

La Lactancia materna es el mejor comienzo para el bebé...

ALIMENTOS PARA BEBES – CARNES

Para los bebés lactantes de 6 a 11 meses

CUALQUIER MARCA

- El tamaño y la cantidad indicada en su cheque WIC
- Varietades de carne o pollo individuales con caldo o salsa

NO PERMITIDO

Combinaciones de alimentos para bebés (tales como carne y vegetales); cena infantil (tales como espaguetis y albóndigas); alimentos para bebé agregada con azúcares o sal; carnes orgánicas para bebés

ALIMENTOS PARA BEBÉS – FRUTAS Y VEGETALES

CUALQUIER MARCA

- El tamaño, cantidad y marca indicada en su cheque WIC
- Varietad de un solo ingrediente fruta comercial alimentario para lactantes
- Varietad de un solo ingrediente vegetal comercial alimentario para lactantes
- Combinación de ingredientes individuales sencillos (tales como arvejas y zanahorias o manzanas y guineos)
- Los paquetes de 2 (4oz.) y los 4 oz. contenedores individuales están permitidos.
- Un paquete de 2 cuenta como 2 (4oz.) contenedores individuales.

NO PERMITIDO

Alimentos para bebe con agregados de azúcares, féculas or sal; combinaciones de alimentos para bebe con cereales o postres para bebes (tales como pastel de bebes, pastel de duraznos); alimentos orgánicos de bebe; toda variedad de alimentos para bebes que contenga DHA o yogurt)

CEREAL PARA BEBÉS

- El tamaño, cantidad y marca indicada en su cheque
- Sólo la caja de 8 oz.
- Sólo para variedades sencillas
- Arroz, avena, granos mezclados, Trigo Integral

NO PERMITIDO

Cereal para bebes con ingredientes adicionales tales como DHA, formula, frutas, el yogurt o proteínas agregadas; cereal orgánico para bebes

FORMULA PARA BEBÉS

Marca, tamaño y cantidad, que aparece en su cheque WIC

LECHE

- Solo la leche de vaca pasteurizada
- Tipo, tamaño y cantidad que aparece en su cheque WIC

MARCAS DE TIENDA

Líquida

CUALQUIER MARCA

- Evaporada/Enlatada (solo las latas de 12 oz.)
- Reducida en lactosa o 100% libre de lactosa
- Leche UHT (no precedera)
- En Polvo

NO PERMITIDO

Leche "Plus"; leche de cabra; leche de arroz; leche con saborizantes o azúcar agregados; suero de leche cultivada; leche cultivada acidofila; leche cultivada Kéfir; leche orgánica leche Klim; mezcla de crema y leche; leche con calcio agregado; leche ultra-desnatada y leche de súper-desnatada

LECHE DE SOYA

- Tamaño y la cantidad enumerada en su cheque WIC
- 8th Continent Original Soy Milk
- 8th Continent Vanilla Soy Milk
- Silk Original Milk

QUESO

- Solo el queso hecho en los USA de leche de vaca 100% pasteurizada
- Se permiten los quesos marcados de colesterol bajo o reducido, bajo o reducido en grasas, bajo o con poco sodio
- Se permiten lonchas de queso, bloqueado o rallados

Cualquier Marca

Solo los paquetes de 16 oz. en las siguientes variedades:

Americano de proceso pasteurizado	
Cheddar	Colby
Monterey Jack	Muenster
Mozzarella parcialmente descremada o entera	
Provolone	Suizo

NO PERMITIDO

Tajadas envueltas individualmente; queso de deli; queso alimentos; queso para untar; quesos importados; derivados de queso; productos de quesos; queso saboreados; queso en tiras; queso orgánico

TOFU

- Solo paquetes de 16 oz.
- Azumaya Tofu Silken
- House Foods America Firm
- House Foods America Medium Firm
- House Foods America Extra Firm

NO PERMITIDO

Tofu con adición de grasas, azúcar, aceites o sodio, y Tofu orgánico.

PESCADO ENLATADO

Exclusivamente Para Las Mujeres Que Amamantan

CUALQUIER COMBINACIÓN HASTA LA CANTIDAD QUE APARECE EN EL CHEQUE WIC

SÓLO IBERIA JACK MACKEREL - Latas de 15 oz. envasadas solo en agua o aceite (pueden tener huesos y piel); solo las variedades simples

ATÚN CLARO - Mínimo lata de 5 oz. envasada solo en agua; sólo para variedades sencilla

SALMON ROSADO - Latas de 7.5 oz. y 14.75 oz. Envasada solo en agua o aceite; sólo para variedades simples

SARDINAS - Latas de 3.75 oz. envasada sólo en agua o aceite (pueden tener huesos y piel); sólo para variedades sencilla

NO PERMITIDO

Atún albacora; salmón azulado, salmón rojo; pescado con condimentos agregados; pescado con bolsa; pescados en contenedores de tamaño de porción individual; pescado orgánico

NO OLVIDE

No olvide separar sus alimentos WIC por cada cheque de WIC. Esto le ayudará en el uso de los cheques WIC correctamente y también ayudará a la cajera que registra a los artículos WIC por cada cheque.

