

## Leche

### Permitida

- Leche de vaca simple pasteurizada únicamente
- El tipo, la medida y la cantidad se indican en los Beneficios del WIC

### Cualquier Marca

- En polvo (solo de 3, 8 o 10 cuartos)
- Evaporada/enlatada (solo latas de 12 oz)
- Reducida en lactosa o 100 % libre de lactosa
- Leche UHT (no percedera)
- Kosher

### Marca de la Tienda Únicamente

- Leche líquida

### No Permitida

Leche "plus"; leche de cabra; leche de arroz; leche con sabor o azúcar agregados, como Nido; suero de leche cultivado; leche cultivada acidófila; leche cultivada de kéfir; leche orgánica; Leche Klim; mitad y mitad; leche con calcio agregado; productos de leche ultradescremada o superdescremada; opciones de leches veganas



## Queso

### Permitido

- Queso hecho en EE. UU. de leche de vaca 100 % pasteurizada únicamente
- Queso etiquetado como bajo o reducido en colesterol, con contenido bajo o reducido en grasas o bajo en sodio
- Rodajas individuales, en trozo o rallado

### Cualquier Marca

Paquetes de 8 o 16 oz solo de las siguientes variedades:

- Americano (proceso de pasteurización)
- Cheddar
- Colby
- Monterey Jack
- Muenster
- Mozzarella (parcialmente descremado o entero)
- Provolone
- Suizo
- Se permiten mezclas de estas variedades

### No Permitido

Rebanadas empaquetadas individualmente, queso del Deli, queso importado, queso procesado, queso para untar, productos de queso, queso con sabor, queso deshebrado, queso orgánico

## Leche a Base de Plantas

### Permitida

- Tamaños de medio galón y un cuarto de galón



**8th Continent**  
Original y Vanilla

**bettergoods**  
**Bettergoods**  
Original



**Pacific Foods**  
Ultra Soy Original  
(solo tamaño de un cuarto de galón)

**ripple**

**Ripple\***  
Original\*  
(solo presentación de un cuarto)

**Silk**

**Silk**  
Original,  
Unsweetened\*  
y Vanilla\*

## Tofu

De 16 oz únicamente

### Permitido

**Azumaya**  
Tofu

**Azumaya**  
Extra Firm y Firm

**Franklin Farms**

**Franklin Farms**  
Extra Firm, Firm,  
Medium y Soft

**House Foods**

**House Foods America**

Extra Firm, Firm y  
Medium Firm



**Nature's Soy**  
Firm y Soft

### No Permitido

Tofu con grasas, azúcares, aceites o sodio agregados; tofu orgánico



## Yogur

Se permiten envases de 32 oz y paquetes con envases de 4 oz

### Permitido

- Los tipos se enumeran en los Beneficios del WIC: entero, bajo en grasa, sin grasa

### Entero

**Axelrod**  
Plain

**Bowl and Basket (ShopRite)**  
Plain

**Brown Cow**  
Plain, Maple y Vanilla

**Dannon**  
Plain y Vanilla

**Desi Natural Dahi**  
Plain

**Essential Everyday**  
Plain

**Foodtown**  
Plain

**La Yogurt**  
Plain, Strawberry y  
Vanilla

**Lucerne**  
Plain

**Weis**  
Plain

### Bajo en Grasa

#### Activia

Black Cherry,  
Blueberry, Mango,  
Mixed Berry, Peach,  
Prune, Strawberry,  
Strawberry Banana y  
Vanilla

