

Nutrición de la escuela del condado de Hall: Guía de Calefacción/Almacén en Casa

Artículos para el desayuno

Artículos para el almuerzo

Almacenamiento a temperatura ambiente

Cereal, Poptart, barras de cereal, fruta entera, tazas de compota de manzana, pasas, craisins, jugo de fruta 100%

Almacenamiento a temperatura ambiente

Patatas fritas, fruta entera, tazas de compota de manzana, 100% jugo, pasas, arándanos secos, patatas para hornear

Refrigerator Storage

Palitos de queso, fruta entera cortada, leche

Refrigerator Storage

Palitos de queso, verduras cortadas, frijoles, fruta entera cortada, maíz, leche

Freezer Storage

Cinni Mini, Frudel, mini donas, mini panqueques, mini waffles, mini tostadas francesas, panecillos de desayuno, tazas de fruta congelada

Freezer Storage

Sándwiches incrustables (dejar a temperatura ambiente durante la noche para descongelar, comer dentro de 1 día), corndog, pizza, tazas de fruta congelada, papas fritas congeladas/tater tots, hot dogs productos de pollo

Instrucciones de Cocina

Cinni Mini, Frudel, mini panqueques, mini waffles, mini tostadas francesas, panecillos para el desayuno - Descongélalos a temperatura ambiente durante la noche y consúmalos en 1 ó 2 días; O caliéntelos en un paquete de plástico en un horno de 350F durante 7 u 8 minutos en un molde.

Corndog: Cocinar desde el congelado. Precalentar el horno a 375F. Retire cualquier envoltura plástica o empaque de la salchicha antes de poner el producto en una bandeja de hornear y en el horno. Coloque el perrito en una bandeja de hornear. Cocine por 25 minutos.

Pizza: Cocinar desde el congelador. Precalentar el horno a 350F. Retire cualquier envoltura plástica o embalaje de la pizza antes de poner el producto en el horno. Coloque la pizza en una bandeja de hornear. Cocine por 10-15 minutos o hasta que el queso se derrita y los bordes de la corteza se doren.

Pollo Tierno: Producto bruto. Sacar del embalaje. Hornee en el horno 375F durante 15-18 minutos en una bandeja de hornear. El pollo debe alcanzar una temperatura interna de por lo menos 165F.

Nuggets de pollo: Sacar del embalaje. Cocinarlos desde el congelador. Precalentar el horno a 325F. Quitar cualquier envoltura plástica o embalaje de los nuggets antes de extenderlos en una bandeja de hornear de manera uniforme. Hornee durante 14-16 minutos.

Sándwich de pollo: Producto bruto. Quitar del envase. Cuézalo del congelado. Precalentar el horno a 375. Colóquelo en una bandeja de hornear y hornee durante 14-16 minutos. Girar el molde después de 6 minutos. La temperatura interna debe ser de 165F o más alta.

Pan francés con queso: Quitar del envase. Cuézalo del congelado. Precalentar el horno a 350F. Colóquelo en una bandeja de hornear y hornee de 7 a 10 minutos, o hasta que el queso se derrita y el pan se dore.

Mordeduras de pollo (búfalo [producto bruto] y asiático): Sacar del envase. Cuézalos de los congelados. Precalentar el horno a 375. Quitar cualquier envoltorio plástico o embalaje de las mordeduras antes de extenderlas en una bandeja de hornear de manera uniforme. Hornee durante 12-14 minutos. Voltar los bocados en la bandeja después de 6 minutos.

Palitos de mozzarella empanizados: Sacar del envase. Cuézalos de los congelados. Precalentar el horno a 350F. Colóquelo en una bandeja de hornear y hornee de 3 a 5 minutos. Dejar reposar durante 1-2 minutos después de hornear - ¡el queso estará caliente!

Hamburguesa: Sacar del envase. Cuézala del congelado. Precalentar el horno a 350F. Coloca la hamburguesa en una bandeja de hornear y hornea por 15 minutos, o alcanza una temperatura interna de 165F o más. El bollo puede descongelarse a temperatura ambiente.

Hot Dog: Quitar del envase. Caliéntelo en el horno 350F durante 8 minutos, luego gírelo con TONGS y caliéntelo durante otros 8 minutos.

Tater Tots: Quitar del embalaje. Caliéntelo a 450F durante 10-15 minutos en una bandeja.

Wedge Fries: Sacar del envase. Hornee a 425F durante 15 minutos en una bandeja.

Patata para hornear: Instrucciones para el microondas: Perforar 3-4 veces con un tenedor. Calentar en el microondas durante 5 minutos, luego usar TONGAS para voltear la patata y calentar durante otros 3 minutos. Instrucciones para el horno: Perforar 3-4 veces y calentar en un horno de 400F durante 40-50 minutos en una bandeja de hornear.

Monedas de maíz/zanahoria/brócoli: Sacar del embalaje. Cocinar desde el congelador. Instrucciones de la estufa: En una cacerola, agregar 2 cucharadas de agua por cada porción de maíz y calentar durante 5-10 minutos. Instrucciones para el microondas: En un recipiente para microondas, añadir 2 cucharadas de agua por cada porción de maíz y calentar durante 1 minuto.

Frijoles horneados/pintas/verdes: Sacar del envase. En un recipiente apto para microondas, calentar durante 1 minuto.