RECIPES FOR GREEN CLEANING PRODUCTS
RECETAS DE PRODUCTOS DE LIMPIEZA ECOLÓGICOS

How to Make Multipurpose Cleaner
Como hacer Limpiador Multiuso



Ingredients/Ingredientes



2 cups white vinegar
2 tazas de vinagre blanco



10-15 drops of Dawn soap
10-15 gotas de Dawn



2 cups water
2 tazas de agua



20-23 drops essential oil
20-30 gotas de aceite esencial

1



- Measure 2 cups white vinegar and 2 cups water to pour into spray bottle
- Mide 2 tazas de vinagre blanco y 2 tazas de agua y viertalo en una botella

2



- Add 20-30 drops of Dawn soap into the spray bottle
- Agregue 20-30 gotas de jabón Dawn en la botella rociadora

3



- As an optional step, add 20-30 drops of your preferred essential oil
- Opcional, agregue de 20-30 gotas de aceite esencial de su gusto

Tip/Consejo

Warming in microwave until barely hot will boost cleaning power for tough jobs (only microwave in a glass container)

Para trabajos duros, caliente en el microondas hasta calentar apenas (Solo caliente en microondas en un recipiente de vidrio)

For more Green Cleaning Recipes, please visit/Para obtener más recetas de limpieza ecológicos, visite:
https://envhealthcenters.usc.edu/infographics

MADRES Center for Environmental Health Disparities

EJRL ENVIRONMENTAL JUSTICE RESEARCH LAB

RECIPES FOR GREEN CLEANING PRODUCTS
RECETAS DE PRODUCTOS DE LIMPIEZA ECOLÓGICOS

How to Make Oven Cleaner

Como Hacer Limpiador de horno

Ingredients/Ingredientes



2 cups baking soda
2 tazas de bicarbonatode sodio



4 teaspoons vegetable glycerin (preservative)
4 cucharaditas de glicerina vegetal (conservante)

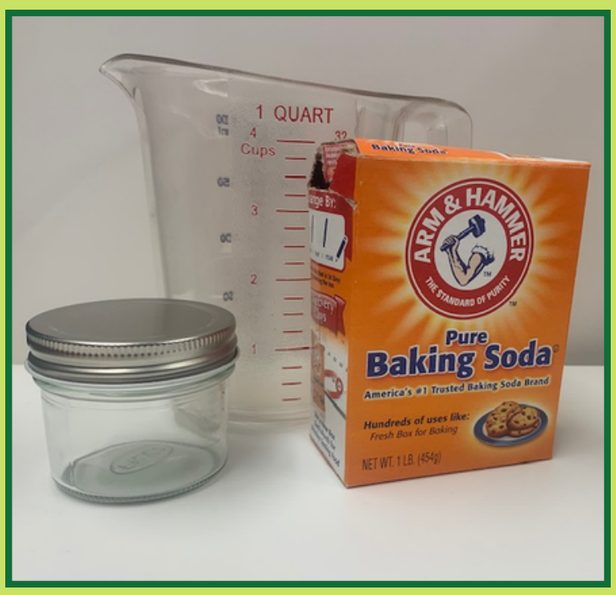


1/2 cup liquid castile soap
1/2 tazas de jabón liquido de castilla



5 drops of essential oil
5 gotas de aceite esencial

1



- Measure 2 cups baking soda and pour into glass jar
- Mide 2 tazas de bicarbonato de sodio y viertalo en un frasco de vidrio

2



- Measure 1/2 cup liquid castile soap and 4 teaspoons vegetable glycerin (preservative) and pour into glass jar
- Mide 1/2 taza de jabón liquido de castilla y 4 cucharaditas de glicerina vegetal (conservante) y viertalo en el frasco de vidrio

3



- Add 5 drops of essential oil in the glass jar and mix all ingredients together
- Agregue 5 gotas de aceite esencial en el frasco de vidrio y mezcle todo junto

Did you know?/ ¿Sabías?