**No Permitido: Light**

**Axelrod**  
Plain

**Best Yet**  
Plain

**Bowl and Basket (ShopRite)**  
Plain, Strawberry  
y Vainilla

**Coburn Farms**  
Plain

**Cream O Land**  
Plain

**Crowley**  
Plain

**Dannon**  
Plain

**Desi Natural Dahi**  
Plain

**Essential Everyday**  
Plain

**Foodtown**  
Plain

**Great Value (Walmart)**  
Peach y  
Strawberry Banana

### LaLa

Mango, Plain,  
Strawberry y Vanilla

**La Yogurt**  
Plain y Vanilla

**Lucerne**  
Plain

**Mehadrin (Kosher)**  
Plain

**Stop & Shop**  
Plain

**Urban Meadow**  
Plain

**Wegmans**  
Plain

**Weis**  
Plain

**White Rose**  
Plain

**Yoplait**  
Blueberry

Harvest Peach

Kid Strawberry  
Banana/Raspberry

Kid Strawberry/  
Blueberry

Kid Strawberry/  
Strawberry Banana

Strawberry Banana  
Vanilla

### Sin Grasa

**Axelrod**  
Plain

**Best Yet**  
Plain

**Bowl and Basket (ShopRite)**  
Plain

**Dannon**  
Plain

**Desi Natural Dahi**  
Plain

**Essential Everyday**  
Plain

**Foodtown**  
Plain

**Great Value (Walmart)**  
Plain

**J&J (Kosher)**  
Plain

**La Yogurt**  
Plain

**Lucerne**  
Plain

**Stop & Shop**  
Plain y Vanilla

**Urban Meadow**  
Plain

**Wegmans**  
Plain

**Weis**  
Plain

**White Rose**  
Plain

**Yoplait**  
Plain

### No Permitido

Griego; orgánico; yogures bebibles; yogur con endulzantes artificiales y no nutritivos (como sucralosa, acesulfame y stevia, que se ven en muchos yogures "light"), yogur con ingredientes incorporados, como granola, trozos de dulces, miel, nueces e ingredientes similares

## Huevos

Cartón de una docena (12 huevos) únicamente

### Permitidos

- Grandes, de grado A, únicamente
- Blancos únicamente

Cualquier Marca

### No Permitidos

Cajas de media docena (6 huevos), huevos cocidos, huevos muy grandes, huevos extragrandes, huevos medianos, huevos de color, huevos especiales, huevos con bajo contenido de colesterol, huevos orgánicos, Eggland's Best, huevos de gallinas no enjauladas/de campo, huevos con Omega 3



## Habichuelas, Guisantes y Lentejas

### Secos

De 16 oz únicamente

### Permitidos

- Variedades de habichuelas, guisantes o lentejas maduros

Cualquier Marca

### Enlatados

Solo de 15 a 16 oz

### Permitidos

- Regulares
- Bajos en sodio
- Variedades de habichuelas, guisantes y lentejas maduros
- Orgánicos

Cualquier Marca



### No Permitidos

Habichuelas verdes; guisantes verdes; chícharos; habichuelas amarillas; habichuelas de cera (estos se pueden comprar con el beneficio de valor efectivo para frutas y vegetales del WIC); habichuelas al horno, carne de cerdo con habichuelas, habichuelas con carne (como salchichas con habichuelas), habichuelas enlatadas con azúcares, grasas, carnes o aceites agregados, o sopas

## Pescado Enlatado

### Permitidos

- Cualquier combinación hasta la cantidad indicada en los Beneficios del WIC
- Se permiten paquetes de varias unidades y sobres
- Cualquier marca
- **Atún claro**
  - De 2,5 oz en adelante
  - Latas o sobres envasados solo en agua o aceite (variedades naturales únicamente)
- **Salmón rosado**
  - 2,5 oz en adelante
  - Latas o sobres envasados solo en agua o aceite (variedades naturales únicamente)
- **Sardinias**
  - Latas de 3,75 oz envasadas solo en agua o aceite (pueden contener espinas y piel; variedades naturales únicamente)



### No Permitidos

Atún blanco, salmón blueback, caballa, salmón rojo, pescado saborizado con condimentos/saborizantes y otros ingredientes añadidos, pescado orgánico

## Mantequilla de Maní

De 16 o 18 oz únicamente

### Permitida

- Cremosa o crujiente
- Reducida o baja en grasa
- Natural

Cualquier Marca

### No Permitida

Mantequilla de maní orgánica; untable de maní; mantequilla de maní recién molida o batida; mantequilla de maní mezclada con mermelada, malvaviscos, chocolate o miel; mantequilla de maní con vitaminas y minerales agregados



## Frutas y Vegetales

### Frutas y Vegetales Frescos

#### Permitidos

- Frutas y vegetales naturales
- Cualquier variedad de frutas y vegetales frescos, enteros o troceados en paquetes o envases
- Mezclas para ensaladas sin condimentar, ensalada de col y vegetales de hojas verdes en paquetes o envases
- No es necesario que las frutas y los vegetales se cultiven localmente
- Papas frescas
- Hierbas frescas (en bandeja/atado/etc.)
- Orgánicos



