

# Mexican Style Beef Bowl (with Rice and Beans)

## Bol de bœuf à la mexicaine (avec riz et haricots)

### Directions:

1. Open pouch and remove oxygen absorber.
2. Prepare in pouch or other suitable container.
3. Add 2 cups (16 oz) boiling water to ingredients or fold / crease & fill pouch to "E-Z Fill Line" 8.
4. Stir thoroughly then seal pouch or cover.
5. Let stand 10-12 minutes; stir again & serve.

### Mode d'emploi:

1. Ouvrir l'emballage et retirer l'absorbant d'oxygène.
2. Préparer dans un sachet ou un autre récipient approprié.
3. Ajoutez 2 tasses (473 ml) d'eau bouillante aux ingrédients ou pliez le sachet et remplissez-le jusqu'à la «ligne de remplissage E-Z» 8.
4. Bien remuer et refermer le sachet ou couvrir.
5. Laisser reposer 10 à 12 minutes; remuer de nouveau et servir.

**Ingredients:** White rice, Black beans, Beef diced cooked freeze dried (beef, salt), Taco seasoning [paprika, corn meal, salt, onion, spices, garlic, tomato, citric acid], Sweet corn, Pepper jack cheese [(pasteurized milk, cheese cultures, salt, jalapeno peppers, enzymes), powdered cellulose (added to prevent caking)], Tomato flakes, Bell pepper red & green combo, Red onion, Sea salt, Crystallized lime [citric acid, natural lime flavor (maltodextrin, sugar, lime oil, lime juice concentrate, sunflower lecithin, gum arabic, silicon dioxide)], Garlic granulated, Black pepper, Cilantro, Jalapeno.

**Contains:** Milk.

**Ingrédients:** Riz blanc, Haricots noirs, Boeuf cuit lyophilisé (boeuf, sel), Assaisonnement pour tacos [paprika, semoule de maïs, sel, oignon, épices, ail, tomate, acide citrique], Maïs sucré, Fromage pepper jack [lait pasteurisé, cultures de fromage, sel, piments jalapeno, enzymes], Cellulose en poudre (ajoutée pour empêcher l'agglomération), Flocons de tomate, Poivrons rouges et verts, Oignon rouge, Sel de mer, Citron vert cristallisé [acide citrique, arôme naturel de citron vert (maltodextrine, sucre, huile de citron vert, concentré de jus de citron vert, lécithine de tournesol, gomme arabique, dioxyde de silicium)], Ail granulé, Poivre noir, Coriandre, Jalapeno. **Contient:** Lait.

**AlpineAire Foods** 130 Cyber Ct. Rocklin, CA. USA 95765  
Contains Bioengineered Food Ingredients  
800.755.6701 info@alpineaire.com www.alpineaire.com



\$13.95



### Nutrition Facts / Valeur nutritive

Per 1 package 2 servings  
pour 1 emballage 2 portions - 139g

	Per 1 package Pour 1 emballage	Per 1/2 package Pour 1/2 emballage
<b>Calories</b>	<b>510</b>	<b>260</b>
	% Daily Value* / % valeur quotidienne*	
<b>Fat / Lipides</b> 8 g <sup>†</sup>	11 %	5 %
Saturated / saturés 3.5 g + Trans / trans 0.1 g	18 %	8 %
<b>Carbohydrate / Glucides</b> 38 g		
Fibre / Fibres 9 g	32 %	18 %
Sugars / Sucres 7 g	7 %	3 %
<b>Protein / Protéines</b> 25 g		
<b>Cholesterol / Cholestérol</b> 30 mg		
<b>Sodium</b> 1140 mg	50 %	25 %
<b>Potassium</b> 1300 mg	38 %	19 %
<b>Calcium</b> 150 mg	12 %	6 %
<b>Iron / Fer</b> 6 mg	33 %	17 %

<sup>†</sup> Amount in / Teneur pour Per 1 package Pour 1 emballage

\*5% or less is a little, 15% or more is a lot

\*5% ou moins c'est peu, 15% ou plus c'est beaucoup