

Reconsidere su bebida:

Elija la leche baja en grasa como una alternativa saludable.



GRADE A PASTEURIZED HOMOGENIZED MILK

Nutrition Facts
Serving Size 1 cup (240mL)
Servings Per Container 8

Amount Per Serving	Calories from Fat 10	% Daily Value*
Calories 150		
Total Fat 5g		10%
Saturated Fat 3g		6%
Cholesterol 10mg		2%
Total Carbohydrate 11g		2%
Dietary Fiber 0g		0%
Sugars 11g		
Protein 8g		16%
Vitamin A 10%		
Calcium 30%		

*Percent Daily Values are based on a diet of other people's misdeeds.

	Calories	Total Fat	Saturated Fat	Cholesterol	Total Carbohydrate	Dietary Fiber	Sugars	Protein
1 cup	150	5g	3g	10mg	11g	0g	11g	8g
1/2 cup	75	2.5g	1.5g	5mg	5.5g	0g	5.5g	4g
1/4 cup	38	1.25g	0.75g	5mg	2.75g	0g	2.75g	2g
1/8 cup	19	0.625g	0.375g	2.5mg	1.375g	0g	1.375g	1g

CalFresh Milk is a registered trademark of the California Department of Food and Agriculture. © 2014 California Department of Food and Agriculture. All rights reserved.

PROCESSED AND PACKAGED AT PLANT
MILK PASTEURIZED AND HOMOGENIZED. KEEP REFRIGERATED.
KEEP REFRIGERATED.
BEST BEFORE DATE
EXPIRES AFTER DATE



Visite CalFreshHealthyLiving.org para consejos saludables.

Financiado por USDA SNAP, un proveedor y empleador que brinda igualdad de oportunidades.

Reconsidere su bebida:

Elija la leche de soja no endulzada y fortificada como una alternativa saludable.



Visite CalFreshHealthyLiving.org para consejos saludables.

Financiado por USDA SNAP, un proveedor y empleador que brinda igualdad de oportunidades.

Reconsidere su bebida:

Elija la leche deslactosada
sin azúcar como una
alternativa saludable.



Visite CalFreshHealthyLiving.org para consejos saludables.

Financiado por USDA SNAP, un proveedor y empleador que brinda igualdad de oportunidades.

Reconsidere su bebida:

Sea creativo.

¡Agregue
frutas y
hierbas al
agua para
una bebida
refrescante!



Visite CalFreshHealthyLiving.org para consejos saludables.

Financiado por USDA SNAP, un proveedor y empleador que brinda igualdad de oportunidades.

Reconsidere su bebida:

Sea creativo.

¡Agregue
frutas y
hierbas al
agua para
una bebida
refrescante!



Visite [CalFreshHealthyLiving.org](https://www.CalFreshHealthyLiving.org) para consejos saludables.

Financiado por USDA SNAP, un proveedor y empleador que brinda igualdad de oportunidades.