

Instrucciones de preparación del kit de comidas vegetarianas – Verano 2026

*****Los hornos, las freidoras de aire y los microondas pueden variar; ajuste los tiempos según sea necesario *****

*****Las temperaturas del horno corresponden a hornos convencionales *****

Artículos de desayuno

Mini tostadas francesas

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Freidora de aire: No se recomienda.

Horno: Precaliente el horno a 350°F. Coloque la bolsa plana sobre una bandeja para hornear y caliente de 10 a 13 minutos. No coloque la bolsa directamente sobre la rejilla del horno ni permita que toque los lados del horno.

¡PRECAUCIÓN! La bolsa y el producto estarán muy calientes. Use guantes para horno para retirar el producto.

Microondas: Haga una abertura de ¼" en la bolsa para permitir la ventilación. Coloque una bolsa en el microondas y caliente a temperatura ALTA durante 20 a 30 segundos. Deje reposar durante un minuto antes de retirar del microondas. ¡PRECAUCIÓN! La bolsa y el producto estarán muy calientes.

Descongelar y servir: Retire el producto del congelador y colóquelo sobre el mostrador 90 minutos antes de servir para permitir que se descongele.

Pan de Plátano

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

El producto puede retirarse 24 horas antes de servir para descongelarse, o puede calentarse y servirse directamente.

Microondas: Coloque una bolsa en el microondas y caliente a temperatura ALTA durante 20 a 30 segundos. DEJE REPOSAR un minuto antes de retirar del microondas. ¡PRECAUCIÓN! La bolsa y el producto pueden estar muy calientes.

UBR Breakfast Rounds

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para servir.

Descongelar y servir: Retire el producto la noche anterior o una a dos horas antes de consumirlo.

Mini Panqueques

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Freidora de aire: No se recomienda.

Horno: Precaliente el horno a 350°F. Coloque las bolsas planas sobre una bandeja para hornear y caliente de 7 a 10 minutos. No coloque las bolsas directamente sobre la rejilla del horno ni permita que toquen los lados del horno. ¡PRECAUCIÓN! La bandeja y las bolsas estarán calientes.

Microondas: Haga una abertura de ¼" en la bolsa para permitir la ventilación. Coloque una bolsa en el microondas y caliente a temperatura ALTA durante 45 a 60 segundos. Deje reposar un minuto antes de retirar del microondas. ¡PRECAUCIÓN! La bolsa y el producto pueden estar muy calientes.

Descongelar y servir:

Retire del congelador y coloque sobre el mostrador. Permita que se descongele durante 90 minutos antes de servir.

Barra de Strudel de Manzana

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Freidora de aire: Ajuste la temperatura a 350°F. Retire el producto de la bolsa y envuélvalo en papel aluminio. Caliente el producto de 7 a 9 minutos.

Horno: Precaliente el horno a 350°F. Coloque las bolsas planas sobre una bandeja para hornear y caliente de 8 a 10 minutos. No coloque las bolsas directamente sobre la rejilla del horno ni permita que toquen los lados del horno.

Microondas: Coloque una bolsa en el microondas y caliente a temperatura ALTA durante 30 a 40 segundos. Deje reposar un minuto antes de retirar del microondas. ¡PRECAUCIÓN! La bolsa y el producto pueden estar muy calientes.

Barra de Strudel de Cereza

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Freidora de aire: Ajuste la temperatura a 350°F. Retire el producto de la bolsa y envuélvalo en papel aluminio. Caliente el producto de 7 a 9 minutos. ¡PRECAUCIÓN! El producto, especialmente el relleno, estará caliente.

Horno: Precaliente el horno a 350°F. Coloque las bolsas planas sobre una bandeja para hornear y caliente de 7 a 9 minutos. No coloque las bolsas directamente sobre la rejilla del horno ni permita que toquen los lados del horno.

Microondas: Coloque una bolsa en el microondas y caliente a temperatura ALTA durante 30 a 40 segundos. Deje reposar un minuto antes de retirar del microondas. ¡PRECAUCIÓN! La bolsa y el producto pueden estar muy calientes.

Descongelar y servir: Retire del congelador y coloque sobre el mostrador. Permita que se descongele durante 90 minutos antes de servir.

Waffles de Froot Loops

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para servir.

Retire el producto la noche anterior o déjelo descongelar de una a dos horas antes de servir.

Mini Bagel con Queso Crema

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Freidora de aire:

Ajuste la freidora de aire a 325°F. Retire el producto del envoltorio y envuélvalo en papel aluminio. Colóquelo en la freidora de aire y caliente de 8 a 10 minutos. Deje reposar 1 minuto antes de servir.

¡PRECAUCIÓN! El producto, especialmente el relleno, estará caliente.