The shelf life of the oven cleaner is 2 years

La vida útil del limpiador de hornos es de 2 años

For more Green Cleaning Recipes, please visit/Para obtener más recetas de limpieza ecológicos, visite:
https://linktr.ee/EJRL_UCI

MADRES Center for Environmental Health Disparities

EJRL ENVIRONMENTAL JUSTICE RESEARCH LAB

RECIPES FOR GREEN CLEANING PRODUCTS
RECETAS DE PRODUCTOS DE LIMPIEZA ECOLÓGICOS

How to Make Glass Cleaner

Como Hacer Limpiador de vidrios

Ingredients/Ingredientes



2 tablespoons white vinegar
2 cucharadas de vinagre blanco



2 cups water
2 tazas de agua



2 tablespoons rubbing alcohol
2 cucharadas de alcohol



5 drops peppermint essential oil
5 gotas de aceite esencial de menta

1



- **Measure 2 cups water and pour into spray bottle**
- **Mide 2 tazas de agua y viertlo en una botella rociadora**

2



- **Measure 2 tablespoons white vinegar and 2 tablespoons of rubbing alcohol and pour into spray bottle**
- **Mide 2 cucharadas de vinagre blanco y 2 cucharadas de alcohol y viertlo en la botella rociadora**

3



- **Add 5 drops peppermint essential oil in the spray bottle**
- **Agregue 5 gotas de aceite esencial de menta en la botella rociadora**

4



- **Shake all ingredients in the spray bottle to combine and use glass cleaner with a microfiber cloth**
- **Agite todos los ingredients en la botella rociadora para combinarlos, use el limpiador de vidrios con una toalla microbibra**

For more Green Cleaning Recipes, please visit/Para obtener más recetas de limpieza ecológicos, visite:
https://linktr.ee/EJRL_UCI

MADRES Center for Environmental Health Disparities

EJRL ENVIRONMENTAL JUSTICE RESEARCH LAB

RECIPES FOR GREEN CLEANING PRODUCTS
RECETAS DE PRODUCTOS DE LIMPIEZA ECOLÓGICOS

How to Make Laundry Detergent

Come hacer Detergente de ropa

Ingredients/Ingredientes



1 cup of soap flakes
1 taza de escamas de jabón



1/2 cup of washing soap (sodium carbonate)
1/2 taza de sódico de lavar (carbonato sódico)

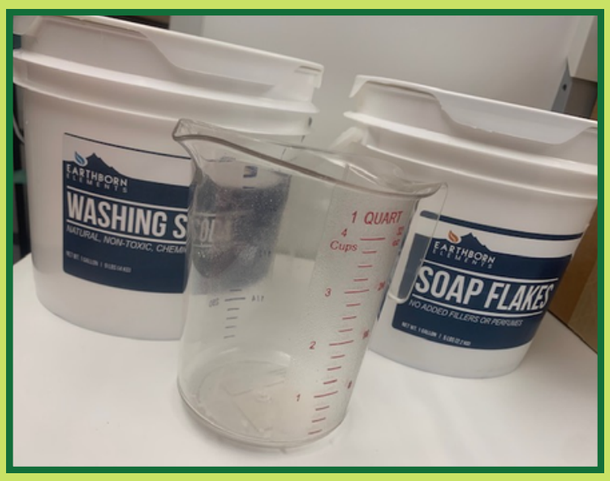


1-2 tablespoons powdered oxygen bleach (optional for extra whitening power)
1-2 cucharadas de bianqueador de oxigeno en polvo (opcional para poder de blanqueamiento adicional)



