

Huevos Revueltos

Meal Components: Meat / Meat Alternate

Main Dishes, D-34

Ingredients	50 Porciones		100 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Huevos congelados enteros (descongelados)	5 lb 9 oz	2 cuarto gl 2 1/2 tzas	11 lb 2 oz	1 gl 1/4 gl	<ol style="list-style-type: none"> Bata los huevos completamente Añada la leche y sal. Revuelva hasta que estén completamente mezclados. Vierta 3 lb 12 oz (1 cuarto gl 3 1/4 tzas) de la mezcla de huevo en cada bandeja para mesa de vapor (12" x 20" x 2 1/2") que ha sido ligeramente cubierta con aceite antiadherente en aerosol. Para 50 porciones, use 2 bandejas. Hornee: Horno convencional: 350° F por 20 minutos. Revuélvalo una vez a los 15 minutos. Horno de convección: 300° F por 15 minutos.
O		O		O	
Huevos frescos grandes (vea consejo especial)		50		100	
Leche descremada en polvo instantánea, rehidratada		1 cuarto gl		2 cuarto gl	
Sal		1 1/2 cda		1 cda	

5. Retírelo de horno o vaporera. Revuelva bien. Los huevos deberán tener apariencia ligeramente húmeda.

Margarina sin grasa saturada (opcional)	2 1/2 oz	1/3 tza	5 oz	2/3 tza
---	----------	---------	------	---------

6. Añada 1 1/4 oz (2cdas 1 1/2 cdta) de margarina (opcional) a cada bandeja y revuelva.

Queso Cheddar bajo en grasa, rallado (opcional)	14 oz	3 1/2 tzas	1 lb 12 oz	1 cuarto gl 3 tzas
---	-------	------------	------------	--------------------

7. CCP: Para servirlo caliente, manténgalo a 135° F o más caliente. Rocíe 7 oz (1 3/4) de queso (opcional) sobre cada bandeja.

8. Distribuya las porciones con una cuchara servidora No. 16 (1/4 tza). Para mejores resultados, sirva dentro de los próximos 15 minutos.

Notas

Consejo especial:
Para 50 porciones, use 1 lb 9 oz (2 cuarto gl 1/3 tza) de huevo entero en polvo y 2 cuarto gl 1/3 tza de agua en lugar de huevos.

Para 100 porciones, use 3 lb 2 oz (1 gl ? tza) de huevo entero en polvo y 1 gl ? tza de agua en lugar de huevos.

Serving	Yield	Volume
1/4 tza (cuchara servidora No. 16) provee el equivalente a 2 oz de carne.	50 Porciones: 2 Bandejas para mesa de vapor	50 Porciones: alrededor de 3 cuartos gl ½ tza
	100 Porciones: 4 Bandejas para mesa de vapor	100 Porciones: alrededor de 1 gl 2 ¼ cuartos gl

Nutrients Per Serving					
Calorías	82	Grasa saturada	2 g	Hierro	1 mg
Proteínas	7 g	Colesterol	215 mg	Calcio	50 mg
Carbohydrate	2 g	Vitamina A	321 IU	Sodio	144 mg
Grasa total	5 g	Vitamina C		Fibra dietetica	