

ЧИННО З 1 ЖОВТНЯ 2023 р.
ПО 30 ВЕРЕСНЯ 2024 р.

ПРОГРАМА WIC В
ПЕНСИЛЬВАНІЇ
СПИСОК
ПРОДУКТІВ
ТА ПУТІВНИК ДО
ПОКУПОК





Зміст

Молоко	2
Йогурт.....	3-4
Сир/соеві продукти.....	5-6
Сир для дітей і жінок.....	7-8
Сухі сніданки та каші.....	9-10
Фрукти/овочі	11
Бобові (квасоля)/рибні консерви.....	12
Яйця/арахісове масло	13
Цільнозернові вироби	14-16
Дитяче харчування.....	17-18

Поради щодо покупок з картою WIC

- Ваші пільги стають доступними на початку місяця о 00:51 та припиняються об 23:59 на кінця місяця.
- Не обов'язково купувати всі продукти за один раз. Купуйте те, що вам потрібно, коли вам це потрібно.
- Не використані пільги НЕ ПЕРЕНОСЯТЬСЯ на наступний період.
- Знайте свій баланс пільг. Збережіть останню квитанцію або перевірте «Мої пільги» (My benefits) у додатку WICShopper.
- З картою eWIC можна використовувати купони та акції магазинів («купи один, візьми другий безкоштовно»).

На касі:

- 1 На картку eWIC можна купити ті продукти, які зазначені на вашому балансі пільг за програмою WIC.
 - 2 Перш ніж касир почне сканувати продукти, скажіть, що ви користуєтеся картою eWIC.
 - 3 Вставте картку в кард-рідер і виконуйте інструкції. Система попросить вас ввести PIN-код.
 - 4 Касир відсканує товари, щоб підтвердити, що вони схвалені програмою WIC і включені в пільги вашої сім'ї.
 - 5 Ви повинні переглянути й затвердити продукти, які ви хочете придбати, перш ніж продаж стане остаточним. **Касир мусить запропонувати вам озаякнитися з квитанцією, перш ніж ви затвердите покупку.**
 - 6 **НЕ виймайте картку, доки система не попросить вас про це!**
 - 7 Продукти, які ви купуєте, буде знято з вашої картки eWIC, і ви отримаєте квитанцію про кінцевий баланс пільг WIC, який покаже, що залишилося.
 - 8 Завжди зберігайте чеки покупок за програмою WIC на випадок виникнення проблем у магазині АБО, якщо у вас не завантажений додаток WICShopper. Квитанція з кінцевим балансом показує, які продукти залишаються доступними для вашої родини. Додаток WICShopper оновлюється протягом 48 годин.
- Обов'язково зберігайте всі чеки на випадок виникнення будь-яких проблем у магазині. Треба буде показати їх в клініці програми WIC!





Безпека картки eWIC

- Захистіть свою картку. Бережіть її!
- Запам'ятайте свій PIN-код.
- НЕ повідомляйте свій PIN-код нікому, окрім навченої довіреної особи WIC.
- НЕ викидайте картку eWIC, коли ви використали всі свої пільги.
- Якщо ваша картка загублена, вкрадена або не працює в магазині, зверніться до місцевої клініки WIC.

Молоко

ЄМНОСТІ ОБ'ЄМОМ ГАЛОН АБО ПІВГАЛОНА

БУДЬ-ЯКОЇ МАРКИ

- Знежирене (1% або 1/2%) або збиране (skim), якщо у вашому балансі пільг WIC не вказано незбиране (whole) молоко або молоко зі зниженим вмістом жиру (2%). Ацидофільне молоко дозволяється. Кефір та ультрапастерізоване молоко дозволяються лише за умови, що у вас є кварта молока на балансі WIC.
- Безлактозне, кошерне, випарене або сухе молоко можна придбати, якщо воно є на вашому балансі WIC.

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ:

- Молоко з наповнювачами
 - Пахту
- Козяче молоко
- Органічне молоко
- Молоко в скляних пляшках
- Ультрафільтроване молоко
- Молоко з додатками:
 - кальцій
 - білок
 - рослинні стероли
 - вітамін С
 - Омега-3 жирні кислоти



ВИНЯТОК: Ви можете купити одну кварту молока, **тільки** якщо така ємність вказана на вашому балансі WIC.

