100227729

800
91040

OVEN-READY • PRECOOKED

BREADED COD

3.0 OUNCE SANDWICH PORTIONS

PRECOCIDO • LISTO PARA HORNEAR

BACALAO EMPANIZADO • PORCIONES PARA SÁNDWICH DE 3.0 ONZAS

P22729v3

NET WT/PESO NETO
10 LB (4.54 kg)

USDC
Processed Under Federal Inspection
™

KEEP FROZEN/CONSÉRVESE CONGELADO

Nutrition Facts/Datos Nutricionales

Serving Size/Tamaño de porción 1 portion/1 porción (84g)
Servings Per Container/Porciones por recipiente About/Aprox. 53

Amount Per Serving/Cantidad por porción	
Calories/Calorías 200	
Calories from Fat/Calorías de grasa 80	
	% Daily Value*/% de valor diario*
Total Fat/Grasa total 9g	**14%**
Saturated Fat/Grasa saturada 1.5g	**8%**
Trans Fat/Grasa *trans* 0g	
Cholesterol/Colesterol 15mg	**5%**
Sodium/Sodio 310mg	**13%**
Total Carbohydrate/Carbohidrato total 20g	**7%**
Dietary Fiber/Fibra dietética 1g	**4%**
Sugars/Azúcares 0g	
Protein/Proteína 10g	

Vitamin/Vitamina A 0% •	Vitamin/Vitamina C 2%
Calcium/Calcio 0% •	Iron/Hierro 6%

1C0212

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:
COD, ENRICHED WHEAT FLOUR (FLOUR, NIACIN, REDUCED IRON, THIAMINE MONONITRATE, RIBOFLAVIN, FOLIC ACID), WATER, ENRICHED YELLOW CORN FLOUR (CORN FLOUR, NIACIN, REDUCED IRON, THIAMINE MONONITRATE, RIBOFLAVIN, FOLIC ACID), CORN STARCH, SALT, MODIFIED CORN STARCH, DEXTROSE, DRIED YEAST, CELLULOSE GUM, LEAVENING (SODIUM BICARBONATE, SODIUM ACID PYROPHOSPHATE, MONOCALCIUM PHOSPHATE), IODIZED SALT, COLORED WITH OLEORESIN PAPRIKA AND ANNATTO EXTRACT, NATURAL FLAVOR, SPICE EXTRACTIVE. FRIED IN SOYBEAN OIL.
CONTAINS: FISH (COD), WHEAT.

INGREDIENTES:
BACALAO, HARINA DE TRIGO ENRIQUECIDA (HARINA, NIACINA, HIERRO REDUCIDO, MONONITRATO DE TIAMINA, RIBOFLAVINA, ÁCIDO FÓLICO), AGUA, HARINA DE MAÍZ AMARILLO ENRIQUECIDA (HARINA DE MAÍZ, NIACINA, HIERRO REDUCIDO, MONONITRATO DE TIAMINA, RIBOFLAVINA, ÁCIDO FÓLICO), ALMIDÓN DE MAÍZ, SAL, ALMIDON DE MAÍZ MODIFICADO, DEXTROSA, LEVADURA DESHIDRATADA, GOMA DE CELULOSA, FERMENTO (BICARBONATO DE SODIO, PIROFOSFATO ACIDO DE SODIO, FOSFATO MONOCALCICO), SAL YODADA, COLOREADO CON OLEORESINA DE PAPRIKA Y EXTRACTO DE ANATO, SABOR NATURAL, EXTRACTO DE ESPECIAS. FRITO EN ACEITE DE SOYA.
CONTIENE: PESCADO (BACALAO), TRIGO.

HEATING INSTRUCTIONS:
For best results, cook from frozen.

CONVENTIONAL OVEN:
Preheat oven to 425°F. Place frozen cod in oven, and bake for approximately 20 minutes.

CONVECTION OVEN:
Preheat oven to 400°F. Place frozen cod in oven, and bake for approximately 15 minutes.

NOTE: Appliances vary, adjust accordingly.

INSTRUCCIONES PARA CALENTAR:
Para obtener los mejores resultados, cocínelo cuando esté congelado.

HORNO CONVENCIONAL:
Precaliente el horno a 425 °F. Coloque el bacalao congelado en el horno y hornee aproximadamente 20 minutos.

HORNO DE CONVECCIÓN:
Precaliente el horno a 400 °F. Coloque el bacalao congelado en el horno y hornee aproximadamente 15 minutos.

NOTA: Los electrodomésticos varían, ajuste según corresponda.

Reorder No.
No. de Reorden **842621**

000 93901 84262 6

1 = 1.5 meat, 0 grain