

Menú sugerido para el almuerzo K-8

TODOS LOS ALIMENTOS ESTÁN PRE-COCINADOS.

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
S u j e t o a c a m b i o s e g ú n d i s p o n i b i l i d a d				
Cheesy Garlic French Bread Pizza with Marinara Sauce Pears Juice & Milk 	Turkey and Cheese Nachos Corn & Black Beans Fresh Fruit Juice & Milk 	Breaded Chicken Leg and Soft Pretzel Baby Carrots Peach Cup <u>OR</u> Strawberry Cup Juice & Milk 	Vegetarian Pizza Pack Caesar Salad Veggie Dippers Fresh Fruit Juice & Milk 	Hamburger Seasoned Spiral Fries Peaches Juice & Milk 



Direcciones del Horno

Cocine desde congelado.
Precaliente el horno a 375F.

Pizza de pan francés: Coloque la pizza en una bandeja para hornear forrada. Hornear por 18-20 minutos.

Salsa Marinara: consulte las instrucciones del microondas para obtener la mejor calidad



Direcciones de microondas

Cocine desde congelado.
Cocine todos los alimentos en Platos aptos para microondas.

Pizza de pan francés: Para obtener la mejor calidad, consulte las instrucciones del horno.

Salsa Marinara: Transfiera a un recipiente apto para microondas. Caliente a temperatura alta durante 60 segundos. Revuelva antes de servir.



Direcciones del Horno

Cocine cuando esté descongelado. *
Precaliente el horno a 350F.

Carne de Nacho y Queso:
Transfiera a un recipiente apto para horno. Cubra con una tapa o papel de aluminio. Calentar durante 12-15 minutos. Retirar del horno, destapar y revolver antes de servir.



Direcciones de microondas

Cocine cuando esté descongelado *:
Cocine todos los alimentos en tazones aptos para microondas.

Carne de nacho y Queso:
Transfiera la carne de nacho y el queso a un recipiente apto para microondas. Cubra el recipiente con una toalla de papel húmeda. Caliente a temperatura alta durante 60 segundos. Retire y revuelva antes de servir.



Direcciones del Horno

Cocine desde congelado.
Precaliente el horno a 375F.

Pierna de pollo empanizada:
Coloque la pierna de pollo en una bandeja para hornear.
Hornee por 35-40 minutos.

Pretzel suave: rocíe ligeramente el pretzel congelado con agua. Polvoree con sal si lo desea. Coloque en una bandeja para hornear y hornee por 4-6 minutos.



Direcciones de microondas

Cocine desde congelado.
Cocine todos los alimentos en Platos aptos para microondas.

Muslo de pollo empanizado: Cocine el muslo a temperatura alta: 1 pierna durante 4 minutos, 2 piernas durante 6 minutos. Deje reposar de 1 a 2 minutos antes de servir.

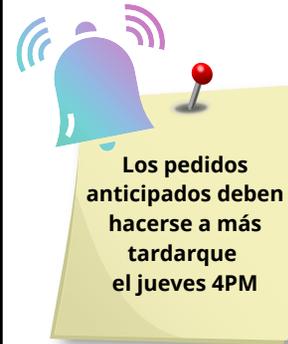
Pretzel suave: rocíe ligeramente el pretzel congelado con agua. Polvoree con sal si lo desea. Microondas a temperatura alta durante 20-40 segundos.



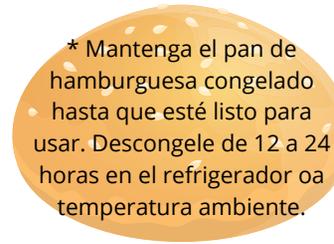
Horno y microondas

Direcciones

Ninguno necesario. ¡Disfrutar!



Los pedidos anticipados deben hacerse a más tardar que el jueves 4PM



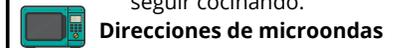
* Mantenga el pan de hamburguesa congelado hasta que esté listo para usar. Descongele de 12 a 24 horas en el refrigerador oa temperatura ambiente.



Direcciones del Horno

Cocine desde congelado.
Hamburguesa: Precaliente el horno a 350F. Coloque la hamburguesa en una bandeja para hornear.
Hornee por 8-10 minutos o hasta completamente calentado.

Papas fritas en espiral: Precaliente el horno a 425F. Extienda el producto de manera uniforme en una bandeja para hornear. Hornee durante 13-15 minutos. Gire la sartén a los 7 minutos y seguir cocinando.



