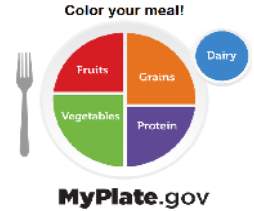




APPLE WRAPS



Ingredients:

1 apple

2 tablespoons peanut butter

1/2 tsp ground cinnamon

2 medium bananas

4 (8in) whole wheat tortillas

Directions:

1. Slice the apple, leave the skin on.
2. Peel and mash the banana until smooth.
3. Add the peanut butter and cinnamon to the banana puree and stir to combine.
4. Spread the mixture over a whole wheat tortilla and put on top the apple slices.
5. Tightly roll each tortilla and cut each wrap in half. Enjoy!

Find more recipes and resources online at: www.gcfb.org/recipes_resources

Want to apply for SNAP Benefits? Call the number below for assistance!

Mention **Gleaners** when speaking with your SNAP representative.

F.O.R.
Comida y otros recursos
LÍNEA DE AYUDA



Para obtener ayuda para encontrar una despensa de alimentos, ayuda para presentar una solicitud de beneficios de SNAP o referencias a otros recursos, llame al

1-888-544-8773

F.O.R.
Food and Other Resources
HELPLINE



For help finding a food pantry, assistance in applying for SNAP benefits or referrals to other resources, call

1-888-544-8773

F.O.R.
خط المساعدة
خط المساعدة



للحصول على المساعدة في العثور على مخزن طعام، أو المساعدة في التقدم بطلب للحصول على مخصصات SNAP، أو الإحالات إلى موارد أخرى، اتصل بالرقم

1-888-544-8773

food BANK **MiDHHS**
Operado por el Consejo del Banco de Alimentos de Michigan
Food Bank Council of Michigan
Financiado en parte por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan
Michigan Department of Health and Human Services

food BANK **MiDHHS**
Operated by the Food Bank Council of Michigan
Funded in part by the Michigan Department of Health and Human Services

food BANK **MiDHHS**
مستشارت بنك الطعام في ميشيغان
مستشارت بنك الطعام في ميشيغان

¿TIENE UNA TARJETA BRIDGE?



**COMPRE \$1
OBTENGA \$1 GRATIS
FRUTAS Y VERDURAS**



HAVE A BRIDGE CARD?



**BUY \$1
GET \$1 FREE
FRUITS & VEGGIES**

DoubleUpFoodBucks.org/GetFresh

866.586.2796

**هل لديك "بطاقة الفود
ستامب" BRIDGE CARD?**



**اشتر بقيمة 1 دولار
واحصل على 1 دولار مجانية
من الفواكه والخضراوات**



Scan the
QR code
below
for more
resources!



linktr.ee/GleanersKitchen

Text **HEALTHYEATS** to **833-956-1009** to get text alerts for classes, nutrition tips, recipes, and more!