



# Healthy Happy Halloween!!!

Cavities, headaches and tummy-aches beware, you won't be able to scare us this year! With natural and nutritious treats, our bodies grow strong and we still enjoy our sweets.

Making these recipes will be a lot of fun. They will give you the heebie-jeebies and delight your tongue!

## Got Fruit on the Brain?



Peel the skin off a seedless watermelon. Then use a knife to create this edible recreation of a brain!

## Eyeballs and Goo!



Hide eyeballs (aka grapes) in applesauce and stir in a little cranberry juice for this spooky treat!

## Boo-nana!



Dip bananas into plain yogurt, then sprinkle with coconut and finish with two raisins for eyes!

## Peanut Butter Apple Time!



Coat an apple with peanut butter then top with goodies like coconut, peanut pieces, and crushed banana chips.



## ¡Un Halloween Saludable y Feliz!

Advertencia caries, dolores de cabeza y barriga, ¡no nos podrán asustar este año! Con delicias naturales y alimenticias, nuestros cuerpos crecen fuertes y podemos disfrutar de lo dulce también.

**El hacer estas recetas será muy divertido. ¡Le pondrán los pelos de punta y le harán agua la boca!**

**¿Tiene fruta en mente?**



**Pelar una sandía sin semilla. Luego, ¡use un cuchillo para formar esta recreación comestible de un cerebro!**

**¡Ojos y cieno!**



**¡Ocultar ojos (es decir uvas) en puré de manzana y mezclar con jugo de arándano para esta delicia espeluznante!**

**¡Boo-nana!**



**¡Bañar plátanos en yogur, espolvorear con coco rallado y usar dos pasas para los ojos!**

**¡Manzana con crema de cacahuete!**



**Cubrir una manzana con crema de cacahuete. Añadir delicias como coco rallado, trozos de maní y chips de plátano aplastados.**