#### No Permitidos

Artículos de la góndola de ensaladas; bandejas o charolas de fiestas; canastas de frutas; vegetales y frutas decorativos; frutas y vegetales deshidratados, nueces, incluidos maníes; mezcla de frutas y nueces; frutas y vegetales en bolsa con salsas, aderezos u otros ingredientes; hierbas secas o en maceta; hierbas y especias en frasco, picadas o procesadas

### Frutas y Vegetales Congelados

#### Permitidos

- Cualquier marca (las frutas congeladas no pueden contener azúcar agregada)
- Cualquier vegetal o mezcla de vegetales naturales
- Puré de papa sin ingredientes añadidos
- Cualquier tipo de envase (bolsa, caja)
- Cualquier tamaño
- Las papas se permiten con o sin sal
- Habichuelas congeladas (todos los tipos)
- Orgánicos



#### No Permitidos

Vegetales con salsas, como salsas de queso o cualquier otro tipo de salsa; condimentados, saborizados o empanados; productos con azúcares, grasas o aceites agregados, o cualquier otro ingrediente; tater tots preparadas o congeladas; papas a la francesa; frutas empaquetadas con almíbar (pesado, ligero, naturalmente ligero, extraligero, etc.)

### Frutas y Vegetales Enlatados

#### Permitidos

- Cualquier marca y cualquier tamaño (se permiten paquetes de envases individuales de fruta)
- Cualquier vegetal o fruta natural o mezcla de estas
- Envasados en agua o jugo de fruta natural
- Puré de manzana (sin endulzar)
- Incluidos todos los envases o bolsos no percederos
- Regulares o bajos en sodio
- Tomates en pasta, puré, enteros, molidos, guisados y rebanados
- Guisantes y habichuelas de Lima
- Orgánicos



#### No Permitidos

Chucrut, pepinillos o vegetales a la crema (incluye elote); habichuelas al horno, habichuelas con carne de puerco, habichuelas negras, alubias, garbanzos, habichuelas rojas, habichuelas de Lima, habichuelas pintas, habichuelas blancas, soya, guisantes en mitades, lentejas u otras legumbres maduras (se pueden comprar con el beneficio de legumbres/mantequilla de maní); ketchup; salsa de pepinillos encurtidos; aceitunas; productos con azúcar, grasa, aceite, condimentos o carne agregados; productos en paquetes con jarabe (espeso, ligero, naturalmente ligero, extraligero, etc.), especias y hierbas añadidas, sopas, pizza, espagueti y salsa de tomate o salsas

\* Artículo nuevo

## Alimento para Bebé



### Fórmula para bebés

#### Permitidas

- El tipo, el tamaño y la cantidad se enumeran en los Beneficios del WIC

### Cereales

#### Contenedores de 8 oz únicamente

#### Permitidos

- La cantidad se indica en los Beneficios del WIC
- Variedades naturales únicamente
- De arroz, avena, mezcla de granos, trigo integral



First Choice



Gerber

#### No Permitidos

Cereales orgánicos para bebés, cereales para bebés con ingredientes adicionales, como DHA, fórmula, frutas, yogur o proteínas agregados

### Carnes

Solo envases de 2.5 oz (se permiten paquetes con varias unidades)

#### Permitidas

- La cantidad se indica en los Beneficios del WIC
- Variedades de un solo tipo de carne o ave de corral con caldo o salsa
- Orgánicas



Baby Basics



Beech-Nut



Earth's Best Organic



Gerber

#### No Permitidas

Combinaciones de alimentos para bebés (como carne y vegetales); comidas para bebés (como espagueti y albóndigas), alimentos para bebés con azúcar o sal agregadas

### Frutas y Vegetales

#### Contenedores individuales de 4 oz

- 2 paquetes de 2 oz (un total de 4 oz) = 1 contenedor
  - 1 paquete de 2 unidades 4 oz (un total de 8 oz) = 2 contenedores
- Se permite una variedad de paquetes de contenedores de 4 onzas

#### Permitidos

- La cantidad se indica en los Beneficios del WIC
- Cualquier fruta o vegetal individual
- Cualquier combinación de diferentes frutas y vegetales
- Bolsas
- Orgánicos



