

المرفق أ: ملخص التغييرات

مكونات الوجبة

تغيير المصطلح القياسي من المكونات "الغذائية" إلى مكونات "الوجبة".

الحبوب/الخبز

العناصر الغذائية	المتطلبات الحالية	المتطلبات المحدثة
رقائق الإفطار	يجب ألا تحتوي على أكثر من 6 جرامات من السكريات الكلية لكل أونصة جافة.	يجب ألا تحتوي على أكثر من 6 جرامات من السكريات المضافة لكل أونصة جافة.

اللحوم/بدائل اللحوم

تغيير مراجع "الفاصولياء والبازلاء الجافة (البقوليات)" إلى "الفاصولياء والبازلاء والعدس".

العناصر الغذائية	المتطلبات الحالية	المتطلبات المحدثة
زبادي	يجب ألا تحتوي على أكثر من 23 جرامًا من السكريات الكلية لكل 6 أونصات.	يجب ألا تحتوي على أكثر من 12 جرامًا من السكريات المضافة لكل 6 أونصات.
المكسرات والبذور	المكسرات والبذور لا يمكن أن تتجاوز نصف متطلبات بدائل اللحوم في وجبات الفطور والغداء والعشاء.	المكسرات والبذور يمكنها أن تعادل كافة متطلبات بدائل اللحوم في وجبات الفطور والغداء والعشاء.

بدائل الحليب

تحديث وحدات قياس فيتامين أ وفيتامين د لبدايل الحليب السائلة. إنَّ مقدار فيتامين أ وفيتامين د المطلوب في بدائل الحليب السائلة لم يتغير، ولكن وحدة القياس وحدها التي تغيرت لتتوافق مع متطلبات وضع العلامات لدى إدارة الغذاء والدواء (Food and Drug Administration, FDA).

العنصر الغذائي	المتطلبات الحالية لكل كوب سعة 8 أونصات	المتطلبات المحدثة لكل كوب سعة 8 أونصات
الكالسيوم	276 مجم*	276 مجم*
البروتين	8 جم*	8 جم*
فيتامين أ	500 IU*	150 مكج* مكافئات نشاط الريتينول (retinol activity equivalents, RAE)
فيتامين د	100 IU*	2.5 مكج*
المغنيسيوم	24 مجم*	24 مجم*
الفوسفور	222 مجم*	222 مجم*
البوتاسيوم	349 مجم*	349 مجم*
الريبوفلافين	0.44 مجم*	0.44 مجم*
فيتامين ب-12	1.1 مكج*	1.1 مكج*

*مجم = ملليجرام، جم = جرام، IU = وحدة دولية، مكج = مايكروجرام.

المجتمعات القبلية

إنَّ المنشآت التي تقدم خدماتها في المقام الأول للمشاركين من الهنود الحمر أو من مواطني الأسكا الأصليين يمكنها استبدال الخضراوات لتلبية الاحتياجات من الحبوب.