Horno: Precaliente el horno a 350°F. Deje el producto en el envoltorio apto para horno. Coloque el bagel sobre una bandeja para hornear y caliente de 10 a 13 minutos. No coloque el envoltorio directamente sobre la rejilla del horno ni permita que toque los lados del horno. Deje reposar 1 minuto antes de servir.

¡PRECAUCIÓN! El producto, especialmente el relleno, estará caliente.

Microondas: Abra un extremo del paquete para permitir la ventilación. Coloque un bagel sobre un plato apto para microondas y caliente a temperatura ALTA durante 35 a 45 segundos. Deje reposar 1 minuto antes de retirar del microondas. ¡PRECAUCIÓN! El producto puede estar muy caliente, especialmente el relleno.

Descongelar y servir:

Descongele a temperatura ambiente durante 120 minutos antes de servir.

Mini Waffles

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Freidora de aire: No se recomienda.

Horno: Precaliente el horno a 350°F. Coloque las bolsas planas sobre una bandeja para hornear y caliente de 7 a 10 minutos. No coloque las bolsas directamente sobre la rejilla del horno ni permita que toquen los lados del horno. ¡El producto y la bolsa estarán calientes!

Microondas:

Coloque una bolsa en el microondas y caliente a temperatura ALTA durante 30 a 40 segundos. Deje reposar un minuto antes de retirar del microondas. ¡PRECAUCIÓN! La bolsa y el producto pueden estar muy calientes.

Descongelar y servir:

Retire del congelador y coloque sobre el mostrador. Permita que se descongele durante 90 minutos antes de servir.

Muffin Trix

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Retire el producto del congelador la noche anterior para permitir que se descongele para el desayuno. Colóquelo sobre el mostrador para descongelar.

Almuerzos

Nuggets de Pollo Vegetales

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Freidora de aire:

Ajuste la freidora de aire a 350°F. Cocine los nuggets de pollo durante 10 a 12 minutos o hasta que alcancen una temperatura mínima de 165°F. Deje reposar 1 minuto antes de servir.

¡PRECAUCIÓN! ¡El producto estará caliente!

Horno:

Precaliente el horno a 375°F. Retire el producto del empaque y coloque los nuggets de pollo sobre una bandeja para hornear. Cocine de 10 a 15 minutos o hasta que la temperatura interna mínima alcance 165°F. Deje reposar 1 minuto antes de servir.

Microondas:

Retire el producto del empaque. Coloque los nuggets de pollo sobre un plato apto para microondas y caliente a temperatura ALTA durante aproximadamente 1 a 3 minutos o hasta que la temperatura interna alcance 165°F. Déjelos reposar 1 minuto. ¡PRECAUCIÓN! ¡La comida estará caliente!

Pizza de Queso

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar. Se recomienda cocinar el producto congelado; no se recomienda descongelarlo.

Freidora de aire: Ajuste la freidora de aire a 350°F. Cocine de 13 a 16 minutos o hasta que el queso se derrita y la temperatura interna mínima alcance 160°F. Deje reposar de 1 a 2 minutos antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡El producto estará caliente!

Horno: Precaliente el horno a 375°F. Retire la pizza del empaque y colóquela sobre una bandeja para hornear. Cocine de 10 a 15 minutos o hasta que el queso se derrita y los bordes estén dorados. La pizza debe cocinarse hasta alcanzar una temperatura interna mínima de 160°F. Retire del horno y deje reposar de 1 a 2 minutos. ¡PRECAUCIÓN! ¡La bandeja y la pizza estarán calientes!

Microondas: Retire la pizza del empaque plástico. Coloque la pizza congelada sobre un plato apto para microondas. Colóquela en el centro del microondas y cocine a temperatura ALTA durante 1 a 2 minutos. Déjela reposar en el microondas de 1 a 2 minutos antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡El producto estará caliente!

Palitos de Pan Francés con Salchicha Vegetal

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Freidora de aire: Ajuste la freidora de aire a 350°F. Coloque los palitos de pan francés en una sola capa dentro de la freidora de aire. Caliente durante 5 a 8 minutos y luego agregue la salchicha vegetal. Continúe calentando los palitos de pan francés y la salchicha vegetal durante 2 a 3 minutos más o hasta que alcancen una temperatura interna mínima de 165°F. ¡PRECAUCIÓN! ¡El producto estará caliente!

Horno: Precaliente el horno a 350°F. Retire los palitos de pan francés del empaque y colóquelos sobre una bandeja para hornear. Hornee de 8 a 10 minutos o hasta que la temperatura interna mínima alcance 165°F. Retire la salchicha vegetal del empaque. Coloque las piezas de salchicha vegetal sobre una bandeja para hornear y agréguelas al horno durante los últimos 5 minutos de cocción de los palitos de pan francés; caliente durante 5 minutos o hasta que la temperatura interna mínima alcance 165°F. Las piezas de salchicha vegetal pueden colocarse en la misma bandeja que los palitos de pan francés. ¡PRECAUCIÓN! ¡La comida estará caliente!

