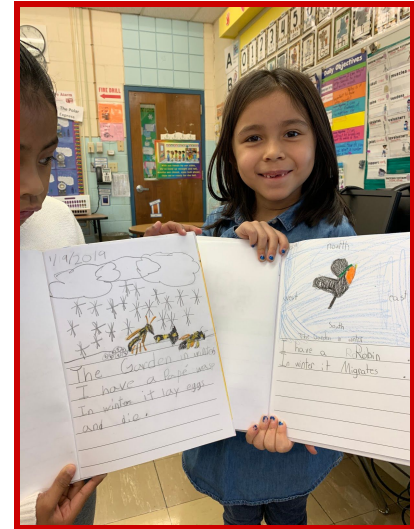
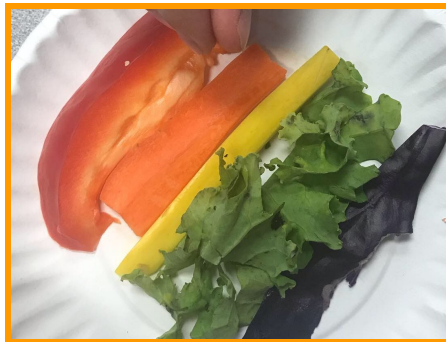


Dear Parents and Families:



Winter survival

In January **1st graders** learned what garden animals and plants do in the winter. Do they hibernate or migrate? Do they lay eggs and die? Do they stay active?



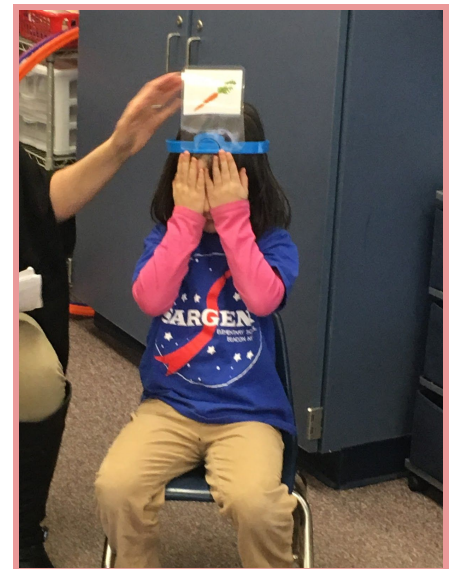
Journaling



Tracing a healthy human

2nd graders learned all about the importance of eating the rainbow. Did you ever hear that carrots are good for your eyes? It's true! But not just carrots. Any orange colored food is good for your eyes and skin. We learned that different colored fruits and vegetables help different parts of our bodies. We then ate a rainbow plate of super healthy vegetables. Students then kept track of all the colors of fruits and vegetables they ate over one week, then graphed the results.

Kindergarteners played a fun game of 'Guess the Vegetable' in which they practiced using describing words to communicate to one another about what different veggies look like.



**Until next month,
Ms. Serena Squash & Mr. Sam
Garden Educators**

February's Vegetable of the Month

Celery Apio



I recently got a job at a local farm...

It's hard work, but the celery is nice!

Fun Facts About Celery

- April is National Fresh Celery Month!
- There is a town in Ohio called Celeryville. It was named by celery farmers in the 19th century.
- Celery was used as ancient "bouquet of flowers", to reward winners of athletic games in the Ancient Greece.
- Celery was initially used as medicine to treat toothaches, insomnia, anxiety and arthritis!
- Celery is a very low-calorie food with only 10 calories per stalk! However, it is full of fiber and important vitamins.
- There are three different varieties of celery- leaf celery, stalk celery & celeriac. Leaf celery is grown for the leaves. Stalk celery is grown for the stem and celeriac is grown for the root.



Celeriac



Leaf Celery



Stalk Celery

Celery and Golden Raisin Salad

Prep and Cook Time: 20 min.

Ingredients

- 3 cups of thinly sliced celery, ideally from the pale, inner stems
- ¼ cup golden raisins
- ¼ cup flat leaf parsley
- ¼ cup extra virgin olive oil
- 1 teaspoon dijon mustard
- 1 teaspoon lemon zest
- 2 tablespoons lemon juice
- ½ teaspoon sugar
- Salt & pepper to taste

Instructions

1. Preheat oven to 500 degrees.
2. Whisk together lemon zest, juice, mustard, and sugar.
3. Slowly pour in olive oil and season with salt and pepper.
4. Add celery, parsley, and raisins.
5. Toss to combine. Season again with salt and pepper.
6. Enjoy!

Celery Flower



Carrot Flower

Did you know??

Celery is closely related to carrots! Take a look at the pictures to compare. They have similar flower shapes-called **umbel**- made up of many short flower stalks which spread from a common point, somewhat like umbrella ribs.

