





















































# What 1 Pound of Produce Really Means

	<b>APPLES:</b> 4, medium size		<b>LETTUCE:</b> 2 heads
	<b>BEETS:</b> 5, medium size		<b>MUSHROOMS:</b> 6 cups
	<b>BELL PEPPERS:</b> 3, large size		<b>ONIONS:</b> 5, medium size
	<b>BRUSSELS SPROUTS:</b> 20		<b>ORANGES:</b> 3, medium size
	<b>CABBAGE:</b> 1, medium size		<b>PEARS:</b> 4 pears, medium size
	<b>CARROTS:</b> 5, medium size		<b>PINEAPPLE:</b> 1/2, medium size
	<b>CAULIFLOWER:</b> 2, small size		<b>POTATOES:</b> 3, medium size
	<b>CELERY:</b> 1 bunch		<b>SQUASH:</b> 1/2, medium size
	<b>CHILI PEPPERS:</b> 3, medium size		<b>STRAWBERRIES:</b> 2 cups
	<b>CORN:</b> 1 cob		<b>TOMATOES:</b> 4, medium size
	<b>CUCUMBERS:</b> 2, medium size		<b>WATERMELON:</b> 20 pounds each
	<b>EGGPLANT:</b> 1, small size		<b>YAMS:</b> 3, small size
	<b>GRAPES:</b> 3 cups		
	<b>HONEYDEW:</b> average melon is 6lbs		

# Lo que Significa 1 Libra de Productos Frescos

	<b>MANZANAS:</b> 4, tamaño mediano		<b>LECHUGA:</b> 2 cabezas
	<b>BETABEL:</b> 5, tamaño mediano		<b>HONGOS:</b> 6 tazas
	<b>CHILE CAMPANA:</b> 3, tamaño grande		<b>CEBOLLAS:</b> 5, tamaño mediano
	<b>BRUSELAS:</b> 20		<b>NARANJAS:</b> 3, tamaño mediano
	<b>REPOLLO:</b> 1, tamaño mediano		<b>PERAS:</b> 4 peras, tamaño mediano
	<b>ZANAHORIAS:</b> 5, tamaño mediano		<b>PIÑA:</b> 2 libras cada una
	<b>COLIFLOR:</b> 2, tamaño pequeño		<b>PAPAS:</b> 3, tamaño mediano
	<b>APIO:</b> 1 manojo		<b>CALABAZA:</b> 1/2, tamaño mediano
	<b>CHILES:</b> 3, tamaño mediano		<b>FRESAS:</b> 2 tazas
	<b>MAÍZ:</b> 1 elote		<b>TOMATES:</b> 4, tamaño mediano
	<b>PEPINOS:</b> 2, tamaño mediano		<b>SANDIA:</b> 20 libras cada una
	<b>BERENJENA:</b> 1, tamaño pequeño		<b>CAMOTES:</b> 3, tamaño pequeño
	<b>UVAS:</b> 3 tazas		
	<b>MELON:</b> 6 libras cada una		