



Blue Ridge Area
FOOD BANK

Everyone should have enough to eat.

PARTNER
FOOD BANK OF
**FEEDING
AMERICA**

Alimentos más necesitados

POR FAVOR: NO VIDRIO



**FRUTAS Y VERDURAS
Y ENLATADAS**
(azúcar y sodio baja)



PROTEÍNAS
mantequillas de nueces, pollo/atún enlatada,
frijoles enlatadas o secas



CEREALES
cereal, pasta, arroz,
avena, macarrones con queso



**HECHADORES DE
COMIDA**
sopas, estofados, chilis, salsa de
pasta (sodio baja)



**ACEITE PARA
COCINAR, HIERBAS
SECAS, Y ESPECIAS**



COSAS NO COMESTIBLE
papel higiénico, dentífrico, jabón, cepillos de
dientes, productos higiénicos para mujeres,
fórmula y comida para bebés, pañales



Thank You!

www.brafb.org