Alpina



Baby Basics



Beech-Nut



Beech-Nut Naturals



Beech-Nut Organics



Bowl and Basket



Earth's Best Organic



First Choice



Gerber



Good & Gather\*



Happy Baby Organics



Nature's Promise



O Organics



Once Upon a Farm



Parent's Choice



Peter Rabbit Organics



Plum Organics



Tippy Toes



Tippy Toes Organic



Wholesome Pantry



Organic Wild Harvest

#### No Permitidos

Alimentos para bebés con azúcares, almidones o sal agregados; alimentos para bebés con cereales, carnes o postres para bebés (como tartas de melocotón); cualquier variedad de alimentos para bebés que contengan DHA o yogur

## Jugo

Solo 100 % jugo

### Jugo Concentrado Congelado de 11,5 o 12 oz

#### Cualquier marca

- Naranja (regular, con calcio, pulpa, etc.)

#### Cualquier marca

- Toronja



Best Yet

- Apple



Essential Everyday

- Apple
- Grape



Freedom's Choice

- Apple



Great Value (Walmart)

- Apple
- Grape



Hannaford

- Apple (from concentrate)



Market Pantry (Target)

- Apple
- Grape



My Essentials

- Apple (from concentrate)



Old Orchard

- 100% Juice Orange Blend
- Apple
- Grape
- Pineapple
- White Grape



Signature Select (Acme)

- Apple
- Berry Blend
- Cranberry
- Grape



Stop & Shop

- Apple
- Grape



Tipton Grove

- Apple



Weis

- Apple



Parade

- Apple



Seneca

- Apple



ShopRite

- Apple



\* Artículo nuevo

## Envases no Refrigerados y Refrigerados de 64 oz

### Cualquier Marca

- Naranja (regular, con calcio, pulpa, etc.)

### Cualquier Marca

- Toronja



### Apple & Eve

- Apple (y 48 oz)
- Cranberry Apple (y 48 oz)
- Cranberry Grape
- Cranberry Pomegranate
- Cranberry Raspberry (y 48 oz)
- Natural Style Apple
- Naturally Cranberry (y 48 oz)
- Strawberry Passion
- Watermelon Grape



### Best Yet

- Apple
- Cranberry
- Grape
- Orange (solo 48 oz)
- Orange Mango (y 48 oz)
- Orange Pineapple (y 48 oz)
- Pineapple (y 48 oz)
- Purple Grape
- Tomato
- Vegetable
- White Grape



### Campbell's

- Tomato
- Low Sodium Tomato



### Diane's Garden

- Vegetable (from concentrate)



### Essential Everyday

- Apple
- Apple cider\*
- Apple w/ Calcium
- Apple w/ Vitamin D
- Cranberry
- Grape
- Pineapple
- Tomato
- Tomato (low sodium)
- Vegetable
- Vegetable (low sodium)
- White grape\*



### Foodtown

- Apple
- Grape



### Freedom's Choice

- Apple (y 48 oz)
- Grape
- Tomato



### Great Value (Walmart)

- Apple
- Cranberry Grape
- Fruit Punch
- Grape
- Mango Peach
- Orange Blend
- Pear
- Tomato
- Vegetable
- White Grape Peach



### Hannaford

- Apple
- Grape



### Hy-Top

- Apple
- Grape
- Cranberry Grape
- Tomato
- Vegetable



### IGA

- Apple
- Grape



### Juicy Juice

- Any flavor Juicy 100% Juice
- Apple (y 48 oz)
- Cherry (y 48 oz.)
- Fruit Punch (y 48 oz.)
- Grape (y 48 oz.)
- Kiwi Strawberry (y 48 oz.)
- Orange Tangerine (y 48 oz.)



### Kedem

- Grape



### Key Food

- Apple
- Apple Cranberry
- Cranberry
- Pineapple Grape
- White Grape



### Krasdale

- Apple
- Grape



### Langers

- Apple
- Apple Berry Cherry
- Apple Cranberry
- Apple Grape
- Apple Kiwi Strawberry
- Apple Orange Pineapple
- Apple Peach Mango
- Concord Grape
- Cranberry Plus
- Cranberry Raspberry Plus
- Pineapple
- Pineapple Orange



### Life Every Day

- Apple
- Grape



### Market Pantry (Target)

- Apple
- Grape
- Tomato



### Mott's

- Apple (y 48 oz)
- Apple Cherry
- Apple Mango
- Apple White Grape
- Fruit Punch (y 48 oz.)
- Kiwi Strawberry (y 48 oz.)
- Pineapple Passion



