

LECHE DE OREGÓN

Hay aproximadamente 123,000 vacas lecheras en Oregon.

¡Una vaca lechera necesita tomar agua como del tamaño de una tina, todos los días!



Hay 6 razas principales de ganado lechero. En Oregon, las razas más comunes son "Jersey" y "Holstein".

NUTRIENTES QUE SE ENCUENTRAN EN LA LECHE

- ~ La leche es una buena fuente de proteína - hay más o menos 8 gramos de proteína en cada taza de leche.
- ~ Solo 1 vaso de leche da 30% del calcio que se necesita en un día. ¡El calcio es necesario para desarrollar huesos fuertes!
- ~ La leche es rica en vitamina B-12, lo que le ayuda al cuerpo a mantener el sistema nervioso saludable. ¡Una taza de leche tiene 20% de la cantidad recomendada diariamente!
- ~ La leche desnatada tiene todas las vitaminas y nutrientes de la leche entera, pero tiene solo 2,4 gramos de grasa en una taza.

En 1864, Louis Pasteur inventó un procedimiento llamado *la pasteurización*, que ayudó a crear un suministro de leche más segura.



Una vaca puede producir cerca de 7 galones de leche al día. ¡Esto equivale a unos 112 cartones de leche para las comidas de la escuela, por vaca cada día!



La leche se usa para hacer una serie de productos lácteos como queso, helado o nieve, yogur y mucho más.



Toma solo 2 días para que la leche llegue desde la vaca hasta la tienda.



Este contenido es de propiedad intelectual de Oregon Milk Producers. All Rights Reserved. No se permite la reproducción o el uso no autorizado sin el consentimiento escrito de Oregon Milk Producers. Este contenido es de propiedad intelectual de Oregon Milk Producers. All Rights Reserved. No se permite la reproducción o el uso no autorizado sin el consentimiento escrito de Oregon Milk Producers. Este contenido es de propiedad intelectual de Oregon Milk Producers. All Rights Reserved. No se permite la reproducción o el uso no autorizado sin el consentimiento escrito de Oregon Milk Producers.