Microondas: Retire los palitos de pan francés y la salchicha vegetal del empaque. Colóquelos sobre un plato apto para microondas y caliente durante 1 a 2 minutos o hasta que la temperatura interna mínima alcance 165°F. Deje reposar 1 minuto antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡La comida estará caliente!

Mantequilla de Maní y Jalea con Queso en Tira

Mantenga el queso en tira refrigerado. Mantenga el sándwich Uncrustable congelado hasta que

esté listo para servir. Descongele el Uncrustable a temperatura ambiente de 30 minutos a 1 hora antes de servir. Puede mantenerse refrigerado hasta 5 días después de descongelarse. **¡NO CALENTAR EN EL MICROONDAS!**

Bosco Sticks

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar. Retire los Bosco Sticks dos horas antes de hornear para permitir que se descongelen.

Freidora de aire: Ajuste la freidora de aire a 350°F. Coloque los Bosco Sticks en la freidora de aire y cocine de 7 a 9 minutos. Deje reposar 2 minutos antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡El producto, especialmente el relleno, estará caliente! Sirva con salsa marinara.

Horno: Precaliente el horno a 375°F. Retire los Bosco Sticks del empaque. Colóquelos sobre una bandeja para hornear cubierta con papel pergamino o rociada con aceite en aerosol. Coloque la bandeja en el horno y cocine de 10 a 12 minutos o hasta que la temperatura interna alcance 145°F. Deje reposar de 1 a 2 minutos. ¡PRECAUCIÓN! ¡El producto estará caliente! Sirva con salsa marinara.

Microondas: No se recomienda cocinar de esta manera. Retire los Bosco Sticks del empaque y colóquelos sobre un plato apto para microondas. Caliente de 45 segundos a 1 minuto. Deje reposar 1 minuto para enfriar. ¡PRECAUCIÓN! ¡El producto estará caliente! Sirva con salsa marinara.

Tiras de Pollo Vegetales

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar. Se recomienda cocinar el producto congelado; no se recomienda descongelarlo.

Freidora de aire: Ajuste la freidora de aire a 350°F. Retire el producto del empaque. Coloque las tiras en una sola capa dentro de la freidora de aire. Cocine de 9 a 11 minutos o hasta que alcancen una temperatura mínima de 165°F. ¡PRECAUCIÓN! Tenga cuidado al retirar el producto de la freidora de aire; la unidad y las tiras estarán calientes. Use pinzas para retirarlas.

Horno: Precaliente el horno a 400°F. Retire el producto del empaque. Coloque las tiras sobre una bandeja para hornear cubierta con papel pergamino o rociada con aceite en aerosol. Cocine de 9 a 11 minutos o hasta que alcancen una temperatura mínima de 165°F. ¡PRECAUCIÓN! Tenga cuidado al retirar la bandeja del horno; la bandeja y las tiras estarán calientes.

Microondas: No se recomienda calentar de esta manera. Retire el producto del empaque y colóquelo sobre un plato apto para microondas. Caliente de 1 minuto a 1 minuto y 30 segundos o hasta que las tiras alcancen una temperatura mínima de 165°F. Deje reposar 1 minuto antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡El plato y las tiras estarán calientes!

Hamburguesa de Frijoles Negros

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar. Retire el pan de hamburguesa 24 horas antes de servir para permitir que se descongele.

Freidora de aire: Ajuste la freidora de aire a 325°F. Coloque el producto en la freidora de aire. Caliente de 8 a 10 minutos o hasta que la temperatura interna alcance un mínimo de 165°F. ¡PRECAUCIÓN! ¡La comida estará caliente!

Horno: Precaliente el horno a 350°F. Retire el producto del empaque y colóquelo sobre una bandeja para hornear durante 8 a 10 minutos o hasta que alcance 165°F. ¡PRECAUCIÓN! ¡La bandeja y la comida estarán calientes!

Microondas: Retire el producto del empaque. Colóquelo sobre un plato apto para microondas y caliente a temperatura ALTA durante aproximadamente 45 segundos a 1 minuto o hasta que la temperatura interna alcance 165°F. Déjelo reposar 1 minuto. ¡PRECAUCIÓN! ¡La comida estará caliente!

Plato de Hummus (Pan Pita, Hummus y Queso en Tira)

Mantenga el producto refrigerado hasta que esté listo para servir. No congele el hummus ni el queso en tira. Mantenga el hummus y el queso en tira refrigerados hasta el momento de servir.

Pan Plano (Flatbread): Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Retire el producto 24 horas antes de servir para permitir que se descongele.

Mini Raviolos de Queso con Salsa Marinara

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar. Mantenga el recipiente de salsa marinara refrigerado hasta que esté listo para preparar.

