

Food Handling & Preparation Instruction

Not all items shown below are served each week.

Look for the Weekly Menu on the Arlington ISD Website.

Refrigerator Items:

Place items into refrigerator immediately, at 41°F or below, until ready to consume.

Discard all perishable food items that have been left out longer than 2 hours.

Fresh Vegetables **Fresh Fruit**
Cheese Sticks **Pickles**
Fruit Juice **Milk**

Hamburger Bun – *Suggested Preparation: Heat hamburger bun for 30 seconds in the microwave before you build your hamburger.*

Refrigeration Not Needed Items:

Breakfast Cereal **Salsa & Marinara Cups**
Condiments **Fresh Fruit - Wash whole fruit before eating**

Frozen Items:

Place items into freezer immediately until ready to consume.

Discard all perishable food items that have been left out longer than 2 hours.

When cooking item(s) contents will be hot. Children should be supervised.

Styrofoam container and plastic bags are not suitable for microwave or oven.

FROZEN BREAKFAST ITEMS

Recipe Name	Preparation Instructions - MICROWAVE
Cinnamon French Toast Breakfast Burrito	1. Place frozen item(s) in its microwave-safe pouch on a microwave-safe dish. 2. Heat on HIGH for 90 seconds. Let rest for 1 minute.
French Toast Sticks Dutch Waffle Eggstravaganza Little Smokies Scrambled Eggs Pancakes Pancake Wrap Sausage Roll	1. Place frozen item(s) on a microwave-safe dish. 2. Heat on HIGH for 90 seconds. Let rest for 1 minute.
Sausage Turkey Patty	1. Place frozen item(s) on a microwave-safe dish. 2. Heat on HIGH for 60 seconds. Let rest for 1 minute.
Recipe Name	Preparation Instructions - OVEN
Breakfast Pizza	1. Preheat oven to 400 °F. 2. Place frozen pizza on sheet pan. 3. Bake for 20-25 minutes.
Recipe Name	Preparation Instructions - THAW & SERVE
Breakfast Bread Cinnamon Roll Muffin - Blueberry & Chocolate Panini Toast Fruit Cup - Peach, Apple & Strawberry	1. Place item(s) in refrigerator, at 41°F or below, overnight to thaw. 2. Thawed item(s) must be consumed within 3 days. <i>Suggested Preparation:</i> <ul style="list-style-type: none"> For the cinnamon roll, breakfast bread and muffin place item(s) in microwave for 30 seconds to warm before you eat. For the panini bread try placing in the toaster on medium before eating to warm and crisp item.

FROZEN LUNCH ITEMS

Recipe Name	Preparation Instructions - MICROWAVE
Steak Fingers Hamburger Patty	1. Empty frozen item(s) into microwave-safe dish. 2. Heat on HIGH for 2 – 4 minutes. Let rest for 1 minute.
Chicken Tamales	1. Wrap frozen tamales in wet paper towel. 2. Heat on HIGH for 2 ½ minutes. 3. Flip tamales over. Heat on HIGH for 1 minute. Let rest for 1 minute.
Chicken Alfredo Baked Ziti Mac n Cheese Spaghetti w/ Meat Sauce Orange Chicken Seasoned Rice	1. Empty frozen item(s) into microwave-safe dish. 2. Heat on HIGH 2 1/2 minutes. 3. Stir contents. 4. Heat on HIGH for 1 minute. Let rest for 1 minute.
Sonoma Blend Cooked Carrots Steamed Broccoli	1. Empty frozen vegetables into microwave-safe dish. 2. Heat on HIGH 3 – 4 minutes. Let rest for 1 minute.
Refried Beans Mashed Potatoes Green Beans Black Beans Pinto Beans Baked Beans	1. Place item(s) in refrigerator, at 41°F or below, overnight to thaw. 2. Thawed item(s) must be consumed within 3 days. 3. Empty vegetables into microwave-safe dish. 4. Heat on HIGH 2 – 3 minutes. Let rest for 1 minute.
Recipe Name	Preparation Instructions - OVEN
Breaded Chicken Drumsticks	1. Preheat oven to 375 °F. 2. Place frozen drumsticks on sheet pan. 3. Bake for 35 - 40 minutes.
Cheese Pizza w/ Pepperoni Slices Fiestada Pizza	1. Preheat oven to 400 °F. 2. Place frozen pizza on sheet pan. ADD pepperoni slices on top of cheese pizza to make it a pepperoni pizza. 3. Bake for 24 – 26 minutes.
Cheese Quesadilla Dippers	1. Preheat oven to 450 °F. 2. Place frozen quesadilla on baking sheet. 3. Bake for 15 – 20 minutes.
Cheese Stuffed Bread Sticks	1. Preheat oven to 350 °F. 2. Place frozen breadsticks on sheet pan. 3. Bake for 26-28 minutes.
Chicken Tenders	1. Preheat oven to 400 °F. 2. Place frozen strips on baking sheet. 3. Bake for 11-13 minutes.
Sweet Potato Fries Oven Fries	1. Preheat oven to 400 °F. 2. Place frozen fries on baking sheet. 3. Bake for 8-12 minutes.
Tator Tots	1. Preheat oven to 475 °F. 2. Place frozen tator tots on baking sheet. 3. Bake for 11-13 minutes.
Recipe Name	Preparation Instructions - THAW & SERVE
Wheat Roll Garlic Bread Twist Fruit Cup - Peach, Apple & Strawberry	1. Place item(s) in refrigerator, at 41°F or below, overnight to thaw. 2. Thawed item(s) must be consumed within 3 days. <i>Suggested Preparation:</i> <ul style="list-style-type: none"> For the wheat roll and garlic bread twist place items in microwave for 30 seconds to warm before you eat.

Instrucciones de Manejo y Preparación de Alimentos

No todos los alimentos que se muestran se sirven cada semana.
Busque el menú semanal en el sitio web de Arlington ISD.

Alimentos refrigerados:

Coloquelos en el refrigerador inmediatamente, a 41 ° F o menos.
 Deseche todos los alimentos perecederos que hayan quedado fuera por más de 2 horas.

Fresh Vegetables **Fresh Fruit**
Cheese Sticks **Pickles**
Fruit Juice **Milk**

Hamburger Bun – *Sugerencia de preparación: Caliente el pan de hamburguesa durante 30 segundos en el microondas antes de prepararla*

Alimentos que no necesitan refrigerarse:

Breakfast Cereal **Salsa & Marinara Cups**
Condiments **Fresh Fruit** – *Lavar la fruta antes de comer*

Alimentos congelados:

Coloquelos inmediatamente en el congelador hasta que esté listo para usarlo. Deseche todos los alimentos perecederos que hayan quedado fuera por más de 2 horas.

El contenido estará caliente, los niños deben de ser supervisados.
El recipiente desechable y bolsa de plástico no son adecuados para microondas u horno.

ARTÍCULOS DE DESAYUNO CONGELADOS

Receta:	Instrucciones de preparación - MICROONDAS
Cinnamon French Toast Breakfast Burrito	1. Coloque los artículos congelados en la bolsa apta para microondas en un plato apto para microondas. 2. Caliente a temperatura alta durante 90 segundos. Deje reposar por 1 minuto.
French Toast Stick Dutch Waffle Eggstravaganza Little Smokies Scrambled Eggs Pancakes Pancake Wrap Sausage Roll	1. Coloque los alimentos congelados en un plato apto para microondas. 2. Caliente a temperatura alta durante 90 segundos. Deje reposar por 1 minuto.
Sausage Turkey Patty	1. Coloque los alimentos congelados en un plato apto para microondas. 2. Caliente a temperatura alta durante 60 segundos. Deje reposar por 1 minuto.
Receta:	Instrucciones de preparación - HORNO
Breakfast Pizza	1. Precaliente el horno a 400 °F. 2. Coloque la pizza congelada en una bandeja para hornear. 3. Hornee durante 20-25 minutos.
Receta:	Instrucciones de preparación: DESCONGELAR Y SERVIR
Breakfast Bread Cinnamon Roll Muffin - Blueberry & Chocolate Panini Toast Fruit Cup - Peach, Apple & Strawberry	1. Coloque los artículos en el refrigerador, a 41F o menos, durante la noche para descongelarlos. 2. Los artículos descongelados deben consumirse dentro de los 3 días. <u>Sugerencia de preparación:</u> • El Cinnamon Roll, Breakfast Bread y el Muffin, coloquelos en el microondas durante 30 segundos para que se calienten antes de comer. • El pan panini, intente colocarlo en la tostadora a fuego medio antes de comerlo para que esté caliente y crujiente.