ПОЖИВНА ЦІННІСТЬ

Подавайте збирані (skim) або нежирні (1%) молоко, сир та йогурт під час їжі та перекусів. Вони містять багато вітамінів, мінералів і білка, що зміцнює кістки, зуби й м'язи.

Йогурт

ТІЛЬКИ ЄМНОСТІ ОБ'ЄМОМ 32 УНЦІЙ

ТИП ВКАЗУЄТЬСЯ НА БАЛАНСІ ПІЛЬГ WIC:

НЕЗБИРАНИЙ (WHOLE), НЕЖИРНИЙ (LOWFAT) АБО ЗНЕЖИРЕНИЙ (NONFAT)

НЕЗБИРАНИЙ

A SHOPRITE® BRAND
bowl & basket.

Без
додатків

DANNON®

Натуральний,
без додатків,
полуниця, ваніль

Essential
EVERYDAY

Без додатків,
грецький без
додатків

Giant®

Грецький без
додатків,
грецький ваніль

GIANT EAGLE®

Грецький без
додатків

Great
Value

Грецький без
додатків

Lucerne

Без додатків,
ваніль

MOUNTAIN HIGH

Без додатків,
ваніль,
полуниця

OIKOS

Без додатків

OPEN
NATURE

Без

Quality
pics

Грецький без
додатків,
грецький ваніль

TOPS

Без

weis

З пробіотиками без
додатків, грецький без
додатків

НЕЖИРНИЙ

ACTIVA

Ваніль

BEST
DYL

Без
додатків,
ваніль

A SHOPRITE® BRAND
bowl & basket.

Без
додатків

DANNON®

Без
додатків,
ваніль

Essential
EVERYDAY

Без додатків, полуниця,
ваніль, лохина

food
club

Полуниця

Giant®

Без
платків

Great
Value

Персик, полуниця,
полуниця й банан,
ваніль

LALA®

Без
додатків

Lucerne

Без додатків,
полуниця,
ваніль

MOUNTAIN HIGH

Без
додатків,
ваніль

OPEN
NATURE

Без
платків

TOPS

Лохина змішаний
(blended), без
додатків, полуниця,
ваніль

weis

Без додатків, персик,
полуниця, лохина,
грецький без додатків,
грецький ваніль

Yoplait®

Врожайний, персик, полуниця, банан, ваніль, лохина, GoGurt (1 пакунок з 16 пакетиків по 2 унції АБО 2 пакунок з 8 пакетиків по 8 унцій) Всі смаки





ЗНЕЖИРЕНИЙ



Без додатків,
ваніль

Great Value

Без додатків, грецький
без додатків, грецький
ваніль, полуниця



Без додатків, Light &
Fit, грецький без
додатків



Без
лолатків



Без додатків, грецький
без додатків,
грецький ваніль

TOPS

Без додатків,
грецький ваніль,
грецький без додатків



Без додатків, ваніль,
грецький ваніль,
грецький без додатків



Грецький без
додатків, грецький
ваніль



Без додатків,
ваніль, грецький,
полуниця,
грецький без
додатків



Без
додатків



Без додатків,
ваніль, підсолоджений
медом,
підсолоджений
кленовим
сиропом



Грецький без
додатків,
грецький
полуниця,
грецький
ваніль

A SHOPRITE BRAND

bowl & basket.

Без
додатків



Без додатків,
ваніль



Грецький без
додатків,
грецький
ваніль

КОШЕРНИЙ ЗНЕЖИРЕНИЙ ЙОГУРТ

Має бути на балансі пільг WIC



Грецький без
додатків,
грецький ваніль



Без додатків



Без додатків

НЕ МОЖНА КУПИТИ:

- Йогурти з доданими інгредієнтами:
 - Гранолою
 - Шматочками цукерок
 - Медом
 - Горіхами
- Органічні йогурти
- Питні йогурти
- Зі штучними підсолоджувачами



Сир

ТІЛЬКИ ПАКУНКИ ВАГОЮ 8 АБО 16
УНЦІЙ

БУДЬ-ЯКОЇ МАРКИ

- Американський (пастеризований плавлений)
- Чедар
- Чедарелла
- Колбі (Лонгхорн)
- Коуджек
- Монтерей джек
- Моцарела
- Мюнстер
- Проволон
- Швейцарський

ДОЗВОЛЕНІ ТИПИ:

- Блок
- Нарізаний
- Тертий
- Палички
- Волокнистий



Сир може бути звичайним, зі зниженим вмістом жиру, нежирний або знежирений, зі зниженим вмістом холестеролу, безлактозний, зі зниженим вмістом натрію або з додаванням кальцію.

