



MARKET FRESH FOOD

WHOLESALE PRICES. DELIVERED TO YOU.

Fechas de las canastas para '13-'14 - Su contenido puede variar según la disponibilidad.

SEMANA A

10/2, 10/30, 11/27, 1/8, 2/5, 3/12,
4/9, 5/14, 6/11

Zanahorias, Cebollas, Ajo, Papas o
Maiz, Lechuga, Tomates, 4 frutas

Además: cilantro, aguacate,
pimientos, yuca o platanos, fruta
tropical, arroz, habichuelas rojas*

SEMANA B

10/9, 11/6, 12/4, 1/15, 2/12,
3/19, 4/23, 5/21, 6/18

Zanahorias, Cebollas, Ajo, Papas o
Maiz, Lechuga, Tomates, 4 frutas

Además: apio, repollo, granos
verdes, remolacha o name, pasta de
harina integral, split peas*

SEMANA C

10/16, 11/13, 12/11, 1/22,
2/26, 3/26, 4/30, 5/28, 6/25

Zanahorias, Cebollas, Ajo, Papas o
Maiz, Lechuga, Tomates, 4 frutas

Además: cilantro, pepino,
pimientos, yuca o platanos, harina
de maiz, habichuelas negras*

SEMANA D

10/23, 11/20, 12/18, 1/29, 3/5,
4/2, 5/7, 6/4

Zanahorias, Cebollas, Ajo, Papas o
Maiz, Lechuga, Tomates, 4 frutas

Además: coliflor, pepino, pimientos,
remolacha o name, fruta tropical,
avena, lentejas*

Órdenes mensuales:

Puede sustituir más frutas en lugar de frijoles y granos.

ACEPTAMOS CUPONES DE ALIMENTOS

Para mas informacion u ordenes,
contacte a Heidi Hynes al
(917) 402-4129 o
lacanasta@bronxgreensupply.com .

CANASTA GRANDE \$15 CADA UNA

- 4 canastas por mes **\$60**
- 2 canastas por mes **\$30**
(escoja 2 semanas: A,B,C,D)
- 1 canastas por mes **\$15**
(escoja 1 semana: A,B,C,D)

LUGAR PARA RECOGERLA: