓN Y DEMOSTRACIÓN DE COCINA!  
¿QUÉ HAY PARA CENAR? ROLL UPS DE HUEVOS  
CON REGALO ESPECIAL CREADO POR LOS KIDDOS

Registrarse es limitado...

Formulario de uso:

[bit.ly/FNS1Culinary](http://bit.ly/FNS1Culinary)

O llame

(714) 997-6366 x8543

Deje su nombre, nombre del estudiante, número de teléfono, dirección de correo electrónico y número de personas que asisten en su grupo.



*¡Cocinar cuenta!*

**Jueves,**

**Sept. 29<sup>th</sup>**

**5:30-7pm**

**Cuarto 403**

**Lab Culinario**

**RÁPIDO  
FÁCIL Y  
SANO**