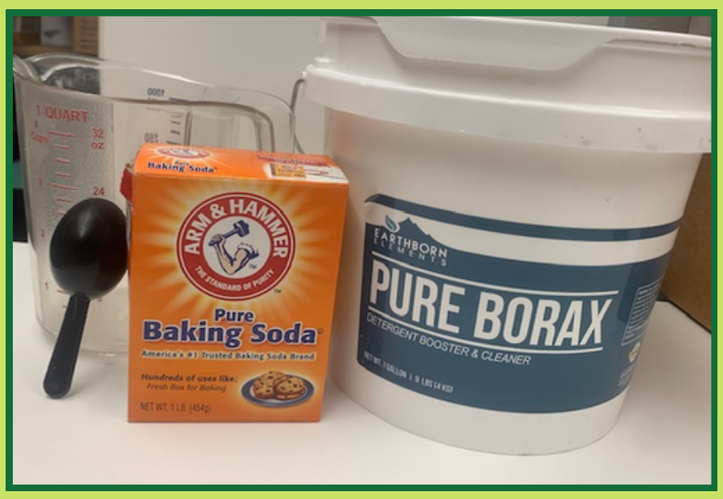
1/2 cup of baking soda
1/2 taza de bicarbonato de sodio

1



- Measure 1 cup soap flakes and 1/2 cup washing soap (sodium carbonate) into glass container
- Mide 1 taza de escamas de jabón y 1/2 taza de sódico de lavar (carbonato sódico) en un contenedor de vidrio

2



- Measure 1/2 cup baking soda and 1/2 powdered oxygen bleach (optional for extra whitening power) and pour into glass container to mix with other ingredients
- Mide 1/2 taza de bicarbonato de sodio y 1-2 cucharadas de bianqueador de oxigeno en polvo(opcional para poder de blanqueamiento adicional) y verto en el contenedor de vidrio para mezclar con los otros ingredientes

How to Use/Cómo Usarlo

Use 1 tablespoon per load
(2 for heavily soiled laundry

Use 1 cucharada por carga
(2 para ropa muy sucia)

Tip/Consejo

Make soap flakes by grating your favorite pure vegetable soap with a cheese grater

Para las escamas de jabón, ralle su jabón de vegetal puro preferido con un rallador de queso

MADRES Center for Environmental Health Disparities

For more Green Cleaning Recipes, please visit/Para obtener más recetas de limpieza ecológicos, visite:
https://linktr.ee/EJRL_UCI

EJRL
ENVIRONMENTAL JUSTICE RESEARCH LAB

RECIPES FOR GREEN CLEANING PRODUCTS
RECETAS DE PRODUCTOS DE LIMPIEZA ECOLÓGICOS

How to Make Furniture Polish
Como Hacer Pulidor para Muebles

Ingredients/Ingredientes



¼ cup olive oil
¼ tazas de aceite de oliva



¼ cup white distilled vinegar
¼ taza de vinagre blanco destilado



20-30 drops lemon essential or 2 teaspoons lemon juice
20-30 gotas de aceite esencial de limón o 2 cucharaditas de jugo de limón

1



- Measure ¼ cup of olive oil and ¼ cup of white distilled vinegar and pour into container
- Mide ¼ taza de aceite de oliva y ¼ taza de vinagre blanco destilado

2



- As an optional step, add 20-30 lemon essential oil or 2 teaspoons of lemon juice
- Como un paso opcional, agregue 20-30 gotas de aceite esencial de limón o 2 cucharaditas de jugo de limón

Tip/Consejo

Shake well before using. Dip a clean, dry cloth into the polish and rub wood in the direction of the grain. Use a soft brush to work the polish into the corners or tight places.
Agite bien antes de usar. Sumerja un paño limpio y seco en la mezcla y frote la madera en la dirección del grano. Use un cepillo suave para trabajar la mezcla en las esquinas o lugares estrechos

MADRES Center for Environmental Health Disparities

For more Green Cleaning Recipes, please visit/Para obtener más recetas de limpieza ecológicos, visite:
https://linktr.ee/EJRL_UCI

EJRL ENVIRONMENTAL JUSTICE RESEARCH LAB