

Pyès Atache A: Rezime Chanjman yo

ELEMEN KI NAN REPA YO

Chanjman nan lang estanda ranplase Eleman "Manje" ak Eleman "Repa".

SEREYAL/PEN

Aliman	Egzijans Aktyèl	Egzijans ki Ajou
Sereyal Manje Maten	Pa dwe gen plis pase 6 gram sik antou pou chak ons sèk.	Pa dwe gen plis pase 6 gram sik ajoute pou chak ons sèk.

VYANN/LÒT PWODUI KI RANPLASE VYANN

Chanje referans a "pwa sèch ak pwafrans (legimine)" ak "pwa, pwafrans, ak lantiy".

Aliman	Egzijans Aktyèl	Egzijans ki Ajou
Yogout	Pa dwe gen plis pase 23 gram sik antou pou chak 6 ons.	Pa dwe gen plis pase 12 gram sik ajoute pou chak 6 ons.
Nwa ak Grenn	Nwa ak grenn kapab ranpli pa plis pase yon mwatye nan kondisyon pwodwi ki ranplase vyann nan manje maten, manje midi, ak soupe.	Nwa ak grenn kapab ranpli tout kondisyon pwodwi ki ranplase vyann nan manje maten, manje midi, ak soupe.

PWODWI KI RANPLASE LÈT

Mete ajou inite mezi Vitamin A ak Vitamin D pou pwodwi ki ranplase lèt likid. Kantite Vitamin A ak Vitamin D ki nesèsè nan pwodwi ki ranplase lèt likid la pa chanje; se sèlman inite mezi a ki chanje pou konfòme ak egzijans etikèt Administrasyon Aliman ak Medikaman (Food and Drug Administration, FDA).

Nitriman	Egzijans Aktyèl Pou chak tas 8 ons	Egzijans ki Ajou Pou chak tas 8 ons
Kalsyòm	276 mg*	276 mg*
Pwoteyin	8 g*	8 g*
Vitamin A	500 IE*	150 mkg* ekivalan aktivite retinòl (retinol activity equivalents, RAE)
Vitamin D	100 IE*	2.5 mkg*
Mayezyòm	24 mg*	24 mg*
Fosfò	222 mg*	222 mg*
Potasyòm	349 mg*	349 mg*
Riboflavin	0.44 mg*	0.44 mg*
Vitamin B-12	1.1 mkg*	1.1 mkg*

*mg = miligram; g = gram; IE = inite entènasyonal; mkg = mikwogram.

KOMINOTE TRIBI

Etablisman k ap sèvi prensipalman patisipan Endyen Ameriken oswa Natif Alaska yo ka ranplase legim pou satisfè egzijans sereyal yo.