

P26691V1

OVEN-READY • PRE-COOKED BREADED WHOLE GRAIN POLLOCK

3.6 OUNCE SANDWICH PORTIONS
LISTO PARA HORNEAR • PRECOCIDO •
ABADEJO INTEGRAL EMPANIZADO •
PORCIONES PARA SANDWICH DE 3.6 ONZAS

CN	One 3.60 oz Prefried Whole Grain Breaded Fish Portion provides 2.00 oz equivalent meat and 1.00 oz equivalent grains for Child Nutrition Meal Pattern Requirements. (Use of this logo and statement authorized by Food and Nutrition Service, USDA 06/13.)	CN	087788
CN	Una porción de pescado empanizado integral prefrito de 3.60 oz suministra 2.00 oz equivalentes de carne y 1.00 oz equivalente de granos según los requisitos del patrón de alimentos para la nutrición infantil. (El uso de este logotipo y de la declaración está autorizado por el Servicio de Alimentos y Nutrición, USDA 06/13.)	CN	087788

1 - 10 LB BAG
NET WT/PESO NETO
10 LB (4.54 kg)



EST. No. 045

KEEP FROZEN/CONSERVESE CONGELADO

Nutrition Facts/Datos Nutricionales

Serving Size/Tamaño de porción 1 portion/1 porción (101g)		Servings Per Containier/Portciones por recipiente About/Aprox. 44	
Amount Per Serving/Cantidad por porción			
Calories/Calorías 180			
Calories from Fat/Calorías de grasa 60			
	% Daily Value* % de valor diario*		
Total Fat/Grasa total 7g	11 %		
Saturated Fat/Grasa saturada 1g	5 %		
Trans Fat/Grasa trans 0g			
Cholesterol/Colesterol 50mg	17 %		
Total Carbohydrate/Carbhidrato total 16g	5 %		
Dietary Fiber/Fibra dietética 2g	8 %		
Sugars/Azúcares 1g			
Protein/Proteína 14g			
Vitamin/Vitamina A 0%	•	Vitamin/Vitamina C 0%	
Calcium/Calcio 2%	•	Iron/Hierro 4%	

Total Fat/Grasa total	Calories/Calorías:	2,000	2,300
Saturated Fat/Grasa saturada	Less than/Menos de	20g	25g
Cholesterol/Colesterol	Less than/Menos de	300mg	300mg
Sodium/Sodio	Less than/Menos de	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate/Carbhidrato total	Less than/Menos de	30g	37.5g
Dietary Fiber/Fibra dietética		2g	3g

*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.
*Porcentajes de valores diarios basados en una dieta de 2,000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades de calorías.

INGREDIENTES:
POLLOCK; 28.7% BATTER AND BREADING; WHEAT FLOUR, WATER, MODIFIED CORN STARCH, WHOLE WHEAT FLOUR, CORNMEAL, CONTAINS 2% OR LESS OF: ENRICHED WHEAT FLOUR, YEAST, NIACIN, FERROUS SULFATE, THIAMINE MONONITRATE, RIBOFLAVIN, FOLIC ACID, SUGAR, YEAST, GARLIC POWDER, ONION POWDER, SALT, SPICES, CORN SYRUP SOLIDS, LEAVENING (SODIUM BICARBONATE, SODIUM ALUMINUM PHOSPHATE), CONCENTRATED LEMON JUICE, NATURAL FLAVOR, CITRIC ACID, PREFRIED IN CANOLA, COTTONSEED, AND/OR SOYBEAN OIL, CONTAINS: FISH POLLOCK, WHEAT

INGREDIENTES:
71.3% DE ABADEJO DE ALASKA, 28.7% DE REBOZO Y EMPANIZADO; HARINA DE TRIGO INTEGRAL, AGUA, ALMIDÓN DE MAÍZ MODIFICADO, MAÍZ AMARILLO INTEGRAL, CONTIENE 2% O MENOS DE: HARINA DE TRIGO ENRIQUECIDO (TRIGO, NIACINA, SULFATO FERROSO, MONONITRATO DE TIAMINA, RIBOFLAVINA, ÁCIDO FOLICO), AZÚCAR, LEVADURA, AJO EN POLVO, CEBOLLO EN POLVO, SALSAS CONDENSADAS DE TOMATE, MAÍZ FERROSO SULFADO, SODIO BICARBONATO, SODIO ALUMINUM FOSFATO, JUGO DE LIMÓN CONCENTRADO, SABOR NATURAL, ÁCIDO CÍTRICO, PREFRITO EN ACEITE DE CANOLA, DE SEMILLA DE ALGODÓN O DE SOYA, CONTIENE: PESCADO (ABADEJO), TRIGO

PREPARATION INSTRUCCIONES:

Keep frozen until ready to use. Do not refreeze.

CONVECTION OVEN:

Preheat oven to 425°F. Place frozen fish in a single layer on a nonstick baking sheet, then place on center rack in oven. Bake for 17-20 minutes.

CONVENTIONAL OVEN:

Preheat oven to 450°F. Place frozen fish in a single layer on a nonstick baking sheet, then place on center rack in oven. Bake for 20-25 minutes.

NOTE: Appliances vary, adjust accordingly. Product must be cooked to an internal temperature of 165°F as measured by a thermometer.

INSTRUCCIONES DE PREPARACION:

Manténgalo congelado hasta que esté listo para usarlo. No lo vuelva a congelar.

HORNO DE CONVECCION:

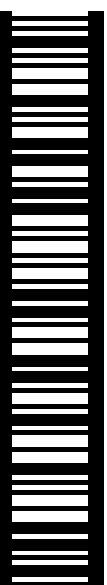
Precaliente el horno a 425°F. Coloque el pescado congelado en una sola capa en una bandeja para hornear antiahdherente y luego coloque sobre la parrilla intermedia del horno. Hornee de 17 a 20 minutos.

HORNO CONVENCIONAL:

Precaliente el horno a 450°F. Coloque el pescado congelado en una sola capa en una bandeja para hornear antiahdherente y luego coloque sobre la parrilla intermedia del horno. Hornee de 20 a 25 minutos.

NOTA: Los electrodomésticos varían, ajuste según corresponda. El producto debe cocinarse a una temperatura interna de 165°F según lo mida un termómetro.

Reorder No. **501262**
No. de Reorden



100 93901 68860 3

1A0713

ADDITIONAL INFORMATION
IS AVAILABLE BY CALLING
GFS CUSTOMER SERVICE
800-968-6474
www.gfs.com