### My Essentials

- Apple
- Grape



### Nature's Own

- Apple
- Grape



### Northland

- Blueberry Blackberry
- Acai
- Cranberry (y 48 oz.)
- Cranberry Blackberry
- Cranberry Cherry
- Cranberry Grape
- Cranberry Mango
- Cranberry Pomegranate
- Cranberry Raspberry
- Pomegranate
- Raspberry
- Blueberry



### Ocean Spray

- Cranberry
- Cranberry Cherry
- Cranberry Concord Grape
- Cranberry Elderberry
- Cranberry Mango
- Cranberry Pineapple
- Cranberry Pomegranate
- Cranberry Raspberry
- Cranberry Watermelon

No permitidos: Variedades de sabor arándano rojo (cran)



### Old Orchard

- 100% Juice Orange Blend
- Acai Pomegranate
- Apple
- Apple Cranberry
- Berry Blend
- Black Cherry Cranberry
- Blueberry Pomegranate
- Cherry Pomegranate
- Cranberry Pomegranate
- Grape
- Kiwi Strawberry
- Orange Tangerine
- Peach Mango
- Red Raspberry
- Strawberry Watermelon
- White Grape
- Wild Cherry



### Parade

- Apple
- Grape



### PriceRite

- Apple



### Red & White

- Apple
- Cranberry
- Cranberry Apple
- Cranberry Grape

### No Permitidos

Jugos y medidas no incluidos anteriormente, jugos orgánicos, productos que no son 100 % jugo (bebidas, Ades, néctares, refrescos, Hi-C, cócteles, bebidas tipo twisters, splashes y punches; jugos con azúcar añadida, sustitutos del azúcar o DHA/ARA, jugos para bebés); jugos prensados en frío



### Ruby Kist

- 100% Juice Orange Blend
- Apple (y 48 oz)
- Orange (solo 48 oz)
- Grape
- Pineapple (y 48 oz)
- Tomato
- White Grape (y 48 oz)



### Seneca

- Apple (y 48 oz)



### Sesame Street

- Big Bird's Apple
- Cookie Monster's Berry
- Elmo & Abby's Mango Strawberry
- Elmo's Punch
- Grover's White Grape



### ShopRite

- Apple
- Apple Cider
- Grape
- Pineapple
- Tomato
- Vegetable (low sodium)
- White Grape



### Signature Select (Acme)

- Apple
- Cranberry
- Cranberry Grape
- Cranberry Pomegranate
- Cranberry Raspberry
- Grape
- Pineapple
- Tomato
- Vegetable
- White Grape



### Stop & Shop

- Apple
- Apple Cider
- Cranberry
- Grape
- Tomato
- Vegetable



### That's Smart

- Grape



### Tipton Grove

- Apple
- Grape



### Urban Meadow

- Apple



### V8

- Original
- Vegetable
- Low Sodium Vegetable
- Spicy Hot Vegetable



### Wegmans

- Apple
- Cranberry
- Cranberry Apple
- Cranberry Concord Grape
- Cranberry Raspberry
- Grape



### Weis

- Apple
- Apple with Calcium
- Cranberry
- Cranberry Apple
- Cranberry Grape
- Grape
- White Grape



### Welch's

- Grape
- Grape w/ Calcium
- Red Grape
- Super Berry
- White Grape
- White Grape Peach

\* Artículo nuevo

# Cereal Frío

De 12 a 36 oz únicamente



## Morning Cheers

- 7 Grain Flakes
- Bran Flakes
- Bran Sticks



## General Mills

- Cheerios
- Multi Grain Cheerios
- Cheerios Hearty Nut Medley
- Cheerios Veggie Blends Apple Strawberry
- Cheerios Veggie Blends Blueberry Banana
- Blueberry Chex
- Cinnamon Chex
- Corn Chex
- Rice Chex
- Wheat Chex\*
- Fiber One Honey Clusters
- Kix
- Mott's Apple Cinnamon\*
- Mott's Very Berry\*
- Total Whole Grain
- Wheaties