ARTÍCULOS DE ALMUERZO CONGELADOS

Receta:	Instrucciones de preparación - MICROONDAS
Steak Fingers Hamburger Patty	1. Vacíe los artículos congelados en un plato apto para microondas. 2. Caliente a temperatura alta durante 2 a 4 minutos. Deje reposar por 1 minuto.
Chicken Tamales	1. Envuelva los tamales congelados en una toalla de papel húmeda. 2. Caliente a temperatura alta durante 2 ½ minutos. 3. Voltee los tamales. Calentar a temperatura alta durante 1 minuto. Deje reposar por 1 minuto.
Chicken Alfredo Baked Ziti Mac n Cheese Spaghetti w/ Meat Sauce Orange Chicken w/ Seasoned Rice	1. Vacíe los artículos congelados en un plato apto para microondas. 2. Calentar a temperatura alta durante 2 1/2 minutos. 3. Revuelva el contenido. 4. Caliente durante 1 minuto. Deje reposar por 1 minuto.
Sonoma Blend Cooked Carrots Steamed Broccoli	1. Vacíe las verduras congeladas en un plato apto para microondas. 2. Caliente a temperatura alta por 3 a 4 minutos. Deje reposar por 1 minuto.
Refried Beans Green Beans Black Beans Pinto Beans Baked Beans Mashed Potatoes	1. Coloque los artículos en el refrigerador, a 41F o menos, durante la noche para descongelarlos. 2. Los artículos descongelados deben consumirse dentro de 3 días. 3. Vacíe las verduras en un plato apto para microondas. 4. Calentar a temperatura alta por 2 a 3 minutos. Deje reposar por 1 minuto.
Receta:	Instrucciones de preparación - HORNO
Breaded Chicken Drumsticks	1. Precaliente el horno a 375 °F. 2. Coloque los drumsticks congelados en una bandeja para hornear. 3. Hornee por 35 - 40 minutos.
Cheese Pizza w/ Pepperoni Slices Fiestada Pizza	1. Precaliente el horno a 400 °F. 2. Coloque la pizza congelada en una bandeja para hornear. Agregue rodajas de pepperoni a la pizza. 3. Hornee durante 24 a 26 minutos.
Cheese Quesadilla Dippers	1. Precaliente el horno a 450 °F. 2. Coloque la quesadilla congelada en una bandeja para hornear. 3. Hornee durante 15 a 20 minutos.
Cheese Stuffed Bread Sticks	1. Precaliente el horno a 350 °F. 2. Coloque los breadsticks congelados en una bandeja para hornear. 3. Hornee durante 26-28 minutos.
Chicken Tenders	1. Precaliente el horno a 400 °F. 2. Coloque las strips congeladas en una bandeja para hornear. 3. Hornee durante 11-13 minutos.
Sweet Potato Fries Oven Fries	1. Precaliente el horno a 400 °F. 2. Coloque las papas fritas congeladas en una bandeja para hornear. 3. Hornee durante 8-12 minutos.
Tator Tots	1. Precaliente el horno a 475 °F. 2. Coloque los tator tots congelados en una bandeja para hornear. 3. Hornee durante 11-13 minutos.
Receta:	Instrucciones de preparación: DESCONGELAR Y SERVIR
Wheat Roll Garlic Bread Twist Fruit Cup - Peach, Apple & Strawberry	1. Coloque los artículos en el refrigerador, a 41 °F o menos, durante la noche para descongelarlos. 2. Los artículos descongelados deben consumirse dentro de 3 días. <u>Sugerencia de preparación:</u> • El panecillo de trigo y el pan de ajo, coloquelos en el microondas durante 30 segundos para que se calienten antes de comer.