

# برنامـج تغذـية WIC حـصة غـذـائيـة شـهـريـة لـلـطـفـل الـبـالـغـ منـعـمرـ سـنـةـ وـاـحـدـةـ (1)

\*ممـولـ بـهـ اـعـتـبارـاـ مـنـ 1ـ أـكـتوـبـرـ 2025

الحبوب	الفواكه والخضروات	البروتين
36 أونصة من الحبوب  حتى 24 أونصة من خبز القمح الكامل أو منتجات الحبوب الكاملة الأخرى مثل: الأرز البني، والبرغل، والشوفان، والذرة الطيرية، والتورتيلا من القمح الكامل، والمكرونة / المعكرونة من القمح الكامل	64 أونصة من عصير معتمد من برنامج WIC، أو بدل نقدي بقيمة 3 دولارات  قيمة نقدية للمشتريات (CVB) مقدارها 26 دولاراً  منتجـاتـ الـأـلـبـانـ	دستة (1) من البيض  عبوة بها 16 أونصة من الفاصوليـاـ/البازلاء المـجـفـفةـ أوـ عـلـبـ بـكـلـ مـنـهـاـ 15ـ إـلـىـ 16ـ أـوـ عـلـبـ بـكـلـ مـنـهـاـ 15ـ إـلـىـ 16ـ أـوـ عـلـبـ بـكـلـ مـنـهـاـ 15ـ إـلـىـ 18ـ مـرـطـبـانـ وـاحـدـ (1)ـ بـهـ 16ـ إـلـىـ 18ـ أـونـصـةـ مـنـ زـبـدةـ الـفـولـ السـوـدـانـيـ  6 أونصـاتـ مـنـ السـمـكـ المـعـلـبـ
36 أونصة من الحبوب  حتى 24 أونصة من خبز القمح الكامل أو منتجات الحبوب الكاملة الأخرى مثل: الأرز البني، والبرغل، والشوفان، والذرة الطيرية، والتورتيلا من القمح الكامل، والمكرونة / المعكرونة من القمح الكامل	غالونان (2) من الحليب - خالي الدسم، أو قليل الدسم، أو حليب أسيدو فيلوس الحلو  32 أونصة من الزبادي قليل الدسم أو خالي الدسم  16 أونصة من الجبن  توفر بـدائـلـ.ـ تـحدـثـ مـعـ قـدـمـ خـدـمـاتـ بـرـنـامـجـ WICـ الـخـاصـ بـأـكـيـدـ إـلـىـ كـنـتـ بـحـاجـةـ إـلـىـ خـيـارـاتـ خـالـيـةـ مـنـ الـلـاـكـتـوزـ أـوـ مـصـنـوـعـةـ مـنـ الصـوـيـاـ.	

CVB\* = قيمة نقدية مخصصة للفواكه والخضروات الطازجة والمجمدة والمجمدة والمجمدة



حمل تطبيق "WIC Shopper" متسوق برنامج WIC

- ♦ اعرض رصيـدـكـ
- ♦ ابحث عن متاجر
- ♦ اعرض الأطعـمـةـ المعـتـمـدةـ



هذه المؤسـسـةـ تـتـبـنىـ مـبـداـ تـكـافـقـ الفـرـصـ