



MENÚ DE CFISD CURBSIDE CONNECT e

INSTRUCCIONES PARA COCINAR

Las comidas deben de consumirse los días en los que se designan en el menú adjunto. Todos los alimentos están completamente cocinados, pero se distribuyen fríos. Lave las manzanas antes de consumirlas. Congele todo plato principal que no se consuma después de 48 horas.

Jueves 29 de abril	Viernes 30 de abril	Lunes 3 de mayo	Martes 4 de mayo	Miércoles 5 de mayo
Desayuno Granola Compota de manzana Pasas de uva Almuerzo Hamburguesa con queso Ensalada de maíz y frijol negro Manzana	Desayuno Bollo de canela Naranja Jugo de manzana Almuerzo Hot dog Ensalada mixta Pasas de uva Naranja	Desayuno Cereales Manzana Almuerzo Mini Corn dogs* Ensalada mixta Compota de manzana Pasas de uva	Desayuno Granola Naranja Jugo de manzana Almuerzo Bastones de pan rellenos de queso* Ensalada mixta Manzana	Desayuno Mini panqueques* Compota de manzana Pasas de uva Almuerzo Trozos de pollo* y bollo Ensalada mixta Manzana

Opción del menú	Alérgenos	Instrucciones para el almacenamiento y la preparación de las comidas
Bollo de canela	M, W, S	<u>Horno de microondas</u> : Desenvolver, colocar en un plato seguro para el microondas y cocinar por unos 20
Cereales y Granola	Ver el paquete	Guardar en un lugar fresco.
Mini panqueques *(congelar al recibirlos; cocinarlos congelados)	E, M, W	<u>Horno de microondas</u> : Abrir un lado de la bolsa, colocar en plato seguro para microondas y cocinar por unos 25 segundos aproximadamente.
Hamburguesa con queso	W, S	<u>Horno de microondas/Horno tostador</u> : Desenvolver, separar y colocar la carne en un plato seguro para el microondas. Calentar por 1 minuto o hasta que esté cocida. Agregar el queso. Calentar el pan en la tostadora,
Hot dog	M, W (La carne es de pavo)	<u>Horno de microondas/Horno tostador</u> : Desenvolver, separar y poner la salchicha en un plato seguro para el microondas. Calentar por 1 minuto o hasta que esté caliente. Calentar el pan en la tostadora, si lo desea.
Mini Corn dogs *(congelar al recibirlos; cocinarlos congelados)	E, W, S (La carne es de pollo)	Guardar en el refrigerador o en el congelador si no se consumirá dentro de 48 horas. <u>Horno de microondas</u> : Sacarlos de la caja y colocarlos en un plato seguro para el microondas. Congelados - Calentar por 60 segundos; Descongelados, por 30 segundos.
Trozos de pollo *(congelar al recibirlos; cocinarlos congelados)	M, W, S	<u>Horno de microondas</u> : Retirar de la caja, cocinar 5 piezas en temperatura alta por 1-1.5 minutos. Dejar enfriar.
Barritas de pan rellenas de queso *(congelar al recibirlos; cocinarlas congelados)	M, W	<u>Horno de microondas</u> : Retirar del empaque, colocar en plato seguro para microondas y calentar. Congelados 50 segundos, sin congelar 30 segundos. Dejar reposar antes de comer. <u>Horno tostador</u> : Rociar o untar con mantequilla. Calentar el horno a 400 grados. Calentar por 7-10 minutos agregar 2 minutos más si están congeladas.
Manzanas, pasas de uva y compo-		Guardar en un lugar fresco. Lavar las manzanas y quitarles las etiquetas antes de consumirlas.
Ensalada de maíz y frijol negro		Guardar en el refrigerador.
Ensalada mixta		Guardar en el refrigerador. La ensalada contiene 2 libras de lechuga romana + 1 pt de tomate grape. Sirva la ensalada con los tomates.
Bollo	M, W, E	Guardar en un lugar fresco.

Clave de alérgenos: Sh = Mariscos Crustáceos ; E = Huevo F = Pescado; M = Leche; P = Cacahuates/Nueces de árbol; S = Soya; W = Trigo/Gluten

NOTA: La lista estándar de alérgenos disponibles en la función Primero Edge "Alérgeno" se tomó de la Ley de Protección al Consumidor y Etiquetado de Alérgenos Alimentarios de 2004 (FALCPA) más la adición de gluten. Los alérgenos FALCPA incluyen: mariscos crustáceos, huevo, pescado, gluten, leche, cacahuates, soya, frutos secos y trigo.