



## Heating & Food Consumption Instructions



Place sealed tray meal in microwave on High for 1-2 minutes or warm in oven at medium heat (350) for 20-30 minutes. Discard any uneaten portion.

1

Your meals are fully cooked and should be kept cold in refrigeration until ready to eat.



2

3



Whole fruit, like apples and pears, although wrapped for added protection should be removed from bag and thoroughly rinsed before enjoying.

**Please freeze all meals not planned to be eaten within 3 days.**

**Please heat Chicken Drumstick for a total of 5 minutes in the Microwave.**

## Instrucciones de calentamiento y consumo de alimentos



Coloque la bandeja de comida sellada en el microondas a temperatura alta por 1-2 minutos o caliente en el horno a fuego medio (350°F) por 20-30 minutos. Descarte cualquier porción no consumida.

1

Sus comidas están completamente cocinadas y deben mantenerse frías en refrigeración hasta que esté listo para comer.



2

3



Las frutas enteras, como las manzanas y las peras, aunque envueltas para mayor protección, deben retirarse de la bolsa y enjuagarse bien antes de disfrutarlas.

**Por favor congele lo que no se va consumir en 3 días.**

**La pierna de pollo requiere 5 minutos en el microonda.**

## 暖气和食物消费说明



将密封的餐盘放在微波炉中置于High上1-2分钟，或在350F的烤箱中加热20-30分钟。扔掉未食用的食物

1

您的饭菜已完全煮熟，应冷藏至可以食用



2

3



完整的水果（如苹果和梨），尽管包裹起来可以提供额外的保护，但应从袋中取出并彻底清洗后再食用

请冻结三天内不会食用的食物。

极靴在微波炉中需要5分钟。