Direcciones de microondas

Cocine desde congelado.
Cocine todos los alimentos en Platos aptos para microondas.

Hamburguesa: Cubra la hamburguesa con una toalla de papel húmeda. Caliente a fuego alto durante 90 segundos o hasta que esté completamente caliente. Por cada hamburguesa adicional, aumente el tiempo de cocción en 30 segundos.

Papas fritas en espiral: Para obtener la mejor calidad, siga las instrucciones del horno.



POR FAVOR LEE

! **ALÉRGENOS:** Queso & Crutons se producen en una instalación que procesa Tree Nuts.

Los electrodomésticos varían, los tiempos de calentamiento indicados son aproximados y es posible que deban ajustarse.

* Recomendamos DESCONGELAR todos los alimentos en el refrigerador.



FUELING STUDENT SUCCESS

Menú sugerido de desayuno

TODOS LOS ALIMENTOS ESTÁN PRE-COCINADOS.

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
S u j e t o a c a m b i o s e g ú n d i s p o n i b i l i d a d				
Turkey Sausage Biscuit Juice & Fruit Milk	Cereal Juice & Fruit Milk	Chicken Biscuit Juice & Fruit Milk	Cheese Stick & Crackers Juice & Fruit Milk	Maple Glazed French Toast Sticks with Turkey Bacon Fruit & Juice Milk
				

 **Direcciones de la Estufa**
Cocine desde congelado.

Salchicha: Coloque la salchicha en un sartén fría antiadherente. Caliente la sartén a temperatura media y cubra. Dale la vuelta a la hamburguesa de vez en cuando para una cocción uniforme durante 8-10 minutos.

 **Direcciones del Horno**
Cocine desde congelado.

Precaliente el horno a 350F.

Biscuit: Coloque la biscuit en una bandeja para hornear. Calentar durante 10-12 minutos o hasta que esté caliente.

 **Direcciones de microondas**
Descongelar * y microondas:
Cocine todos los alimentos en platos aptos para microondas.

Biscuit: Envuelva el biscuit en una toalla de papel húmeda. Caliente a temperatura alta durante 25-30 segundos. Retirar y servir.

Salchicha: Cubra con una toalla de papel y cocine en el microondas a temperatura alta durante 50-55 segundos o hasta que esté caliente.

 **Direcciones del Horno**
Cocine desde congelado.

Precaliente el horno a 350F.

Pollo: Coloque la hamburguesa en una sola capa en una sartén forrada.
Calentar durante 14-18 minutos.

Biscuit: Coloque la biscuit en una bandeja para hornear. Calentar durante 10-12 minutos o hasta que esté caliente.

 **Direcciones de microondas**

Descongelar * y microondas:
Cocine todos los alimentos en platos aptos para microondas.

Biscuit: Envuelva el biscuit en una toalla de papel húmeda. Caliente a temperatura alta durante 25-30 segundos. Retirar y servir.

Pollo:
Para mejor resultado use el metolo del horno.

 **Direcciones del Horno**
Cocine desde congelado.
Precaliente el horno a 350F.

Palitos de tostadas francesas: Coloque en una sola capa con el esmalte hacia arriba en una bandeja de hojas forrada. Hornea por 12 minutos.
Tocino: Coloque el tocino en una bandeja en una sola capa. Calentar en el horno durante 4-6 minutos.

 **Direcciones de microondas**
Cocine congelado.
Cocine todos los alimentos en Platos aptos para microondas.

Palitos de tostadas francesas Coloque en un plato con el glaseado hacia arriba. Calentar a máxima potencia durante 60 segundos.

Tocino: Coloque las tiras de tocino en una sola capa sobre un plato apto para microondas forrado con papel toalla. Caliente a temperatura alta durante 15-20 segundos.



POR FAVOR LEE

Lave todas las frutas antes de comerlas.

Retire todo el papel de aluminio antes de calentar en el microondas.

Los Sun Cups son 100% jugo de frutas. Beber dentro de las 2 horas o colocar en el refrigerador.

Mantenga la leche y el jugo fríos para obtener el mejor sabor.

USE TODOS LOS ARTÍCULOS ANTES DE SU FECHA DE VENCIMIENTO O DENTRO DE 5 DÍAS.

Los electrodomésticos varían, los tiempos de calentamiento que se dan son aproximados y pueden necesitar ser ajustado..

* Recomendar DESCONGELAR todos los alimentos del refrigerador.

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