## Grain Berry

- Cinnamon Frosted Shredded Wheat
- Multi-Bran Flakes
- Original Toasted Oats



## Kellogg's

- Corn Flakes
- Corn Flakes Honey
- Crispix
- Frosted Mini Wheats
- Frosted Mini Wheats Little Bites Blueberry
- Frosted Mini-Wheats Cocoa
- Frosted Mini Wheats Golden Honey
- Frosted Mini Wheats Little Bites Pumpkin Spice
- Frosted Mini Wheats Little Bites Strawberry
- Rice Krispies
- Special K
- Special K Protein Honey Almond Ancient Grains
- Special K Protein Original Multi Grain Touch of Cinnamon



## Malt-O-Meal

- Crispy Rice
- Frosted Mini Spooners
- Raisin Bran\*
- Strawberry Mini Spooners



## Post

- Bran Flakes\*
- Grape Nut Flakes
- Great Grains Banana Nut Crunch
- Great Grains Crunchy Pecan
- Great Grains Raisin Date Pecan\*
- Honey Bunches of Oats with Almonds
- Honey Bunches of Oats with Cinnamon Bunches
- Honey Bunches of Oats Honey Roasted
- Honey Bunches of Oats with Vanilla Bunches
- Raisin Bran\*



## Quaker

- Life Multigrain Cereal Original
- Mighty Life Strawberry Blueberry Bliss
- Mighty Life Very Vanilla



## Freedom's Choice

- Bran Flakes
- Corn Flakes
- Crisp Rice
- Crispy Honey Oats and Flakes with Almonds
- Frosted Shredded Wheat
- Toasted Oats



## Avenue A

- Corn Flakes
- Toasted Oats



## Best Yet

- Bite Size Bite Size Frosted Shredded Wheat
- Bran Flakes
- Corn Flakes
- Crispy Rice
- Toasted Oats

## Essential Everyday

- Bite Size Frosted Shredded Wheat
- Corn Flakes
- Crispy Rice
- Crunchy Corn Squares
- Crunchy Rice Squares
- Raisin Bran
- Strawberry Cream Frosted Shredded Wheat
- Toasted Oats
- Wheat Bran Flakes



## Foodtown

- Corn Flakes
- Frosted Shredded Wheat
- Toasted Oats



## Freedom's Choice

- Bran Flakes
- Corn Flakes
- Crisp Rice
- Crispy Honey Oats and Flakes with Almonds
- Frosted Shredded Wheat
- Toasted Oats



## Great Value (Walmart)

- Corn Flakes
- Crisp Rice
- Tasteos
- Toasted O's



## Hyde Park

- Corn Flakes
- Hy-Top
- Corn Flakes



## IGA

- Bran Flakes Enriched
- Corn Flakes



## Kemach

- Bran Flakes
- Corn Flakes
- Crisp Rice



## Key Food

- Corn Flakes



## Kiggins

- Corn Flakes



## Krasdale

- Corn Flakes



## Life Every Day

- Corn Flakes
- Toasted Oats



## My Essentials

- Corn Flakes



## Parade

- Corn Flakes



## Ralston

- Corn Flakes



## Red & White

- Corn Flakes



## ShopRite

- Bite Sized Frosted Shredded Wheat
- Corn Flakes
- Toasted Oats



## Shurfine

- Corn Flakes



## Signature Select (Acme)

- Bran Flakes
- Corn Flakes
- Toasted Oats



## Stop & Shop

- Bran Flakes
- Corn Flakes
- Crispy Rice
- Frosted Shredded Wheat
- Honey Crunchin' Oats
- Honey Crunchin' Oats With Almonds
- Oats & O's



## That's Smart

- Crisp Rice



## Urban Meadow

- Corn Flakes
- Rice Crispy
- Toasted Oats



## Wegmans

- Corn Flakes
- Multi-Grain Toasted



## Weis

- Bite Size Strawberry Frosted Shredded Wheat
- Corn Flakes
- Crispy Rice
- Frosted Shredded Wheat
- Toasted Oats
- Wheat Bran Flakes
- Wheat Flakes



Solo de 11,8 a 36 oz



## B & G Food

- Cream of Rice Original
- Cream of Wheat 1 Minute
- Cream of Wheat 2 1/2 Minute
- Cream of Wheat Original Instant
- Cream of Wheat Whole Grain 2 1/2 Minute