Вага, тип та вартість мають бути зазначені на пакунку. Кошерний сир має бути на вашому балансі пільг WIC.

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ:

- Сир кубиками
- Індивідуально упакованими шматочками
- Імпортний
- З відділу делікатесів
- Сирні продукти
- Імітації сиру
- Копчений сир
- Сирні продукти або спреди
- Органічний сир
- Сир з доданими інгредієнтами
- Сир в упаковці з водою

**1 ФУНТ
СИРУ
(16 унцій)**

=

**1/2
ФУНТА
(8 унц.)**

**1/2
ФУНТА
(8 унц.)**

ПОЖИВНА ЦІННІСТЬ

Кальцій і вітамін D працюють разом, щоб захистити ваші кістки. Кальцій допомагає будувати та підтримувати кістки, а вітамін D допомагає організму ефективно засвоювати кальцій.

Соєві продукти МАЮТЬ БУТИ НА БАЛАНСІ ПІЛЬГ WIC

СОЄВІ НАПОЇ

ЄМНОСТІ 32 АБО 64 УНЦІЙ



Pacific - Ultra Soy
Original

Тривало зберігання



8th Continent
Original або Vanilla

Відділ охолоджених продуктів



Silk
Original

Охолоджене або тривало зберігання



Great Value
Original

Відділ охолоджених продуктів

НЕ МОЖНА КУПИТИ: Соєві напої будь-яких інших марок або смаків

ТОФУ

ТІЛЬКИ ПАКУНКИ ПО 8 АБО 16 УНЦІЙ



Azumaya
Екстра-твердий,
шовковистий



House Foods
Premium

Напівтвердий, твердий, органічний, супер-твердий



Nasoya

Органічний, шовковистий, органічний, супер-твердий



Soy Boy
Firm



O Organics
Кубиками (8 унц.),
супер-твердий



Franklin Farms
Екстра-твердий,
твердий,
напівтвердий, м'який



Nature's Soy
Твердий, м'який

НЕ МОЖНА КУПИТИ: тофу будь-якої іншої марки

ПОЖИВНА ЦІННІСТЬ

Соя – це продукт з високою поживною цінністю, який містить повноцінний білок, вуглеводи, клітковину, корисні жири, вітаміни й мінерали, які є важливими для підтримки здоров'я. Якщо ви обираєте соєві продукти, можливо, у вашому раціоні також потрібні інші джерела кальцію та вітаміну D.



Сік для дітей

ТІЛЬКИ ПЛЯШКИ АБО КАРТОННІ ПАКЕТИ ОБ'ЄМОМ 64 УНЦІ

100% ПАСТЕРИЗОВАНИЙ СІК



Томатний, томатний зі знизеним вмістом натрію, V8 зі знизеним вмістом натрію, V8, V8 зі



100% сік, смаки «Sesame Street».

Не дозволяється:
Сік журавлини й інші види, а також «Fruitables»



Всі смаки крім червоного грейпфрута



Дозволяється тільки 100% сік; сокові напої не дозволяються.

