






# Menú sugerido para el almuerzo 9-12

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

<p>Cheesy Garlic French Bread Pizza with Marinara Sauce Pears Juice &amp; Milk</p> 	<p>Turkey and Cheese Nachos Corn &amp; Black Beans Fresh Fruit Juice &amp; Milk</p> 	<p>Breaded Chicken Leg and Soft Pretzel Baby Carrots Peach Cup <u>OR</u> Strawberry Cup Juice &amp; Milk</p> 	<p>Chicken Tenders with Texas Toast Caesar Salad Veggie Dippers Fresh Fruit Juice &amp; Milk</p> 	<p>Hamburger Seasoned Spiral Fries Peaches Juice &amp; Milk</p> 
--	---	---	--	---



## 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.



## Direcciones del Horno

Cocine desde congelado.  
Precaliente el horno a 375F.

**Filetes de pollo:** Coloque los filetes congelados en una sartén forrada y caliente durante 7-10 minutos. No apilar.

**Tostada de Texas:** Cocine la tostada de Texas durante 6-8 minutos o hasta que se caliente completa.

**Patatas fritas:** Esparza uniformemente en un molde para hornear poco profundo y hornee de 18 a 22 minutos. Gire la sartén a los 9 minutos para una cocción uniforme.



## Direcciones de microondas

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

**Filetes de pollo:** Caliente 3 filetes a temperatura alta durante 1-2 minutos. NO sobrecalentar. Deje reposar 1-2 minutos antes de servir.

**Tostada de Texas y batatas fritas:** Para obtener la mejor calidad, consulte las instrucciones del horno.



## 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

**ALÉRGICOS:** 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.


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

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


# Menú sugerido de desayuno

TODOS LOS ALIMENTOS ESTÁN PRE-COCINADOS.

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<b>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</b>				
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.