Microondas: En un recipiente apto para microondas, agregue los raviolos y aproximadamente 1 cucharada de agua. Cubra con una toalla de papel húmeda. Coloque en el microondas durante 2 minutos; descubra cuidadosamente y revuelva. Vuelva a cubrir y caliente de 1 a 2 minutos más o hasta que los raviolos estén completamente calientes. Retire cuidadosamente el recipiente usando guantes para horno. Vierta la salsa marinara encima y mezcle para cubrir los raviolos. ¡PRECAUCIÓN! ¡El relleno de los raviolos estará caliente!

Estufa: Llene una cacerola de 1.5 cuartos con 2 tazas de agua y lleve a fuego lento. Agregue cuidadosamente los raviolos, colocándolos lo más cerca posible del agua para evitar salpicaduras. Lleve a ebullición durante 4 a 8 minutos o hasta que estén completamente calientes. Escorra cuidadosamente el agua en un colador. Coloque los raviolos en un recipiente, agregue la salsa marinara y mezcle para cubrir. ¡PRECAUCIÓN! ¡El relleno de los raviolos estará caliente!

Sándwich de Pollo Vegetal

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar. Retire el pan de hamburguesa 24 horas antes de servir para permitir que se descongele.

Freidora de aire: Ajuste la temperatura a 375°F. Coloque la pieza de pollo vegetal en la freidora de aire. Caliente de 6 a 8 minutos o hasta que la temperatura interna alcance un mínimo de 160°F. ¡PRECAUCIÓN! Retire cuidadosamente el producto de la freidora de aire; ¡estará caliente! Coloque la pieza de pollo en el pan y disfrute.

Horno: Precaliente el horno a 400°F. Retire la pieza de pollo vegetal del empaque y colóquela sobre una bandeja para hornear. Caliente de 8 a 10 minutos o hasta que la temperatura interna alcance 160°F. ¡PRECAUCIÓN! ¡El producto y la bandeja estarán calientes! Coloque la pieza de pollo en el pan y disfrute.

Microondas: Retire la pieza de pollo vegetal de la bolsa plástica. Colóquela sobre un plato apto para microondas. Caliente en el microondas de 60 a 90 segundos (si está descongelada) o de 1.5 a 2 minutos (si está congelada) hasta que la temperatura interna alcance 160°F. Deje reposar 1 minuto antes de retirar del microondas. ¡PRECAUCIÓN! ¡Tenga cuidado, la comida estará caliente! Coloque en el pan y disfrute.

Burrito de Frijoles y Queso

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar.

Freidora de aire: Ajuste la freidora de aire a 300°F. Coloque el burrito sin envolver en la freidora de aire y cocine de 14 a 20 minutos o hasta que alcance una temperatura mínima de 165°F. Deje reposar el burrito durante 2 minutos antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡La comida estará caliente!

Horno: Precaliente el horno a 325°F. Coloque el burrito sobre una bandeja para hornear. Hornee de 20 a 25 minutos o hasta que la temperatura interna mínima alcance 165°F. Deje reposar 2 minutos antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡La comida estará caliente!

Microondas: Coloque el burrito sobre un plato apto para microondas y caliente de 2 a 3 minutos o hasta que alcance una temperatura interna mínima de 165°F. Deje reposar el burrito durante 2 minutos antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡El producto y el plato estarán calientes!

Bocaditos de Macarrones con Queso

Mantenga el producto congelado hasta que esté listo para preparar. Se recomienda cocinar el producto congelado. No se recomienda descongelarlo.

Freidora de aire: Ajuste la freidora de aire a 350°F. Coloque el producto en la freidora de aire y cocine durante 10 minutos o hasta que alcance 155°F. Tenga cuidado: si se cocinan demasiado, pueden explotar. Deje reposar 1 minuto antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡Los bocaditos estarán calientes!

Horno: Precaliente el horno a 425°F. Retire el producto del empaque y colóquelo sobre una bandeja para hornear cubierta con papel pergamino o rociada con aceite en aerosol. Hornee de

10 a 14 minutos o hasta que la temperatura interna mínima alcance 155°F. Tenga cuidado: si se cocinan demasiado, pueden explotar. Retire del horno y deje reposar 1 minuto antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡La bandeja y los bocaditos estarán calientes!

Microondas: No se recomienda. Retire el producto del empaque y colóquelo sobre un plato apto para microondas. Caliente de 1 a 2 minutos o hasta que la temperatura alcance una temperatura interna mínima de 155°F. Pueden explotar si se cocinan demasiado; vigílelos cuidadosamente. Deje reposar 1 minuto antes de servir. ¡PRECAUCIÓN! ¡El plato y los bocaditos estarán calientes!

Las cajas de jugo y la leche son productos no perecederos y pueden almacenarse en la despensa y refrigerarse cuando estén listos para servir.