Яблуко, виноград Конкорд, журавлина й ожина; журавлина і черешня, журавлина й виноград Конкорд, журавлина й манго, журавлина й ананас, журавлина й гранат, журавлина й малина, журавлина й кавун, журавлина й бузина



Всі смаки



Яблучний, яблуко з черешнею, яблуко з манго, яблуко з білим виноградом, яблуко Sensibles



Журавлина, журавлина й виноград, журавлина й малина, журавлина й лохина, журавлина й ожина, журавлина й гранат, журавлина й манго, гранат і лохина, лохина й ожина та асаї, журавлина й черешня, малина й лохина



Сік з чорного, червоного або білого винограду, білий виноград і персик, білий виноград і черешня, помаранець, ананас і яблуко



Ананасний



Всі смаки крім преміальних



Яблучний, виноградний, білий виноград, помаранчевий, овочевий



Яблучний

МАРК І МАГАЗИНИ

МАРКА	ЯБЛУКО	ВИНОГРАД	БІЛИЙ ВИНОГРАД	ЖУРАВЛИНА	АНАНАС	ОВОЧЕВИЙ	ТОМАТНИЙ	ГРУШОВИЙ	ГРЕЙПФРУТ
Best	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Yet Bowl & Basket	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Essential	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Everyday	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Food Club	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Food Lion	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Freedom's Choice	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Gian	●	●	●	●	●	●	●	●	●
t Giant	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Eagle	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Great Value	●	●	●	●	●	●	●	●	●
IGA	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Parad	●	●	●	●	●	●	●	●	●
e Pics by Price	●	●	●	●	●	●	●	●	●

ПОМАРАНЧЕВИЙ СІК БУДЬ-ЯКОЇ МАРКИ
Можна з вітаміном D і кальцієм.

НЕ МОЖНА КУПИТИ: СТОСУЄТЬСЯ ВСІХ СОКІВ

- Сидри
- Коктейл
- Органічний сік підсолоджувачами
- Соки з: штучними
- бета-каротином
- харчовими барвниками
- доданим цукром

Сік для жінок

ЗАМОРОЖЕНИЙ КОНЦЕНТРАТ ПО 11,5-12 УНЦІЙ

100% ПАСТЕРИЗОВАНИЙ СІК



Всі



Яблуко



Зимня суміш,
весіння суміш,
Літня суміш,
Осіння суміш,
Ананас,
Виноград,
Яблуко,
Померанець



Всі

**ПОМЕРАНЧЕВИЙ
СІК БУДЬ-ЯКОЇ
МАРКИ**

*Можна з вітаміном
D і кальцієм*

МАРКИ МАГАЗИНІВ

Always
Save Best
Best Yet
Essential Everyday
Food Club
Freedoms Choice
Gian
t
Giant
Eagle
Great Value
Pics by Price Chopper
Red & White
Signature Select
Tipton Grove
Weis



ПЛЯШКИ ПО 48 УНЦІЙ

100% ПАСТЕРИЗОВАНИЙ СІК



Яблуко, журавлина
і яблуко,
журавлинна суміш
або журавлина з
малиною



Яблучний



Яблучні



Всі



Померанчевий



Традиційний журавлинний



Яблуко, померанець,
ананас, виноград, білий
виноград



Яблучний

ДОЗВОЛЯЮТЬСЯ ДОДАТКИ КАЛЬЦІЯ ТА ВІТАМІНІВ С І D.

Не дозволяються жодні інші додані вітаміни або мінерали.

- вуглекислий газ
- Омега-3
- вітамін А

- вітамін Е
- алкоголь
- клітковина

- ДГК
- арахідонова кислота

Сухі сніданки та каші

Сухі сніданки, пакунки по 12-36 унцій | Каші, пакунки по 9,8 - 36 унцій *Доступні продукти без клейковини. Перевірте, чи є позначка GF на пакунку або спитайте вашого дієтолога програми WIC*

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ: Сухі сніданки та каші будь-яких інших марок, типів або розмірів.



Гаряча манка



Оригінальні, з маслом приготування



Швидкого приготування оригінальна



Оригінальна, швидк.



Цільно-зернова



Оригінальна або пластівці



Гаряча манка, манка з какао (Coco Wheats)



Звичайна або мультизлакова



Кукурудза, рис, пшениця, кориця, лохина



Медові кульки

Пластівці з пшениці та висівки



(Honey Clusters)



Кориця, коричневий цукор, мед і горіхи, золотистий клен



Оригінальні, з протеїном і корицею



Оригінальні «Bite Size» і «Little Bites» - всі смаки



Оригінальні, ваніль



Звичайні

ЯК КУПУВАТИ КАШІ ТА СУХІ СНІДАНКИ

Купуйте будь-який набір ухвалених програмою WIC сухих сніданків або каш так, щоб в сумі вони склали стільки унцій, скільки є на вашому балансі пільг WIC.



