

# Make-Your-Own Trail Mix

1. Wash hands with soap and warm water.
2. Combine cereal, fruit chips, dried fruit, nuts/seeds, and any other additional ingredients. Mix well.
3. Serve and Enjoy!

## Haz tu propio - mezcla de frutas secas

1. Lávese las manos con jabón y agua tibia.
2. Combine cereal, chips de frutas, frutas secas, nueces/semillas y cualquier otro ingrediente adicional. Mezclar bien.
3. ¡Servir y disfrutar!



### FIND US ONLINE!

Prepared by Rhode Island Community Food Bank's Healthy Habits, Eating Well on a Budget Program | June 2022. Contact: Flannery Sullivan, Community Nutrition Manager | (401) 230-1671 | fsullivan@rfoodbank.org



# Make-Your-Own Trail Mix



A quick snack, perfect for on the go.  
 Un refrigerio rápido, perfecto para llevar.

Servings/ Porciones .....	7 Portions
Cost of Recipe/ Costo de Receta .....	\$2.98
Cost per Serving/ Costo por Porción.....	\$0.43

healthy recipes



### LOGO KEY/CLAVE DE LOGOTIPO:

This ingredient can be swapped for another form!  
 ¡Este ingrediente se puede cambiar por otra forma!



# Ingredients/Ingredientes:



**1 CUP**  
**1 TAZA**



**1 CUP**  
**1 TAZA**



**1/2 CUP**  
**1/2 TAZA**



**1/2 CUP**  
**1/2 TAZA**

**Optional:**  
**Opcional:**



**1/4 CUP**  
**1/4 TAZA**

# Tools Needed/Instrumentos:



# Directions/Direcciones:

