C-FB ISD GRAB AND GO MEALS NOTIFICATION

Dear C-FB ISD Parents and Guardians,
Thank you for participating in C-FB ISD's Grab and Go meals. We are excited to provide you with a week of meals on one day per week to decrease student and staff exposure to the virus.

This meal package box contains enough items to build five (5) breakfast meals and five (5) lunch meals to replace the meals typically provided to students during school operation for your child under the age of 18 or those over the age of 18 with qualifying disabilities. We suggest that you assist your child(ren) in building well-balanced breakfast and lunch meals by including the daily quantity of items per meal.

	Daily Quantity	Item
Breakfast	*1 – Grain (or Grain/Meat) Product*	**Pancakes, Waffles,** Cereal, and **Mini Cinni**
	2 - Fruit Servings	Orange or Apple Juice
		Peach or Pear cup, Applesauce Pouch, Fruit Cup or Slush, Craisins or Raisins
	1 – Cup of Milk	**Milk**
Lunch	*1 – Entrée (Protein & Grain)*	**Chicken Nuggets/ Drumstick or Beef Fingers w/ Garlic Knot or Dinner Roll, Pizza, and Cheese Enchiladas**
	1 – Cup Vegetable Servings	**Broccoli**, **Carrots**, **Corn, Peas**, Marinara Cup, **Vegetable Juice, Edamame, and Curly Fries.**
	1 - Fruit Serving	**Peach or Pear cup, Applesauce Pouch, Fruit Cup or Slush**, Craisins or Raisins.
	1 – Cup of Milk	**Milk**
MENU ITEMS SUBJECT TO CHANGE BASED ON AVAILABILITY OF SUPPLIES		

PLEASE NOTE: *It is imperative that the household eat, freeze or refrigerate **the potentially hazardous food items that are in bold letters** within four (4) hours of receiving the meals.*

We hope that your child enjoys these meals and that you and your families stay safe during this closure.
Thank you,
CFBISD Student Nutrition Department

This institution is an equal opportunity provider.

COMIDAS PARA LLEVAR EN C-FB ISD AVISO

Estimados padres y tutores de C-FB ISD,
Gracias por participar en el Programa de Comidas para Llevar de C-FB ISD. Nos encanta poderles proporcionar una semana entera de comidas en un solo viaje semanal; así reducimos la posibilidad de contagio del virus.

Esta caja de comida contiene lo suficiente para cinco (5) desayunos y cinco (5) comidas que reemplazan las comidas que típicamente se sirven en las escuelas para niños de 18 años de edad y menores, o para jóvenes de más de 18 años de edad con ciertas discapacidades. Sugerimos que ayuden a su hijo(a) a armar comidas nutritivas para el desayuno y la comida que incluyan la porción diaria de productos alimenticios para cada comida.

	Cantidad Diaria	Producto alimenticio
Desayuno	*1 – Granos (o Grano/Proteína)*	**Pancakes, waffles,** cereal, **mini cinni**
	2 – porciones de fruta	Jugo de naranaja o manzana
		Copa de durazno o pera, puré de manzana, **copa o granizado de fruta,** craisins o pasitas
	1 – Taza de leche	**Leche**
Comida	*1 – Entrada (Proteína & Grano)*	**nuggets/tiritas/muslo de pollo o palitos de carne y panecillo o nudo de ajo, pizza, o enchiladas de queso.**
	1 – Taza (porción) de verduras	**Brócoli, zanahorias**, taza de marinara, **jugo de verdura, edamame Y Curly Fries.**
	1 – Porción de fruta	**Copa de durazno o pera**, puré de manzana, **copa o granizado de fruta,** craisins o pasitas.
	1 – Taza de leche	**Leche**
LAS SELECCIONES DEL MENÚ ESTÁN SUJETAS A CAMBIOS EN BASE A SU DISPONIBILIDAD		

AVISO: *Es de suma importancia que se coman, se congelen o que se refrigeren **los productos alimenticios en negrita que pueden ser nocivos para la salud,** en un plazo de cuatro (4) horas después de haberlos recibido.*

Esperamos que su hijo(a) disfrute de esta comida y que usted y su familia se mantengan seguros durante esta época.
Gracias
Departamento de Nutrición Estudiantil de CFBISD

Esta institución es proveedor que ofrece igualdad de oportunidad

Carrollton-Farmers Branch ISD Student Nutrition Services Curbside Meal Pickup – Cooking Instructions
Servicios de Nutrición Estudiantil de Carrollton-Farmers Branch ISD - Comida para recoger – Preparación

Store all products in refrigerator or freezer (below 41°F) until ready to consume. Follow instructions below and adjust cooking times as needed. Discard any product that is not consumed within 4 hours after heating. Refrigerar o congelar (a temperatura de menos de 41°F) todos los productos alimenticios hasta que se consuman. Seguir las indicaciones a continuación y ajustar el tiempo de cocción según se necesite. Descartar cualquier producto que no se consuma 4 horas después de calentarse.