або





Звичайні
(Regular),
медові, ягідні
Berry Berry



Мигдаль, ваніль,
підсмажені з медом,
Honey Bunches of
Oats клен і pekan,
Honey Bunches of
Oats булочка з
корицею



Вівсянка
швидкого
приготування



З бананом і горіхами
(Banana Nut Crunch), з
горіхом pekan (Crunchy
Pecan)



Оригінальні
та

**ЦІЛЬНОЗ
ЕРНОВІ
КАШІ**
— ДОБРЕ, ЩОБ
ПОЛОВИНА В
ВАШОМУ
РАЦІОНІ БУЛА
ЦІЛЬНО-
ЗЕРНОВИМИ



ПІДСМАЖЕНИЙ ОВЕС
КУКУРУДЗА ХРУСТКИЙ РИСЕ
КУКУРУДЗЯНІ КВАДРАТИКИ (АБО ПЕЧИВО)
РИСОВІ КВАДРАТИКИ (БО ПЕЧИВО)

**МАРКИ
МАГАЗИНІВ**

Essential	●	●	●	●	●
Everyday	●	●	●	●	●
Food Club	●	●	●	●	●
Gian	●	●	●	●	●
t Gian	●	●	●	●	●
Eagle	●	●	●	●	●
Great Value	●	●	●	●	●
IGA	●	●	●	●	●
Krasdale	●	●	●	●	●
Pics	●	●	●	●	●
Signature Select	●	●	●	●	●
That's Smart	●	●	●	●	●

СУХІ СНІДАНКИ ТА КАШІ

18
oz

або

12
oz

+

12
oz

+

12
oz

або

12
oz

+

24
oz

10

Фрукти й овочі

- ✓ Органічні дозволяються
- ✓ Будь-яких марок

СВІЖІ

КУПУЙТЕ:

- ✓ Без упаковки або упаковані
- ✓ Цілі або нарізані



ЗАМОРОЖЕНІ

КУПУЙТЕ:

- ✓ Без додатків
- ✓ В пакетах або коробках
- ✓ Можна зі зниженим вмістом натрію



НЕ КУПУЙТЕ:

- ✗ З салатного бару, тарілки з нарізками або кошики з фруктами
- ✗ Трави, горіхи або арахіс
- ✗ Салатні набори з горіхами, сухариками або заправками
- ✗ Фрукти та овочі з соусами
- ✗ Сухофрукти, фруктову «шкіру» (leathers) або фруктові закуски

НЕ КУПУЙТЕ:

- ✗ З цукром, паніровкою, медом, маслом, соусом, сиром, жиром або олією
- ✗ З м'ясом, рисом або макаронними виробами
- ✗ Картоплю фрі або картопляні кульки (tater tots)
- ✗ Супи

КОНСЕРВОВАНІ В БАНКАХ

КУПУЙТЕ:

- ✓ Тільки з водою або соком
- ✓ В металевих, скляних або пластмасових ємностях
- ✓ Можна зі зниженим вмістом натрію



НЕ КУПУЙТЕ:

- ✗ З доданим м'ясом, жиром, олією, рисом або макаронними виробами
- ✗ З доданим цукром або в сиропі
- ✗ Зі штучними підсолоджувачами
- ✗ Мариновані овочі, кислу капусту або оливки чи маслини
- ✗ Журавлинний соус або начинки для пирогів
- ✗ Супи
- ✗ Сальсу в скляних банках або соус для макаронів
- ✗ Вироби для немовлят або дітей, або в пакетиках для вичавлення
- ✗ Все, що містить черешню Мараскіно
- ✗ Приправи та кетчуп

Органічні фрукти та овочі можна купувати, але вони звичайно дорожчі. Ви зможете купити більше, якщо вони будуть не органічними.

Бобові (квасоля)

Типи бобових, які можна купувати:

- Консервні банки по 15 та 16 унцій
- 1 фунт сухої квасолі
- Можна купувати органічні вироби

Дозволяється цукор в консервованих турецьких бобах

Ви зможете купити суху або консервовану квасолю залежно від того, що зазначено на вашому балансі пільг WIC.