PRODUCTOS DE GRANO ENTERO 100%

PRODUCTOS DE PAN INTEGRALES del 100%

(solo paquetes de 16 oz.)

AMERICA CHOICE

ARNOLD

Stone Ground 100% Whole Wheat Bread

BEST YET

BIMBO

ESSENTIAL EVERYDAY

FRANCOZ

GOLD MEDAL

HANAFORD

KEY FOOD

KRASDALE

PAS

PEPPERIDGE FARM

Light Style & Stone Ground

SARA LEE

SHOPRITE

SIGNATURE KITCHENS

STERN'S

100% Whole Wheat Rolls (8 count)

100% Whole Wheat Bread

STOP & SHOP

SUNGRAIN

WINDMILL FARMS

100% Stone Ground Whole Wheat Bread w/Gluten, Hamatzie

100% Stone Ground Whole Wheat Bread w/Gluten, Mezonos

WONDER

OTROS PRODUCTOS DE GRANO ENTERO

ARROZ INTEGRAL

- Cualquier Marca
- 16 oz.
- Arroz integral empaquetado en cajas o bolsas
- Puede ser instantáneo, rápido o normal para cocinar

NO PERMITIDO

Arroz integral con azúcares agregados, grasas o sal; arroz con otros ingredientes agregados; arroz integral orgánico

Tortillas - (solo paquetes de 16 oz.)

America Choice - Whole Wheat

Carlita - Soft White Corn, Whole Wheat

Celia's - Whole Wheat, Yellow Corn

Chi Chi's - White Corn, Whole Wheat

Don Pancho - White Corn, Whole Wheat

Herdez - Corn, Whole Wheat

Key Food - White Corn, Whole Wheat

La Banderita - Corn

La Burrita - Corn

Mayan Farm - Whole Wheat

Mex-America - Whole Wheat w/Honey

Mission - Yellow Corn, Whole Wheat

My Essentials - Whole Wheat

Ortega - Whole Wheat

ShopRite - Whole Wheat Flour

Stop & Shop - White Corn, Whole Wheat Flour

Wegmans - Whole Wheat

Weis - Whole Wheat

PRODUCTOS DE LA PASTA INTEGRALES del 100%

(solo paquetes de 16 oz.)

Allegra - Spaghetti

Barilla - Angel Hair, Elbows, Linguine, Medium Shells, Penne, Rotini, Spaghetti, Thin Spaghetti

Bionaturae Organic - Fettuccine, Fusili, Penne Rigate, Rigatoni, Spaghetti

Essential Everyday - Penne Rigate, Rotini, Spaghetti, Thin Spaghetti

Gia Russa - Angel Hair, Linguine, Penne Rigate, Rotini, Spaghetti

Great Value - Thin Spaghetti

Heartland - Elbow, Rotini

Hodgson Mill - Angel Hair, Elbows, Spirals, Thin Spaghetti

Ronzoni - Linguine, Penne Rigate, Rotini, Spaghetti, Thin Spaghetti

ShopRite - Penne Rigate, Rotini, Spaghetti

Via-Roma - Penne Rigatoni, Spaghetti

Weis - Angel Hair, Penne Rigate, Rotini, Spaghetti

Sólo los artículos de la comida presentados a través del proceso de revisión estatal y aprobados se permiten. NINGUNAS EXCEPCIONES.

Los participantes WIC tienen derecho a cualquiera de los alimentos en la lista de alimentos que están disponibles en los estantes de las tiendas. Esta lista de alimentos está sujeta a cambios.

SERVICIOS WIC DE NUEVA JERSEY

LISTA DE ALIMENTOS APROBADOS

FECHA DE ENTRADA ENERO 2017

Utilice esta lista de alimentos WIC, su carpeta de identificación de WIC y sus cheques WIC para ayudarle correctamente seleccionar alimentos autorizados en los cheques WIC. Asegúrese de comprar todos los artículos listados en sus cheques.

No se olvide de usar sus cheques WIC entre el primer y último día para usar y no se olvide de firmar sus cheques WIC

después de

que la cajera rellene la correcta cantidad total en dólares.

