



Oregon State University



Scan to visit
FoodHero.org



Available in Spanish and English.
Search by ingredient, meal type, special diets, kid-approved recipes and so much more!

Whether you are a new or experienced gardener or cook, Food Hero has resources for everyone. You'll find...
• Healthy recipes that are tasty, quick and low-cost.
• Gardening and nutrition information.
• Resources that celebrate diverse foods and cultures.
• Food Hero Monthlies with tips about featured foods.

Food Hero Is Here for You!



Food Hero Is Here for You!

Whether you are a new or experienced gardener or cook, Food Hero has resources for everyone. You'll find...

- Healthy recipes that are tasty, quick and low-cost.
- Gardening and nutrition information.
- Resources that celebrate diverse foods and cultures.
- Food Hero Monthlies with tips about featured foods.



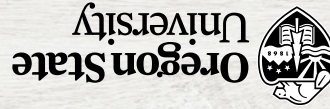
Scan to visit
FoodHero.org



Oregon State University

Available in Spanish and English.
Search by ingredient, meal type, special diets, kid-approved recipes and so much more!





Escanee para visitar
FoodHero.org/es



Disponible en español e inglés.
¡Busque por ingrediente, tipo de
comida, dietas especiales, recetas
aprobadas por niños y mucho más!

**Ya sea un jardinero o cocinero nuevo
o experimentado, Héroe de Alimentos
tiene recursos para todos. Encontrará...**

- Recetas saludables que son sabrosas, rápidas y económicas.
- Información sobre jardinería y nutrición.
- Recursos que celebran diversos alimentos y culturas.
- Boletines mensuales de Héroe de Alimentos con consejos sobre alimentos destacados.

**¡Héroe de Alimentos
está aquí para usted!**



**¡Héroe de Alimentos
está aquí para usted!**

**Ya sea un jardinero o cocinero nuevo
o experimentado, Héroe de Alimentos
tiene recursos para todos. Encontrará...**

- Recetas saludables que son sabrosas, rápidas y económicas.
- Información sobre jardinería y nutrición.
- Recursos que celebran diversos alimentos y culturas.
- Boletines mensuales de Héroe de Alimentos con consejos sobre alimentos destacados.



Disponible en español e inglés.
¡Busque por ingrediente, tipo de
comida, dietas especiales, recetas
aprobadas por niños y mucho más!

Escanee para visitar
FoodHero.org/es