- Чорні боби
- Вігна китайська
- Масляні боби
- Турецький горох (нут)
- Велика північна (Great Northern) квасоля
- Квасоля звичайна
- Чечевиця
- Лімська квасоля
- Флотська квасоля
- Рожева квасоля
- Квасоля пінто
- Лущений горох

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ: консерви спаржевої зеленої, жовтої, зеленої лімської та воскової квасолі з приправами (спеціями), цукром, олією, жиром, соусом або м'ясом

ПОЖИВНА ЦІННІСТЬ

Рибні консерви, арахісове масло, квасоля і яйця містять багато білка, а коштують дешевше за м'ясо.

Рибні консерви

ТІЛЬКИ БАНКИ ПО 3,75, 5 АБО 6 УНЦІЙ

Тунець-лайт, цільними шматочками, рожева сьомга або сардини (включно з сардинами з різними смаками як-от: з гірчицею, томатним соусом або лимоном) будь-якої марки, в маслі або в воді.

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ:

- Тунця альбакор
- Шпроти
- Нерку (червоний лосось)
- Органічну рибу





Курячі яйця лотки по 12 штук

Дозволяються коричневі або білі курячі яйця гатунків А або АА.

Дозволені розміри: x-large, large, medium або small

Також дозволяються яйця від курей безкліткового утримання.

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ:

- Особливі яйця як-от:
 - від курей на вегетаріанському кормі
 - органічні
 - зі зниженим вмістом холестерину
 - зі зміненим складом жиру
 - з високим змістом Омега-3
 - вільного виходу
 - замітники яєць



Арахісове масло ЄМНОСТІ 16-18 УНЦІЙ

Будь-якої марки з поміткою «тільки арахісове масло»

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ: Арахісове масло зі зниженим вмістом жиру, спреди з арахісовим маслом, арахісове масло змішане з желе, зефіром, шоколадом або медом, органічне арахісове масло, з додатками омега-3, ДГК, арахідонової кислоти і штучних підсолоджувачів

Цільнозернові вироби ТІЛЬКИ ПАКУНКИ ПО 16 УНЦІЙ

ХЛІБО-БУЛОЧНІ ВИРОБИ З ЦІЛЬНОЇ ПШЕНИЦІ АБО ЦІЛЬНОЗЕРНОВІ



Булочки для сендвічів і гамбургерів зі 100% цільної пшениці

HAUSWALD'S

Хліб зі 100% цільної пшениці



Хліб зі 100% цільної пшениці



Хліб зі 100% цільної пшениці



Хліб зі 100% цільної пшениці з медом



Хліб зі 100% цільної пшениці



Хліб зі 100% цільної пшениці та хліб Healthy Life зі 100% цільної пшениці



Класичний хліб зі 100% цільної пшениці



Хліб зі 100% цільної пшениці

A SHOPRITE® BRAND
bowl & basket.

Хліб зі 100% цільної



Розмолотий жорнами хліб зі 100% цільної пшениці, дуже тонкий, м'який хліб зі 100% цільної пшениці або цільнозерновий, єврейський житній з насінням



Розмолотий жорнами хліб Хамоці зі 100% цільної пшениці, Розмолотий жорнами хліб Мезонот зі 100% цільної пшениці, або пакунок з 6 булочок з цільної пшениці

**Nickles
BAKERY**

Хліб Country Style зі 100% цільної

МАРКИ МАГАЗИНІВ

Хліб зі 100% цільної пшениці

- Best Yet
- Giant
- Weis
- Krasdale
- Giant Eagle
- IGA
- Tops
- Signature Select
- Pics by Price Shopper

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ:

- Упаковки цільнозернових виробів будь-якого іншого розміру, марки або типу
- Органічні цільнозернові вироби
- Цільнозернові вироби з додатками:
 - Омега-3
 - насіння
 - сухофруктів
 - горіхів
 - кальцію
 - вітаміну D