No se admiten sustituciones

no autorizadas de

marcas o tamaños de alimentos de WIC. Ningunos controles (cheques) de lluvias. No se entrega dinero en efectivo, crédito o cheques devueltos de WIC o alimentos de WIC. Sólo el tipo, las tallas (tamaños) y las cantidades puestas en una lista de controles (cheques) de WIC se permiten.



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

www.nj.gov/health/fhs/wic/home/nondiscrim.shtml

4/2017

100% JUGO SOLAMENTE

CONTENEDORES REFRIGERADOS y NO REFRIGERADOS de 64 oz. • SÓLAMENTE PARA NIÑOS

CUALQUIER MARCA

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

BEST YET

Manzana	Arándano	Piña
Uva y Arándano	Uva Morada	Vegetales
Uva Blanca		

DIANE'S GARDEN

Jugo de Vegetales (concentrado)

ESSENTIAL EVERDAY

Manzana (con calcio y vitamina D)	Manzana
Arándano	Piña
Tomate	Tomate (bajo sodio)
Vegetales	Vegetales (bajo sodio)

FOODTOWN

Manzana Uva

GREAT VALUE

Manzana Uva Tomate
Uva Blanca Vegetales

HANNAFORD BROTHERS CO.

Manzana Uva

HARVEST HILL

Jugos Juicy Juice (cualquier sabor)

HY-TOP

Manzana Uva y Arándano
Uva Tomate
Vegetales

IGA

Manzana Uva

KEY FOOD

Manzana Arándano y Manzana
Arándano Piña
Uva y Arandano Uva Blanca

KRASDALE

Manzana Uva

MARKET PANTRY

Manzana Uva Tomate

MY ESSENTIALS

Manzana Uva

NATURE'S OWN

Manzana Uva

PARADE

Manzana Uva

RED & WHITE

Manzana Arándano
Arándano y Manzana Arándano y Uva
Uva

SHOPRITE

Manzana Arándano
Uva Blanca Vegetales (bajo sodio)

SIGNATURE KITCHENS

Manzana Arándano Arándano Plus
Uva Piña Tomate
Vegetales Uva Blanca

STOP & SHOP

Manzana Manzana (con 20% calcio)
Uva Tomate Vegetales
Arándano (mezcla de 3 jugos)

TIPTON GROVE

Manzana (concentrado)
Uva (concentrado)

WEGMANS

Manzana

Manzana (concentrado con 20% calcio)

Arándano (concentrado, mezcla de 3 jugos)

Arándano-Manzana (concentrado con mezcla de Jugo)

Uva Concord-Arándano rojo
(concentrado, mezclas de jugos)

Jugo de Arándano y Frambuesa
(concentrado, mezcla de 4 jugos)

Jugo de Uva (concentrado con 10% calcio y 10% fibra)

Jugo de Uva (concentrado)

WEIS

Manzana (calcio fortificado)

Mezcla de Jugo Arándano

Mezcla de Jugo Arándano-Manzana

Mezcla de Jugo Arándano-Uva

Mezcla de Arándano-Frambuesa

Uva morada

Tomate

Vegetales

Uva Blanca

100% JUGO SOLAMENTE

SOLO CONTENEDORES DE CONCENTRADO CONGELADO DE 11.5-12oz. (SOLO PARA MUJERES)

CUALQUIER MARCA

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

BEST YET

Manzana

SIGNATURE KITCHENS

Manzana

ESSENTIAL EVERYDAY

Manzana Uva

GREAT VALUE

Manzana Uva

HANNAFORD BROTHERS CO.

Manzana (concentrado)

MARKET PANTRY

Manzana Uva

MY ESSENTIALS

Manzana (concentrado)

PARADE

Manzana

SHOPRITE

Manzana

STOP & SHOP

Manzana Uva

TIPTON GROVE

Manzana

WEGMANS

Manzana Manzana (con calcio)

WEIS

Manzana

100% JUGO SOLAMENTE

SOLO LATAS 11.5 OZ. • SOLO PARA MUJERES
LÍQUIDO CONCENTRADO

WELCH'S 100% JUGO LÍQUIDO CONCENTRADO

Manzana Uva

NO PERMITIDO PARA TODO TAMAÑO DE JUGO

Jugos no mencionados anteriormente Los productos que no son 100% jugo (bebidas, ades,néctares, refrescos, Hi-C, cócteles, los tomados, salpicaduras, onches, jugos con adición deazúcar, sustituto del azúcar o DHA/ARA, jugos de bebé), tamaños no indicados anteriormente; jugos orgánicos

CEREALES PARA EL DESAYUNO

CUMPLE CON LOS REQUISITOS MINIMOS POR ONZA POR CONTENIDO DE HIERRO (>45% RDA) Y CONTENIDO DE AZÚCAR (<6 GRAMS)

CEREALES CON LAS MARCAS DE TIENDAS SOLAMENTE 18 OZ. HASTA 36 OZ.

