OVEN-READY • PRE-COOKED

WHOLE GRAIN BREADED FISH STICKS

1 OUNCE FISH STICKS

LISTOS PARA HORNEAR • PALITOS DE BACALAO EMPANIZADOS INTEGRALES, PRECOCIDOS PALITOS DE PESCADO DE 1 ONZA

P26697V1

CN 087792

Four 1.00 oz Prefried Whole Grain Breaded Fish Sticks provide 2.00 oz equivalent meat and 1.50 oz equivalent grains for Child Nutrition Meal Pattern Requirements. (Use of this logo and statement authorized by the Food and Nutrition Service, USDA 06/13.)

CN 087792

Cuatro palitos de pescado empanizados integrales prefritos de 1.00 oz suministran 2.00 oz equivalentes de carne y 1.50 oz equivalentes 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.)

2 - 5 LB BAGS
NET WT/PESO NETO
10 LB (4.54 kg)

USDC Processed Under Federal Inspection

EST. No. 045

1A0713

KEEP FROZEN/CONSÉRVESE CONGELADO

Nutrition Facts/Datos Nutricionales

Serving Size/Tamaño de porción 4 sticks/4 palitos (112g)
Servings Per Container/Porciones por recipiente About/Aprox. 40

Amount Per Serving/Cantidad por porción	% Daily Value*/% de valor diario*
Calories/Calorías 200	
Calories from Fat/Calorías de grasa 60	
Total Fat/Grasa total 6g	**9**%
Saturated Fat/Grasa saturada 1g	**5**%
Trans Fat/Grasa *trans* 0g	
Cholesterol/Colesterol 30mg	**10**%
Sodium/Sodio 220mg	**9**%
Total Carbohydrate/Carbohidrato total 20g	**7**%
Dietary Fiber/Fibra dietética 2g	**8**%
Sugars/Azúcares 1g	
Protein/Proteína 15g	
Vitamin/Vitamina A 0% • Vitamin/Vitamina C 2%	
Calcium/Calcio 2% • Iron/Hierro 6%	

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

*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:

Calories/Calorías:	2,000	2,500
Total Fat/Grasa total	Less than/Menos de	65g	80g
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/Carbohidrato total		300g	375g
Dietary Fiber/Fibra dietética		25g	30g

INGREDIENTS:
64.2% COD; 35.8% BATTER AND BREADING; WHOLE WHEAT FLOUR, WATER, MODIFIED CORN STARCH, WHOLE YELLOW CORN MEAL, CONTAINS 2% OR LESS OF: ENRICHED WHEAT FLOUR (FLOUR, 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 (COD), WHEAT

INGREDIENTES:
64.2% DE BACALAO; 35.8% DE REBOZO Y EMPANIZADO; HARINA DE TRIGO INTEGRAL, AGUA, ALMIDÓN DE MAÍZ MODIFICADO, MAÍZ AMARILLO INTEGRAL, CONTIENE 2% O MENOS DE: HARINA DE TRIGO ENRIQUECIDA (HARINA, NIACINA, SULFATO FERROSO, MONONITRATO DE TIAMINA, RIBOFLAVINA, ÁCIDO FÓLICO), AZÚCAR, LEVADURA, AJO EN POLVO, CEBOLLA EN POLVO, SAL, ESPECIAS, SÓLIDOS DE JARABE DE MAÍZ, FERMENTO (BICARBONATO DE SODIO, FOSFATO ALUMÍNICO DE SODIO), JUGO DE LIMÓN CONCENTRADO, SABOR NATURAL, ÁCIDO CÍTRICO. PREFRITOS EN ACEITE DE CANOLA, DE SEMILLA DE ALGODÓN O DE SOYA.
CONTIENE: PESCADO (BACALAO), TRIGO

PREPARATION INSTRUCTIONS:
Keep frozen until ready to use. Do not refreeze.
CONVECTION OVEN:
Preheat oven to 375°F. Place frozen fish in a single layer on a nonstick baking sheet, then place on center rack in oven. Bake for 10-12 minutes, turning fish halfway through cooking.
CONVENTIONAL 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 14-16 minutes, turning fish halfway through cooking.
NOTE: Appliances vary, adjust accordingly. Product must be cooked to an internal temperature of 165°F as measured by a thermometer.

INSTRUCCIONES DE PREPARACIÓN:
Manténgalo congelado hasta que esté listo para usarlo. No lo vuelva a congelar.
HORNO DE CONVECCIÓN:
Precaliente el horno a 375°F. Coloque el pescado congelado en una sola capa en una bandeja para hornear antiadherente y luego coloque sobre la parrilla intermedia del horno. Hornee de 10 a 12 minutos, dando vuelta al pescado a la mitad del tiempo de cocción.
HORNO CONVENCIONAL:
Precaliente el horno a 425°F. Coloque el pescado congelado en una sola capa en una bandeja para hornear antiadherente y luego coloque sobre la parrilla intermedia del horno. Hornee de 14 a 16 minutos, dando vuelta al pescado a la mitad del tiempo de cocción.
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.
No. de Reorden **509710**

100 93901 75165 9