Boletín Mensual

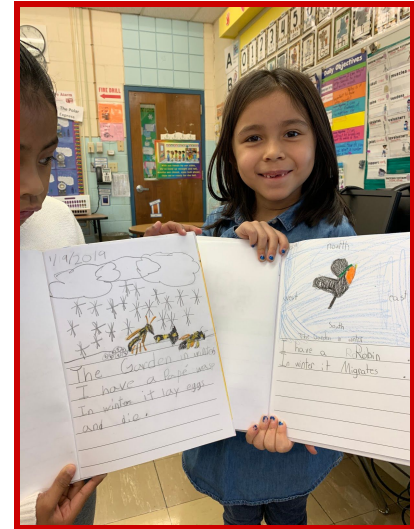
La hora del Jardín

Queridos padres y familiares:



Supervivencia de invierno

En enero los estudiantes del **1er grado**, aprendieron lo que hacen los animales y plantas de jardín en el invierno. ¿Hibernan o emigran? ¿Ponen huevos y mueren? ¿Se mantienen activos?

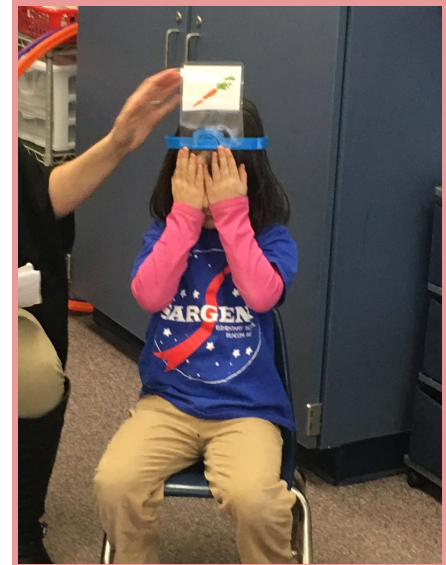


El diario



Trazando el cuerpo humano saludable

En **2nd grado**, aprendieron sobre la importancia de comer el arco iris. ¿Alguna vez escuchaste que las zanahorias son buenas para tus ojos? ¡Es verdad! Pero no solo las zanahorias. Cualquier alimento de color naranja es bueno para los ojos y la piel. Aprendimos que las frutas y verduras de diferentes colores ayudan a diferentes partes de nuestro cuerpo. Luego comimos un plato colorido de vegetales super saludable. Luego, los estudiantes hicieron un registro de todos los colores de las frutas y verduras que comieron durante una semana y luego hicieron una gráfica con los resultados.



Los estudiantes de **Kindergarten** jugaron un divertido juego de "Adivina el vegetal" en el que practicaron el uso de palabras descriptivas para comunicarse entre sí sobre cómo se ven los diferentes vegetales.

Hasta el próximo mes,
Ms. Serena Squash & Mr. Sam
Educadores del jardín

Vegetal del mes de febrero.

Celery Apio



Hace poco conseguí un trabajo en una granja local ...

Es un trabajo duro, pero el apio es bueno!

Datos divertidos sobre el apio

- Abril es el mes nacional del apio fresco!
- Hay una ciudad en Ohio llamada Celeryville. Fue nombrado por los agricultores de apio en el siglo XIX.
- El apio se usó como un antiguo "ramo de flores", para recompensar a los ganadores de los juegos deportivos en la antigua Grecia.
- ¡El apio se usó inicialmente como medicamento para tratar los dolores de muelas, el insomnio, la ansiedad y la artritis!
- ¡El apio es un alimento muy bajo en calorías con sólo 10 calorías por tallo! Sin embargo, está lleno de fibra y vitaminas muy importantes.



Apio



Hoja del Apio



Tallo del apio

Ensalada De Apio Y Pasas De Oro

Tiempo de preparación y cocción: 20 min.

Ingredientes

- 3 tazas de apio en rodajas finas, idealmente de los tallos pálidos, interiores
- ½ taza de pasas doradas
- ½ taza de perejil de hoja plana
- ¼ taza de aceite de oliva extra virgen
- 1 cucharadita de mostaza de dijon
- 1 cucharadita de cáscara de limón
- 2 cucharadas de jugo de limón
- ½ cucharadita de azúcar
- Sal y pimienta al gusto.

Instrucciones

1. Precaliente el horno a 500 grados.
2. Mezcle la ralladura de limón, el jugo, la mostaza y el azúcar.
3. Vierta lentamente en aceite de oliva y sazone con sal y pimienta.
4. Añadir el apio, el perejil y las pasas.
5. Mezcla para combinar. Sazonar nuevamente con sal y pimienta.
6. ¡A Disfrutar!

Flor del Apio



Flor de la zanahoria

Sabías que...??

El apio está muy relacionado con las zanahorias! Echa un vistazo a las fotos para comparar. Tienen las formas de las flores similares, llamadas **umbelas**, formadas por muchos tallos cortos de flores que se