COPOS DE MAIZ (Corn Flakes)

Best Yet	Ralston
Foodtown	Red & White
Great Value	Signature Kitchens
Hy-Top	ShopRite
IGA	Shurfine
Key Food	Stop & Shop
Kemach	Wegmans
Kiggins	Weis
Krasdale	
My Essentials	
Parade	

OTROS CEREALES

Great Value (Crisp Rice)
Great Value (Tasteos)
Kemach (Bran Flakes)
Kemach (Crisp Rice)
Wegmans (Multi-Grain Toasted)
Weis (Oats & More with Honey)
Weis (Wheat Flakes)

CEREALES CON LAS MARCAS NACIONAL SOLAMENTE 18 OZ. HASTA 36 OZ.

GENERAL MILLS

Cheerios (tradicional) Go Diego Go
Dora the Explorer Kix (tradicional)

KELLOGG'S

All Bran Complete Wheat Flakes
Corn Flakes
Rice Krispies
Special K Original

MALT-O-MEAL

Crisp Rice
Oat Blenders with Honey

POST

Grape Nut Flakes
Honey Bunches of Oats (honey roasted)
Honey Bunches of Oats (w/Almonds)
Honey Bunches of Oats (w/Cinnamon Bunches)

CEREALES CALIENTES HASTA 36 OZ. PERMITIDO

B & G FOOD

Cream of Wheat (1 minute) (28 oz.)
Cream of Wheat (2 1/2 minutes) (28 oz.)
Cream of Wheat Whole Grain (2 1/2 minutes) (18 oz.)
Cream of Wheat Enriched Farina (10 minutes) (28 oz.)

BEST YET

Instant Oatmeal Original (11.8 oz.)

ESSENTIAL EVERYDAY

Instant Oatmeal Original (11.8 oz.)

FARINA MILLS

Farina Creamy Hot Wheat Cereal Original (28 oz.)

HY-TOP

Instant Oatmeal Original (11.8 oz.)

IGA

Instant Oatmeal Original (11.8 oz.)

KEY FOOD

Instant Oatmeal Original (11.8 oz.)

MALT-O-MEAL

Malt-o-Meal Original (36 oz.)

PARADE

Instant Oatmeal Original (11.8 oz.)

QUAKER

Instant Grits Original (12 oz.)

SHOPRITE

Instant Oatmeal Original (11.8 oz.)

STOP & SHOP

Instant Oatmeal Original (11.8 oz.)

WEIS

Instant Oatmeal Original (11.8 oz.)

NO PERMITIDO PARA CEREALES

Todos los cereales no indicados, cereales organicos,los tamaños no indicados arriba

HUEVOS

CUALQUIER MARCA

- Clasificados A
- Solo blanco
- Solo el cartón de una docena (12 huevos)

NO PERMITIDO

Cartones de media docena (6 huevos); huevos cocidos; huevos jumbo; huevos extra grande; huevos medianos; huevos de cascara marrón; huevos especializados, huevos bajos en colesterol; Eggland's Best; huevos orgánicos, huevos de corral/huevos frescos; huevos omega-3

FRIJOLES, ARVEJAS & LENTEJAS

CUALQUIER MARCA

- SECOS – solo las bolsas de 16. oz. Las variedades sencillas de frijoles, arvejas o lentejas maduras.
- ENLATADOS – solo las latas de 15.5-16 oz. Las variedades sencillas de frijoles, arvejas o lentejas maduras.

NO PERMITIDO

Frijoles verdes; guisantes verdes; judías verdes; frijoles anaranjadas; frijoles de cera; frijoles horneados; carne de cerdo y frijoles; frijoles con carne (por ejemplo, salchichas y frijoles); frijoles enlatados con agregados de azúcar, grasas, carnes o aceites; frijoles orgánicos; sopas

MANTEQUILLA DE MANÍ

16oz.-18oz. Solamente

Permitido - Marcas de tienda , Skippy, JIF

- Cremosa o crujiente
- Baja grasa o reducido
- Natural

NO PERMITIDO

La mantequilla de maní organica, maní esparcida; recién molido o crema batida, la mantequilla de maní mezclado con la jalea, malvavisco, chocolate o miel; mantequilla de maní con vitaminas y minerales añadidos