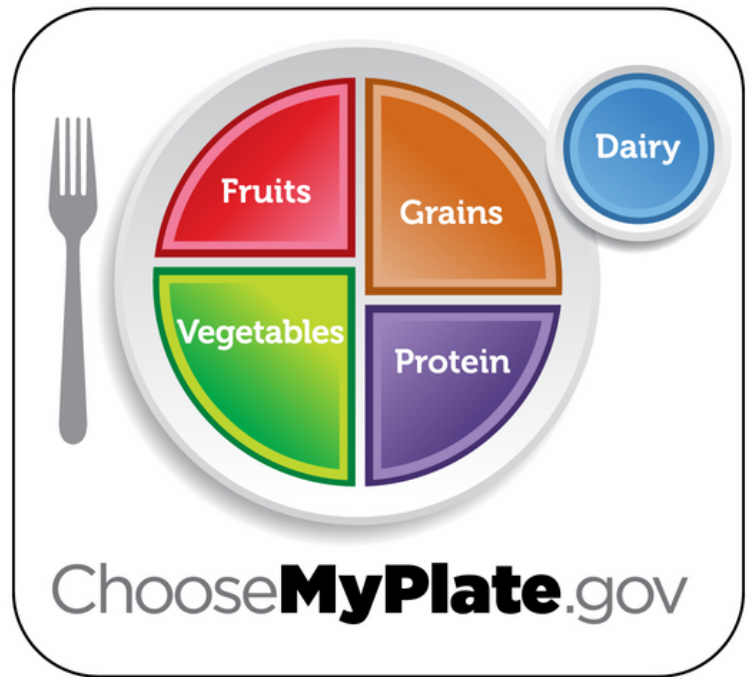


Virtual Learning Meal Pack

Paquete de comida de aprendizaje virtual

Each meal pack contains food items for 5 breakfasts and 5 lunches.

Cada paquete de comida contiene alimentos para cinco desayunos y cinco almuerzos.



Most entrees will have both a grain and a protein, like a hamburger patty on a bun.

La mayoría de los platos tendrán tanto un grano como una proteína, como una hamburguesa en un pan.



Try to fill half your plate with fruits & veggies!

Intenta llenar la mitad de tu plato con frutas y verduras!



Aim for 1 cup of milk with each meal.

Apunte a una taza de leche con cada comida.



Food Safety

Seguridad alimenticia



FROZEN FOODS: Store in freezer immediately

ALIMENTOS CONGELADOS: *Ponga en el congelador inmediatamente*



COLD FOODS: Store in refrigerator immediately

Wash all fruits and vegetables before serving

ALIMENTOS FRIOS: *Ponga en el refrigerador inmediatamente*

Lave todas las frutas y verduras antes de servir



PANTRY FOODS: Store in a cool, dry place

ALIMENTOS DE DESPENSA: *Ponga en un lugar fresco y seco*

Heating Instructions

Instrucciones de calentamiento

Remove packaging. Microwave or heat in oven until piping hot (165°F).

Use caution when handling hot food. Enjoy. Discard any leftovers.

Retire del paquete. Calentar en el microondas o el horno hasta que este bien caliente (165°F).

Tenga cuidado cuando este controlando comidas calientes. Deseche la comida que sobre.

To view the menu and detailed heating instructions, please visit our website

Para ver el menú y las instrucciones detalladas de calefacción, visite nuestro sitio web

www.murrietaschoolnutrition.com



Follow us @
MurrietaSchoolNutrition