Breakfast / Desayuno			
Products / Productos:	**Allergy Info / Alérgenos:**	**Preparation Instructions:**	**Preparación:**
Mini Pancakes / Pancakes mini:	*Contains Egg, Milk, and Wheat.* *Contienen huevos, leche y trigo.*	1. Preheat oven to 350°F 2. Place pouch flat on a baking sheet 3. Heat for 13-15 minutes to an internal temperature of 165°F.	1. Precalentar horno a 350°F 2. Colocar la bolsita extendida en una hoja de hornear 3. Calentar 13-15 minutos a una temperatura interna de 165°F.
Mini Waffles / Wafle mini:	*Contains Egg, Milk, Soy, and Wheat.* *Contienen huevo, leche de soja y trigo.*		
Mini Cinnis / **Mini Cinnis:**	*Contains Milk and Wheat.* *Contienen leche y trigo.*	1. Preheat oven to 350°F 2. Place pouch flat on a baking sheet 3. Heat for 10-12 minutes to an internal temperature of 165°F.	1. Precalentar horno a 350°F 2. Colocar la bolsita extendida en una hoja de hornear. 3. Calentar 10-12 minutos a una temperatura interna de 165°F.
Lunch / Almuerzo			
Products / Productos:	**Allergy Info / Alérgenos:**	**Preparation Instructions:**	**Preparación:**
Cheese Enchiladas / **Enchiladas de Queso**	*Contains Milk.* *Contiene leche.*	1. Preheat oven to 300°F. 2. Spray baking sheet with pan spray. 3. Place enchiladas on baking sheet. 4. Heat in oven for 20-25 min to an internal temperature of 160°F.	1. Precaliente el horno a 300 ° F. 2. Rocíe una bandeja para hornear con aceite en aerosol. 3. Coloque las enchiladas en una bandeja para hornear. 4. Caliente en el horno durante 20-25 minutos a una temperatura interna de 160 ° F.
Chicken Nuggets / Nuggets de pollo:	*Contains Soy and Wheat.* *Contienen soja y trigo.*	1. Preheat oven to 375°F 2. Remove from package and place frozen chicken nuggets in a single layer on baking sheet 3. Heat for 8-10 minutes to an internal temperature of 165°F.	1. Precalentar horno a 375°F 2. Sacar de la envoltura y colocar los nuggets de pollo congelados en una hoja de hornear en una sola capa. 3. Calentar 8-10 minutos a una temperatura interna de 165°F.
Chicken Drumstick / Muslo de pollo:	*Contains Wheat.* *Contienen trigo.*	1. Preheat oven to 375°F. 2. Place drumstick in a single layer on a baking sheet. 3. Heat for 35-40 minutes to an internal temperature of 165°F.	1. Precalentar horno a 375°F 2. Colocar el muslo de pollo congelados en una hoja de hornear en una sola capa. 3. Calentar 35-40 minutos a una temperatura interna de 165°F.
Beef Fingers / Palitos de carne:	*Contains Milk, Soy, and Wheat.* *Contiene leche, soja y trigo.*	1. Preheat oven to 375°F 2. Remove from package and place frozen beef fingers in a single layer on baking sheet 3. Heat for 10-15 minutes to an internal temperature of 165°F.	1. Precalentar horno a 375°F 2. Sacar de la envoltura y colocar los palitos de carne congelados en una hoja de hornear en una sola capa. 3. Calentar 10-15 minutos a una temperatura interna de165°F.
Dinner Roll / Panecillo:	*Contains Wheat.* *Contienen trigo.*	1. Preheat oven to 375°F. 2. Place roll in a single layer on baking sheet 3. Heat 3-5 minutes to an internal temperature of 165°F.	1. Precalentar horno a 375°F 2. Colocar el panecillo en una hoja de hornear en una sola capa. 3. Calentar 3-5 minutos a una temperatura interna de 165°F.
Garlic Knot / Nudo de ajo:	*Contains Milk, Soy, and Wheat.* *Contiene leche, soja y trigo.*	1. Preheat oven to 375°F. 2. Place frozen garlic knot in a single layer on baking sheet 3. Heat 7-9 minutes to an internal temperature of 165°F.	1. Precalentar horno a 375°F 2. Colocar el nudo de ajo en una hoja de hornear en una sola capa. 3. Calentar 7-9 minutos a una temperatura interna de 165°F.
Corn Dogs / Corn Dogs:	*Contains Egg, Soy, and Wheat.* *Contienen huevo, soja y trigo.*	1. Thaw frozen corndog in refrigerator to thaw overnight 2. Preheat oven to 350°F 3. Remove from package and place thawed corndog in a single layer on baking sheet. 4. Cook thawed corndog for 14-17 minutes.	1. Descongelar el paquete de corndogs congelados en el refrigerador durante la noche 2. Precalentar horno a 350°F 3. Sacar de la envoltura y colocar el corndog descongelado en un hoja de hornear. 4. Calentar 14-17 minutos.
Pepperoni Individual Pizza / **Pizza individual de pepperoni:**	*Contains Milk, Soy, and Wheat.* *Contiene leche, soja y trigo.*	1. Preheat oven to 400°F 2. Remove from package and place pizza on lightly greased baking sheet	1. Precalentar horno a 400°F 2. Sacar de la envoltura y colocar la pizza en una hoja de hornear ligeramente engrasada

		3. Heat for 27-29 minutes to an internal temperature of 165°F.	3. Calentar 27-29 minutos a una temperatura interna de 165°F.
Pepperoni Calzone / **Pepperoni calzone:**	*Contains Milk, Soy, and Wheat.* *Contiene leche, soja y trigo.*	1. Preheat oven to 375°F. 2. Place frozen calzone on baking sheet 3. Heat 12-14 minutes to an internal temperature of 165°F.	1. Precalentar horno a 375°F 2. Colocar el calzone congelado en una sola capa. 3. Calentar 12-14 minutos a una temperatura interna de 165°F.