

अटैचमेंट A: परिवर्तनों का सार

भोजन के संघटक		
मानक भाषा में “खाद्य” संघटकों से “भोजन” के संघटकों में परिवर्तन।		

अनाज/ब्रेड		
खाने का आइटम	मौजूदा आवश्यकता	अपडेट की हुई आवश्यकता
ब्रेकफास्ट सीरियल	इसमें अधिकतम 6 ग्राम कुल शक्कर प्रति सूखा औंस होनी चाहिए।	इसमें अधिकतम 6 ग्राम अतिरिक्त शक्कर प्रति सूखा औंस होनी चाहिए।

मांस/मांस के विकल्प		
“सूखे बीन्स और मटर (फलियां)” के उल्लेख को “बीन्स, मटर, और दाल” में बदलता है।		
खाने का आइटम	मौजूदा आवश्यकता	अपडेट की हुई आवश्यकता
दही	इसमें अधिकतम 23 ग्राम कुल शक्कर प्रति 6 औंस होनी चाहिए।	इसमें अधिकतम 12 ग्राम अतिरिक्त शक्कर प्रति 6 औंस होनी चाहिए।
नट्स और बीज	नट्स और बीज सुबह के नाश्ते, दोपहर के भोजन और शाम के भोजन की मांस के विकल्प की आवश्यकताओं का अधिकतम आधा पूरा कर सकते हैं।	नट्स और बीज सुबह के नाश्ते, दोपहर के भोजन और शाम के भोजन की मांस के विकल्प की आवश्यकताओं को समग्र रूप से पूरा कर सकते हैं।

दूध के विकल्प		
दूध के तरल विकल्पों के लिए विटामिन A और विटामिन D के मापन की इकाइयों को अपडेट करता है। दूध के तरल विकल्पों में आवश्यक विटामिन A और विटामिन D की मात्रा नहीं बदलती है; केवल मापन की इकाई को खाद्य और आहार प्रशासन (Food and Drug Administration, FDA) की लेबलिंग संबंधी आवश्यकताओं का अनुपालन करने के लिए बदला गया है।		

पोषक तत्व	मौजूदा आवश्यकता प्रति 8 औंस कप	अपडेट की हुई आवश्यकता प्रति 8 औंस कप
कैल्शियम	276 mg*	276 mg*
प्रोटीन	8 g*	8 g*
विटामिन A	500 IU*	150 mcg* रेटिनॉल गतिविधि समकक्ष (retinol activity equivalents, RAE)
विटामिन D	100 IU*	2.5 mcg*
मैग्नीशियम	24 mg*	24 mg*
फोस्फोरस	222 mg*	222 mg*
पोटैशियम	349 mg*	349 mg*
राइबोफ्लेविन	0.44 mg*	0.44 mg*
विटामिन B-12	1.1 mcg*	1.1 mcg*

*mg = मिलीग्राम; g = ग्राम; IU = अंतरराष्ट्रीय इकाइयाँ; mcg = माइक्रोग्राम।

जनजातीय समुदाय
मुख्यतः अमेरिकन इंडियन या अलास्का नेटिव प्रतिभागियों को सेवा प्रदान कर रही सुविधाएं अनाज संबंधी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए सब्जियों का विकल्प चुन सकती हैं।