## Best Yet

- Instant Oatmeal Original



## Essential Everyday

- Instant Oatmeal Original



## Farina

- Wheat Cereal Original



## Food Club

- Instant Oatmeal Original



## Great Value (Walmart)

- Instant Oatmeal Original



## Hy-Top

- Instant Oatmeal Original



## IGA

- Instant Oatmeal Original



## Key Foods

- Instant Oatmeal Original



## Malt-O-Meal

- Wheat Cereal Original



## Weis

- Instant Oatmeal Original



## Parade

- Instant Oatmeal Original



## Paskesz\*

- Instant Oatmeal Original



## Quaker

- Instant Oatmeal Original
- Instant Grits Original
- Quick Creamy Wheat

No permitidos: Quick 5-Minute



## ShopRite

- Instant Oatmeal Original



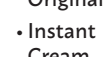
## Signature Select (Acme)

- Instant Oatmeal Original



## Stop & Shop

- Instant Oatmeal Original



## Malt-O-Meal

- Instant Cream Farina Original



## Weis

- Instant Oatmeal Original

No Permitido

Los cereales y las medidas no incluidos, cereales orgánicos

\* Artículo nuevo

## Arroz Salvaje e Integral\*

Paquetes de 8 a 24 oz

### Permitidos

- Cualquier marca
- De grano largo o corto
- Instantáneo, de cocción rápida, en bolsa apta para cocción o regular
- Mezclas de arroz salvaje/ integral



### No Permitidos

Orgánico, arroz con azúcares, grasas, sal o condimentos/ saborizantes añadidos

## Tortillas 100 % Integrales de Trigo y Maíz

Paquetes de 8 a 24 oz

<b>America's Choice</b> Whole Wheat	<b>Great Value</b> Whole Wheat	<b>Mex-America</b> Whole Wheat w/ Honey	<b>Stop &amp; Shop</b> White Corn Whole Wheat Yellow Corn
<b>Carlita</b> Soft White Corn Whole Wheat	<b>Herdez</b> Whole Wheat Corn	<b>Mission</b> Whole Wheat Yellow Corn	<b>Wegmans</b> Whole Wheat
<b>Celia's</b> Whole Wheat Yellow Corn	<b>Key Food</b> Whole Wheat White Corn	<b>Ortega</b> Whole Wheat	<b>Weis</b> Whole Wheat
<b>Chi Chi's</b> Whole Wheat White Corn	<b>La Banderita</b> White Corn Yellow Corn	<b>Safeway</b> White Corn*	
<b>Don Pancho</b> Whole Wheat White Corn	<b>ShopRite</b> Whole Wheat Fajita Whole Wheat	<b>Signature Select</b> White Corn*	
	<b>Mayan Farm</b> Whole Wheat	<b>Signature Select</b> Whole Wheat	

## Pan y Productos de Harina de Trigo 100 % Integral

Paquetes de 8 a 24 oz

### Permitidos

- Pan integral, roscas integrales, muffins ingleses integrales, pan pita integral y otros productos de pan integral

<b>America's Choice</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Frankzoz</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Market Pantry (Target)</b> 100% Whole Wheat Bread*	<b>Pepperidge Farm</b> 100% Farmhouse Whole Wheat Bread*	<b>Shoprite Bowl &amp; Basket</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Super Bread</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Windmill Farms</b> 100% Stone-Ground Whole-Wheat Bread w/ Gluten, Hamatzie
<b>Arnold</b> 100% Stone Ground Whole Wheat Bread	<b>Freihofer</b> 100% Whole Wheat Bread*	<b>Mission</b> 100% Whole Wheat Bread*	<b>Nature's Own</b> 100% Very Thin Whole Wheat Bread	<b>Signature Select</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Thomas</b> 100% Whole Wheat Bagels (6 count)*	<b>Wonder</b> 100% Stone-Ground Whole-Wheat Bread w/ Gluten, Mezonos
<b>Best Yet</b> 100% Whole Wheat Buns (8 count)*	<b>Great Value</b> 100% Whole Wheat Bread*	<b>Nature's Own</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Sara Lee</b> 100% Whole Grain Thin Sliced 15 Grain Bread*	<b>Stern's</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Toufayan</b> 100% Whole Wheat English Muffins (6 count)*	<b>Wegmans</b> 100% Hearty Whole Wheat Bread*
<b>Baker's Choice</b> 100% Whole Wheat Sandwich Thins (6 count)*	<b>Gold Medal</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Panera</b> 100% Whole Wheat Bread*	<b>Schmidt Old Time</b> 100% Whole Grain Oatmeal Bread*	<b>Stroehmann</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Urban Meadow</b> 100% Whole Wheat Pita Bread*	<b>Weis</b> 100% Soft Whole Wheat Bread*
<b>Bimbo</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Hannaford</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>PAS</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Stroehmann</b> 100% Whole Grain Thin Sliced*	<b>Stroehmann</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Wegmans</b> 100% Whole Wheat English Muffins (6 count)*	<b>Weis</b> 100% Soft Whole Wheat Bread*
<b>Essential Everyday</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Key Food</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>PAS</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Sara Lee</b> 100% Whole Grain Thin Sliced*	<b>Stroehmann</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Weis</b> 100% Soft Whole Wheat Bread*	<b>Weis</b> 100% Soft Whole Wheat Bread*
	<b>Krasdale</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>PAS</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Schmidt Old Time</b> 100% Whole Grain Thin Sliced*	<b>Stroehmann</b> 100% Whole Wheat Bread	<b>Weis</b> 100% Soft Whole Wheat Bread*	<b>Weis</b> 100% Soft Whole Wheat Bread*

