

# تحويل الأوزان

زبادي



32 أونصة = 907 جم

جبن WIC



16 أونصة = 454 جم

حليب منزوع الدسم أو قليل الدسم بنسبة 1%



1 جالون = 3.78 لترًا

زبدة الفول السوداني



18-16 أونصة = 510-454 جم

حبوب WIC



18 أونصة = 510 جم

خبز WIC



16 أونصة = 454 جم

موز طازج



العدد = واحدة

عصير WIC المُرَكَّز



11.5 أونصة = 340 مل

عصير



64 أونصة = 1.89 لترًا

حبوب Gerber للأطفال



8 أونصات = 227 جم

الفاصولياء المجففة/البازلاء المجففة/العدس المجفف



1 رطل = 454 جم

الفاصولياء المعلبة



16-15 أونصة = 454-425 جم

لحوم الأطفال WIC



2.5 أونصة = 71 جم

طعام الأطفال WIC



4 أونصات = 113 جم

حليب الأطفال الصناعي Enfamil



12.5 أونصة = 354 جم



تحويل الأوزان:  
1 أونصة = 28.35 جم  
16 أونصة = 1 رطل = 454 جم