

When it Comes to Convenience Food  
**Cook It Safe!**



1. Read and Follow Package Cooking Instructions.



2. Know When to Use a Microwave or Conventional Oven.



3. Know Your Microwave Wattage Before Microwaving Food.



4. Always use a Food Thermometer to Ensure a Safe Internal Temperature.



Learn more at  
<http://fightbac.org/cookitsafe>

**Cooking Instructions**

**Microwave Oven:**

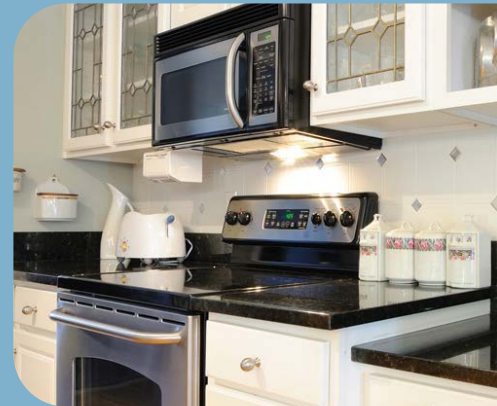
- Ovens and wattages vary. Adjust cooking times as needed.
- Product must be cooked thoroughly.
- Read and follow these cooking instructions

**1100 watt microwave**

Cook on High (100% power) 7 minutes.

**700 watt microwave**

Cook on High (100% power) 12 minutes



Cuando se trate de alimentos preparados:

# Cocine sin riesgos.



1. Lea y siga las instrucciones de cocción del envase.



2. Sepa cuándo debe usar un horno microondas o un horno convencional.



3. Conozca la potencia del horno microondas antes de cocinar los alimentos.



4. Siempre use un termómetro para alimentos a fin de garantizar una temperatura interna segura.



Obtenga más información en <http://fightbac.org/cookitsafe>

## Instrucciones de cocción Horno microondas:

- Los hornos y las potencias varían. Ajuste los tiempos de cocción según sea necesario.
- Los productos se deben cocer completamente.
- Lea y siga estas instrucciones de cocción

### Microondas de 1100 vatios

Cocinar a potencia alta  
(100% de potencia) por 7 minutos.

### Microondas de 700 vatios

Cocinar a potencia alta  
(100% de potencia) por 12 minutos.

