



## Taza de pollo con queso y uvas

Pollo asado, queso *Colby* y uvas se envasan juntos para lograr una excelente merienda.

**EDADES:** de 6 a 18 años

**TIEMPO DE PREPARACIÓN:** 45 minutos

**TIEMPO DE COCCIÓN:** 0 minutos

**INFORMACIÓN DE ACREDITACIÓN DEL CACFP**

$\frac{3}{4}$  taza de frutas

1 onza equivalente de carnes/sustitutos de carne

**ORIGEN:**

Proyecto de recetas fáciles para el CACFP - Team Nutrition

[TeamNutrition.USDA.gov](http://TeamNutrition.USDA.gov)

| INGREDIENTES   | 25 PORCIONES        |                           | 50 PORCIONES |                              | INSTRUCCIONES   |
|--|---------------------|---------------------------|--------------|------------------------------|---|
|  | Peso                | Medida                    | Peso         | Medida                       |   |
| Pechuga de pollo, cocida, sin piel, asada, cortada en cubos de $\frac{1}{4}$ " | 1 lb 2 oz           | 1 qt + $\frac{1}{2}$ taza | 2 lb 4 oz    | 1 qt + 1 taza                | <ol style="list-style-type: none"> <li>Lávese las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos.</li> <li>En 25 o 50 tazas de plástico transparente (de 8 oz líquidas), coloque en capas:<br/>2 cucharadas de pollo (cucharón #30) y<br/>2 cucharadas de queso (cucharón #30).</li> </ol> |
| Queso <i>Colby</i> , cortado en cubos de $\frac{1}{4}$ "                       | 12 $\frac{1}{2}$ oz | 3 tazas + 2 cucharadas    | 1 lb 9 oz    | 1 qt + 2 $\frac{1}{4}$ tazas |   |

| INGREDIENTES   | 25 PORCIONES |                  | 50 PORCIONES |                         | INSTRUCCIONES  |
|--|--------------|------------------|--------------|-------------------------|--|
|  | Peso         | Medida           | Peso         | Medida                  |  |
| Uvas rojas, sin semillas, frescas, cortadas por la mitad* (lave las uvas cuidadosamente con agua corriente antes de cortarlas) | 8 lb 5½ oz   | 1 gal + 2¾ tazas | 17 lb        | 2 gal + 1 qt + 1½ tazas | <b>3</b> Finalmente, ponga una capa con ¾ taza de uvas cortadas por la mitad.  |
|  |              |                  |              |                         | <b>4</b> Sirva 1 taza (de 8 oz líquidas). Sirva inmediatamente o cubra y mantenga refrigerado a una temperatura de 40 °F o más baja (vea las notas). |
|  |              |                  |              |                         |  |
|  |              |                  |              |                         |  |
|  |              |                  |              |                         |  |
|  |              |                  |              |                         |  |
|  |              |                  |              |                         |  |
|  |              |                  |              |                         |  |
|  |              |                  |              |                         |  |

\*Vea la guía de mercadeo



**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1 taza de pollo con queso y uvas

| <b>NUTRIENTES</b>         | <b>CANTIDAD</b> |
|---------------------------|-----------------|
| <b>Calorías</b>           | <b>180</b>      |
| <hr/>                     |                 |
| <b>Grasa total</b>        | <b>5 g</b>      |
| Grasa saturada            | 3 g             |
| Colesterol                | 24 mg           |
| <b>Sodio</b>              | <b>299 mg</b>   |
| <b>Carbhidrato total</b>  | <b>28 g</b>     |
| Fibra dietética           | 1 g             |
| Azúcares totales          | 24 g            |
| Incluye azúcares añadidos | N/A             |
| <b>Proteína</b>           | <b>8 g</b>      |
| <hr/>                     |                 |
| Vitamina D                | N/A             |
| Calcio                    | 114 mg          |
| Hierro                    | 1 mg            |
| Potasio                   | N/A             |

N/A = información no está disponible

**NOTAS**

- **Contiene leche (queso Colby).**
- Si prepara los ingredientes (el pollo en cubos, el queso en cubos y las uvas cortadas por la mitad) con anticipación, almacénelos en recipientes herméticos por separado a una temperatura de 40 °F o más baja, hasta que llegue el momento de preparar esta merienda (refrigerio).

**RENDIMIENTO/VOLUMEN**

| <b>25 porciones</b>                                | <b>50 porciones</b>                            |
|--|--|
| Peso: 10 lb 4 oz                                   | Peso: 20 lb 8 oz                               |
| Rinde: 1 gal 2 qt 1 taza de pollo con queso y uvas | Rinde: 3 gal 2 tazas de pollo con queso y uvas |

**\*GUÍA DE MERCADEO**

| <b>Alimentos tal como se compraron para:</b> | <b>25 porciones</b> | <b>50 porciones</b> |
|--|---------------------|---------------------|
| Uvas, frescas                                | 8 lb 10 oz          | 17 lb 4 oz          |