**No Permitidos**  
Panes saborizados, como pan de miel y pan de pasas y canela

\* Artículo nuevo

## Pastas de Trigo 100 % Integral

Paquetes de 12 a 16 oz

<b>Allegra</b> Spaghetti	<b>Chuster</b> Elbows Penne Spirals Spaghetti	<b>Good &amp; Gather</b> Rotini Spaghetti	<b>Hodgson Mill</b> Angel Hair Elbows Spirals Thin Spaghetti	<b>Signature Select</b> Elbow Macaroni Linguine Penne Rigate Rotini Spaghetti Thin Spaghetti
<b>Barilla</b> Angel Hair Elbows Linguine Medium Shells Penne Rotini Spaghetti Thin Spaghetti	<b>Essential Everyday</b> Macaroni Penne Rigate Rotini Spaghetti Thin Spaghetti	<b>Great Value (Walmart)</b> Elbows Linguine Penne Rotini Spaghetti Thin Spaghetti	<b>Ronzoni</b> Linguine Penne Rigate Rotini Spaghetti Thin Spaghetti	<b>Via Roma</b> Penne Rigatoni Spaghetti
<b>Bionaturae Organic</b> Fettuccine Fusili Penne Rigate Rigatoni Spaghetti	<b>Gia Russa</b> Angel Hair Linguine Penne Rigate Rotini Spaghetti	<b>Heartland</b> Elbow Rotini	<b>ShopRite</b> Penne Rigate Rotini Spaghetti	<b>Weis</b> Angel Hair Penne Rigate Rotini Spaghetti

## Quinoa

Paquetes de 12 a 16 oz

<b>Permitida</b>	<b>Good &amp; Gather</b> Rainbow Quinoa*	<b>Kitov</b> Vacuum Packed Quinoa*	<b>Nature's Promise</b> Classic White Quinoa*
• En bolsa apta cocción	<b>Goya</b> Black Quinoa*	<b>La Bonne</b> Red Quinoa*	<b>O Organics</b> Tri-Color Quinoa*
• Orgánicos	<b>Red Quinoa*</b>	<b>Tri-Color*</b>	<b>Pereg</b> Red Quinoa*
• De cualquier color	<b>Tri-Color Quinoa*</b>	<b>White Quinoa*</b>	<b>Tri-Color Quinoa*</b>
<b>Badia</b>	<b>Great Value</b> White Quinoa*	<b>Lior</b> Multi Grain Medley	<b>Success</b> Tri-Color Quinoa*
<b>Galil</b> Tri-Color Quinoa*	<b>Tri-Color Quinoa*</b>	<b>Minute</b> Wild Rice & Quinoa*	
<b>Goldbaums</b> Baby Quinoa*	<b>Ios</b> White Quinoa*	<b>Tri-Color Quinoa*</b>	
<b>Red Quinoa*</b>	<b>Tri-Color*</b>		
<b>Tri-Color Quinoa*</b>			
<b>White Quinoa*</b>			

**No Permitida** Quinoa con azúcares, grasas, sal o condimentos/ saborizantes añadidos

¿Tienes preguntas?

Comunícate con la agencia estatal del WIC de Nueva Jersey al 1-609-292-9560.

Para obtener más información sobre el programa del WIC de Nueva Jersey, visita <https://www.nj.gov/health/fhs/wic>.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.



Spanish