

Pasta Penne a la Moda

Meal Components: Vegetable - Dark Green, Grains, Meat / Meat Alternate

Main Dishes, D-53r

Ingredients	50 Porciones		100 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Agua		3 gl		6 gl	<ol style="list-style-type: none"> Caliente el agua hasta que hierva. Lentamente agregue la pasta. Revuélvala constantemente hasta que el agua hierva otra vez. Cocínela por unos 8 minutos o hasta que esté al dente; revuélvala de vez en cuando. Escúrrala bien. NO LA COCINE DEMASIADO.
Pasta penne, multigrano, seca	6 lb	1 gl 3 1/2 cuarto gl	12 lb	3 gl 3 cuarto gl	
Ajo granulado		2 cda 2 cda	3 1/2 oz	1/4 taza 1 1/3 cda	<ol style="list-style-type: none"> Mezcle la pasta cocinada con ajo. Para 50 personas, agregue 1 cucharada más 1 cucharadita (guarde el ajo restante para el paso 5). Para 100 porciones, agregue 2 cucharadas más 2 cucharaditas de ajo (guarde el ajo restante para el paso 5). Transfiera la pasta a un recipiente de vapor de mesa (12 "x 20" x 2 1/2"). Para 50 porciones, utilice 2 bandejas. Para 100 porciones, utilice 4 bandejas.
* Brócoli fresco, picado 1"	lb 2 oz	1 gl 1 1/2 cuarto gl	6 lb 4 oz	2 gl 3 cuarto gl	
Trocitos congelados de pollo	2 lb	1 cuarto gl 2 1/2	4 lb	3 cuarto gl 1 taza	<ol style="list-style-type: none"> Agregue el brócoli y el pollo a la pasta.

Caldo de pollo bajo en sodio		1 taza		2 tazas	7. Salsa: Combine el caldo, leche, sal y pimienta. Póngalo a hervir, revuélvalo constantemente. Para 50 porciones, use 2 cuarto gl de leche (reserva la leche restante para el paso 8).
Sal		2 cda		1/4 taza 2 cda	
Pimienta negra molida		1 cda 1 cda		2 cda 2 cda	
Leche descremada		2 cuarto gl 3 tazas		1 gl 1 1/2 cuarto gl	
Harina de uso múltiple fortificada		1/2 taza	2 1/2 oz	1 taza	8. Combine la leche restante con la harina y agréguela a la mezcla de caldo. Reduzca el calor a temperatura baja. Revuélvala constantemente durante 5 minutos hasta que la salsa espese.
Queso Cheddar descremado, rallado	1 lb	1 cuarto gl	2 lb	2 cuarto gl	9. Agregue el queso. Continúe removiendo hasta que el queso se derrita.
Queso mozzarella bajo en grasa, bajo en humedad, parte descremado, rallado	1 lb	1 cuarto gl	2 lb	2 cuarto gl	10. Divida uniformemente la salsa de queso y viértala sobre la mezcla de la pasta. 11. Cúbrela con papel de aluminio y cocínela al horno: Horno convencional: 350 ° F durante 8 minutos. Horno de convección: 350 ° F durante 4 minutos. Puntos Críticos de Control: Caliente a 165 ° F o más durante por lo menos 15 segundos. 12. Punto Crítico de Control: Para servirlo

13. Distribuya las porciones con 2 cucharones de 6 oz fl (1 ½ tazas).

Notas

Nuestra historia

El equipo de la Escuela Primaria de Winograd K-8 comenzó la creación de receta discutiendo todos los alimentos elegibles para la competencia. Luego anotaron lo que cada miembro del equipo le gustaba comer. Después de un par de pruebas de platos básicos, terminaron con un sabroso plato llamado Pasta Penne a la Moda (Chic' Penne).

No se encuentra en su restaurante de comida rápida local, Pollo Penne tiene un pequeño toque de pimienta negra y no es un plato ordinario. Combinando los mejores ingredientes, esta receta produce un plato que no sólo se ve bien, sino que también sabe muy bien. Este plato principal será un éxito instantáneo con sus hijos.

Escuela Primaria Winograd K-8

Greeley, Colorado

Miembros del Equipo Escolar

Profesional de Nutrición de la Escuela: Kara Sample, RD, SNS

Chef: Amanda Smith

Miembro de la Comunidad: Emily Wigington (Voluntario de AmeriCorps VISTA)

Estudiantes: Jace K., Bethany V., Abraham A. y Amairani P.

*Vea la Guía de Mercad de información para compra de alimentos que cambiara durante la preparación o cuando haya una variación de los ingredientes.

Para una salsa más cremosa, use una cantidad igual de medio y medio (half and half) libre de grasa en lugar de leche.

Los ingredientes de grano usados en esta receta deberán satisfacer los criterios de grano entero rico del Servicio de Alimentos y Nutrición.

Marketing Guide		
Food as Purchased for	50 Porciones	50 Porciones
Brócoli	3 lb 2 oz	6 lb 4 oz

Serving	Yield	Volume
1 1/2 tazas (dos cucharones de 6 oz fl) proporciona 1 oz equivalente de carne/suplente de carne, 1/8 taza de verduras verde oscuro y 1 3/4 oz equivalente de granos.	50 Porciones: aproximadamente 27 lb 8 oz	50 Porciones: 2 recipientes de vapor de mesa
	100 Porciones: aproximadamente 55 lb	100 Porciones: 4 recipientes de vapor de mesa

Nutrients Per Serving					
Calorías	299	Grasa saturada	2 g	Hierro	2 mg
Proteínas	19 g	Colesterol	26 mg	Calcio	230 mg
Carbohydrate	44 g	Vitamina A	618 IU	Sodio	418 mg
Grasa total	6 g	Vitamina C	17 mg	Fibra dietetica	6 g