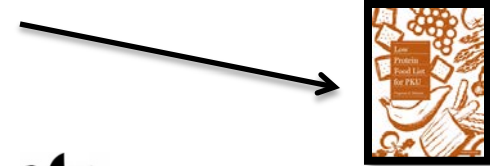


# Cómo Usar Su Libro, "Low Protein Food List for PKU!"

Puedes averiguar cuántos miligramos de Phe hay en la comida , puedes buscar dentro de este libro!



## Cómo se hace:



Marca	Comida	Medir	Peso (gm)	Phe (mg)	No. de Cambiar	Mg Phe/ Gm Comida	Proteína (gm)	Calorías (Kcal)
	Este cuadro tendrá el nombre de la comida.							
XXX	XXX	1porción	XXX	#	XXX	XXX	XXX	XXX



Este cuadro le ayudará a averiguar cuántos miligramos de Phe se encuentran en la comida después de haber pesado la comida.




### Siga los Sigüientes Pasos

Paso #1: Pese su comida!




Paso #2: Multiplicar el peso de la comida con el número en el cuadro de fresa

**# de gramos × mg!Phe/gm comida**

Peso (gramos) 



  
Mg Phe/ Gm Comida