

Licuada de Calabaza en un Vaso

Proceso HACCP #2 Servicio del Mismo Día

Porción Proporcional:

CACFP: 1.5 onzas de carne/alternativa de carne, 1/8 de taza de verduras

NSLP: 1.5 onzas de carne/alternativa de carne, 1/8 de taza de verduras rojas/anaranjadas

SFSP: 1.5 onzas de carne/alternativa de carne, 1/8 de taza de verduras

Ingredientes	12 Porciones		24 Porciones	
	Peso	Medida	Peso	Medida
Yogur con sabor a vainilla, bajo en grasa	4 libras 4 onzas	2 cuartos de galón + 1 taza	9 libras	1 galón + 1 pinta
Calabaza tipo "pumpkin", enlatada	8 onzas	3 tazas	3 libras	1 cuarto de galón + 1 pinta
Azúcar morena	4.5 onzas	1/2 taza	9 onzas	1 taza
Canela		1 cucharada		2 cucharadas
Nuez moscada, molida		1 1/2 cucharaditas		1 cucharada



FoodHero.org/es



Preparación

1. Revuelva todos los ingredientes juntos.

CCP: Mantenga para servicio frío a 41° F o menos.

Sirva porciones de 1 taza.

Porción	Rinde	Volumen
1 taza	12 porciones, aprox 6 libras 24 porciones: aprox 12 libras	12 porciones: aprox 2 cuartos de galón 1 taza 24 porciones: aprox 1 galón 2 tazas

Nutrientes por Porción			
Calorías	207	Sodio	118 mg
Grasa Total	2.4 g	Carbohidratos	39 g
Grasa Saturada	1.5 g	Fibra Dietética	2 g
Colesterol	39 mg	Proteínas	9 g
		Vitamins A	8899 IU
		Vitamins C	4 mg
		Hierro	1 mg
		Calcio	321 mg

Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés). Para información sobre ayuda con la nutrición a través del Oregon SNAP, llame al Oregon SafeNet al 211.

El Servicio de Extensión de Oregon State University prohíbe la discriminación en todos sus programas, servicios, actividades y materiales. Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.