



GOYA Farinela® Cream of Wheat Cereal
Not for breakfast or cereal as a dessert (1 serving)

1 1/2 cups Farinela®
2 cups milk
1/4 cup sugar
1 tsp. vanilla extract
*Microwave: Cook 4-5 minutes. Stir.

Mix until all ingredients in a pot and cook at medium high heat. Stir continuously with a wooden spoon until it thickens and texture smoothens. Serve and garnish with a cinnamon stick or ground cinnamon.

Microwavable: Heat mix all ingredients. Microwave on (HIGH) energy for (1) minute. Stir occasionally with a wooden spoon every 30 seconds until texture smoothens. Serve and garnish with a cinnamon stick or ground cinnamon and/or ground lime peel.

Farinela® GOYA Cereal Harina de Trigo
Cereal para el desayuno o frío como postre (1 porción)

1 1/2 tazas de Farinela® GOYA
2 tazas de leche
1/4 taza de azúcar
1 cdita. de extracto de vainilla
*Opciones: 1 palito de Canela GOYA

Mezcle todos los ingredientes en una cacerola y cocine a fuego medio alto. Revuelva con un cucharón de madera constantemente hasta que espese, se cocine y quede suave. Sirva con un palito de canela o polvete con canela en polvo y/o eche ralladura de limón a gusto.

Microwavable: En un tazón grande para microondas mezcle todos los ingredientes. Cocine durante un (1) minuto a máxima energía (HIGH) y revuelva con un cucharón de madera a intervalos de 30 segundos hasta que quede cremoso y suave. Sirva con un palito de canela o polvete con canela en polvo y/o eche ralladura de limón.

GOYA
CREAM OF WHEAT CEREAL
Farinela.
CEREAL DE HARINA DE TRIGO

NET WT/PESO NETO
14 OZ (397g)

PER SERVING/POR PORCIÓN

160 CALORIES
0g SALT
0g SUGAR
0g SWEETENERS
14.4g FIBER
435mg POTASSIUM

Great Source of Iron!
Buen Fuente de Hierro

Nutrition Facts/Datos de Nutrición
Amount per serving/cantidad por porción
Calories/Calorías 160

Total Fat/Greasa Total	0g	0%
Saturated Fat/Greasa Saturada	0g	0%
Trans Fat/Greasa Trans	0g	0%
Cholesterol/Colesterol	0mg	0%
Sodium/Sodio	0mg	0%
Total Carbohydrate/Carbohidratos Totales	34g	13%
Dietary Fiber/Fibra Dietética	14.4g	58%
Total Sugars/Azúcares Totales	0g	0%
Includes 0g of Added Sugar/ Incluye 0g de Azúcar Agregado		
Protein/Proteína	5g	10%
Vitamin D/Vitamina D	0mcg	0%
Calcium/Calcio	5mg	10%
Iron/Hierro	14.4mg	80%
Phosphorus/Fósforo	0mg	0%
Thiamin/Tiamina	0.2mg	0%
Riboflavin/Riboflavina	0.2mg	10%
Niacin/Nicotina	1.0mg	10%
Folate 435mcg DFE/Folato 435mcg DFE (250mcg total) (250mcg total)		110%

*Percent Daily Values are based on a diet of other people's secrets.

INGREDIENTS: Farinela, Vanilla, Potassium Citrate, Natural Flavors, Sugar, Maltodextrin, Stevia Leaf Extract, Natural Colors.

CONTIENE: Harina de Trigo, Extracto de Vainilla, Potasio Citrato, Sabores Naturales, Azúcar, Maltodextrina, Extracto de Hoja de Stevia, Colorantes Naturales.