

तौल रूपान्तरणहरू

चिल्लो पदार्थ रहित वा 1% कम
चिल्लो पदार्थ भएको दुध



1 ग्यालन = 3.78 लिटर

WIC चीज



16 आउन्स = 454 ग्राम

दही



32 आउन्स = 907 ग्राम

WIC ब्रेड



16 आउन्स = 454 ग्राम

WIC अन्न



18 आउन्स = 510 ग्राम

पिन्ट बटर



16-18 आउन्स = 454-510 ग्राम

जुस



64 आउन्स = 1.89 लिटर

एकाग्र WIC जुस



11.5 आउन्स = 340 मिलिलिटर

ताजा केरा



गणना = एक

क्यानमा राखिएको सिमी



15-16 आउन्स = 425-454 ग्राम

सुख्खा सिमी/मटर/मसुरोको दाल



1 पाउण्ड = 454 ग्राम

शिशुको लागि Gerber अन्न



8 आउन्स = 227 ग्राम

Enfamil नवजात शिशु



12.5 आउन्स = 354 ग्राम

WIC शिशु खान



4 आउन्स = 113 ग्राम

WIC शिशु खाना मासुहरू



2.5 आउन्स = 71 ग्राम

तौल रूपान्तरणहरू:

आउन्स = 0Z

16 आउन्स = 1 पाउण्ड = 454 ग्राम



यो संस्था समान अवसर प्रदायक हो।