

# Boletín Mensual

Queridos padres y familiares:

¡Los meses de mayo y junio en los jardines de la escuela están llenos de descubrimientos, verduras frescas y sonrisas!

## ‘Los Científicos’ del 1er Grado

Exploraron el hábitat del jardín para encontrar todo tipo de criaturas fascinantes. Luego hicieron títeres de bolsas de papel para representar la vida del jardín y en un espectáculo de títeres para sus compañeros.

## ‘Los cocineros del Jardín’ 2do

**Grado** aprendieron que dependemos de los polinizadores,

en su mayoría abejas, para la mayoría de nuestros cultivos alimentarios. ¡Los estudiantes disfrutaron probando la miel local, aunque ahora saben que está hecha con saliva! Nuestros estudiantes de 2º grado que se “gradúan” no tendrán tiempo La hora de jardín en los grados de primaria superior, por lo que se se están “graduando” del tiempo de jardín con una fiesta de ensaladas en el jardín y un folleto de recetas de Hudson Valley Seed con las recetas que han hecho con nosotros durante todo el año.

“Los principiantes” del **Kindergartener** repasaron lo que han aprendido a lo largo del año sobre; los cambios estacionales, cómo crecen las plantas qué hacen los jardineros.

¡Esperamos continuar su educación en el jardín el próximo año escolar!

## ¡GRACIAS POR OTRO AÑO MARAVILLOSO!

Cada año exitoso de La hora del jardinería en las escuelas primarias de Beacon, depende del apoyo de la comunidad.

Contamos con generosas donaciones de tiempo y dinero. Por favor, considere contribuir algunas horas este verano para ayudar a que nuestros jardines crezcan.

Regístrese en nuestro sitio web [www.hudsonvalleyseed.org](http://www.hudsonvalleyseed.org) y busque la opción "Voluntario" en la pestaña "Involúcrese". Encontrará una hoja de inscripción para su escuela donde puede elegir un fin de semana para regar el jardín.

Si desea ser voluntario para hacer otro trabajo de jardinería con nosotros, podemos acomodar su horario e intereses.

Solo díganos cómo le gustaría ayudar.

**Que tengan un excelente verano! Sinceramente,  
Ms. Megan & Ms. Nicole**

Para más información o si desea hacer alguna donación incluyendo el voluntariado, visite nuestra pagina web en [www.hudsonvalleyseed.org](http://www.hudsonvalleyseed.org) Síguenos en Facebook [@Hudsonvalleyseed](https://www.facebook.com/HudsonValleySeed) y en Instagram [@Hudsonvalleyseed](https://www.instagram.com/HudsonValleySeed)



# Lettuce

## Lechuga



¿Qué dijo la ensalada cuando su canción favorita llegó a la radio?

Lechuga Turnip la remolacha!

### Datos divertidos sobre la lechuga

- La lechuga es parte de la familia del girasol, Asteraceae.
- China produce la mayor cantidad de lechuga en el mundo.
- Los estadounidenses consumen 30 libras de lechuga, por persona al año.
- Las hojas de lechuga más oscuras tienen más nutrientes que las hojas más claras.
- La lechuga que comían los griegos y los romanos en la antigüedad tenía propiedades para inducir el sueño. Esta propiedad, sin embargo, ya se ha obtenido de las variedades actuales de lechuga.
- La lechuga contiene mucha vitamina A y beta caroteno, que mantienen la piel y los ojos sanos. La lechuga también tiene altas dosis de vitamina K, que ayuda a tu cerebro.
- La lechuga era un nombre popular para las niñas en la década de 1800, mientras que Cole era popular entre los niños.

### Barcos de lechuga

**Tiempo de preparación y cocción:**  
15 min..

#### Ingredientes

- Hojas grandes de lechuga romana.
- 1 tomate
- 1 pepino
- 1 pimiento rojo
- 1 aguacate
- 1 zanahoria
- tu queso favorito

#### Instrucciones

1. Cortar el tomate, el pepino y el pimiento rojo en trozos pequeños.
2. Cortar el aguacate y colocarlo en un recipiente.
3. Tritura la zanahoria y el queso con un rallador de queso.
4. Machaca el aguacate con una cuchara. Usa la cuchara para untar el aguacate sobre una hoja de lechuga. Rocíe la zanahoria en el aguacate, luego las otras verduras. Rocíe el queso, doble los lados de la lechuga sobre el queso y ¡disfrute!



#### Sabías que..?

Hay muchas variedades diferentes de lechugas y algunas tienen nombres únicos, como Green Forest, Hyper Red Ruffled Wave, Marvel of Four Seasons, Pirates, Red Tinged Winter, Revolution, Tango, Winter Wonderland, la lengua de Deer y la trucha manchada ... solo para nombrar unos pocos!

