

서빙 단위는 어느 정도의 양입니까? WHAT DOES A SERVING SIZE LOOK LIKE?

- 빵 1 온스 = CD 케이스

1 oz. bread = CD case



- 중간 크기 과일 1개 = 테니스 공

1 medium fruit = tennis ball



- 치즈 1 온스 = 주사위 2개

1 oz. cheese = 2 dice



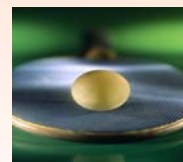
- 고기, 가금류, 생선 3
온스 = 카세트 테이프

3 oz. meat, fish or Poultry = cassette tape



- 땅콩 버터 2 스푼 = 탁구공

2 Tbsp. peanut butter = ping-pong ball



- 조리된 파스타 1/2 컵 =
컴퓨터 마우스

1/2 cup cooked pasta = computer mouse