Цільнозернові вироби ТІЛЬКИ ПАКУНКИ ПО 16 УНЦІЙ

ТОРТІЛЬЇ

М'ЯКІ КУКУРУДЗЯНИ АБО З ЦІЛЬНОЇ ПШЕНИЦІ



Фахіти з цільної пшениці, кукурудзяні тако



Тортільї з цільної пшениці



З цільної пшениці, фахіта-стайл з білої кукурудзи, тако-стайл з білої кукурудзи



З білої кукурудзи або цільної пшениці



М'які з білої кукурудзи, зі 100% борошна цільної пшениці



М'які тако з цільної пшениці



З білої кукурудзи



З цільної пшениці



З білої кукурудзи, з жовтої кукурудзи, зі 100% цільної пшениці, фахіта з цільної пшениці



М'які тако з цільної пшениці, екстра-тонкі з жовтої кукурудзи, ресторанного стилю з цільної пшениці



З цільної пшениці



З цільної пшениці



З цільної пшениці



ОВЕС



Натуральна вівсянка швидкого приготування і традиційна (Old Fashioned) вівсянка швидкого приготування



Вівсяні висівки Quaker

МАКАРОННІ ВИРОБИ З ЦІЛЬНОЇ ПШЕНИЦІ



Спагеті з цільної пшениці, тонкі спагеті з цільної пшениці, макарони з цільної пшениці, пенне або ротіні з цільної пшениці



Спагеті з цільної пшениці, ріжки з цільної пшениці, пенне, рігате або ротіні з цільної пшениці



Ріжки, лінгвіні, пенне, ротіні, спагеті та тонкі спагеті з цільної пшениці



Цільнозернові пенне рігате, спагеті, тонкі спагеті, ротіні або лінгвіні



Спагеті, пенне рігате



Спагеті, пенне рігате, ротіні та ріжки з цільної пшениці, лінгвіні, тонкі спагеті



Пенне рігате, спагеті, «волосся янгола» або ротіні з цільної пшениці



Тонкі спагеті, лінгвіні, спагеті, ріжки, ротіні та пенне

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ: органічні макаронні вироби або макаронні вироби з доданим цукром, жирами, олією або сіллю.

ЦІЛЬНОЗЕРНОВИЙ БУРИЙ РИС



МАРКИ МАГАЗИНІВ



- Best Yet
- Bowl & Basket
- Food Club
- Giant
- Great Value
- IGA
- Signature Select
- Wegman's
- Weis

Дитяче харчування

ДИТЯЧА СУМІШ

ЗГІДНО З МАРКОЮ, ТИПОМ І РОЗМІРОМ, ЗАЗНАЧЕНИМИ НА ВАШОМУ БАЛАНСІ ПІЛЬГ

ДИТЯЧІ КАШІ

ЄМНОСТІ ПО 8 АБО 16 УНЦІЙ

Ячнева, рисова, вівсяна, з цільної пшениці або мультизлакова. Дозволяються органічні вироби.

Марки: Beech Nut, Earth's Best Organic, Gerber, Happy Baby або Parent's Choice

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ:

- Каші з додатками: ДГК, арахідонової кислоти, фруктів, дитячих сумішей або йогуртів

ДИТЯЧІ М'ЯСНІ СУМІШІ

ЄМНОСТІ ПО 2,5 УНЦІЙ Тільки для немовлят на повному грудному вигодуванні

- Будь-яке м'ясо в бульйоні або підливі
- Дозволяються пакунки-асорті

Марки: Beech Nut, Earth's Best Organic, Gerber

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ:

- З додатками ДГК, арахідонової кислоти, солі або цукру
- Змішані з:
 - сухими сніданками
 - рисом
 - локшиною
 - овочами
 - фруктами
 - іншими інгредієнтами
- М'ясні палички

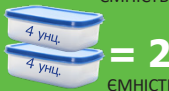
ПІДКАЗКА ЩОДО МУЛЬТИ-ПАКУНКІВ:



ЄМНІСТЬ



ЄМНІСТЬ



ЄМНІСТЬ



Дитяче харчування

ФРУКТОВІ Й ОВОЧЕВІ ДИТЯЧІ СУМІШІ

ЕМНОСТІ ПО 2 або 4 УНЦІЇ

З будь-якого одного типу або будь-якої суміші фруктів та овочів. Дозволяються мульти-упаковки, асорті й органічні продукти.

Марки:

- Beech Nut
- Earth's Best Organic
- Gerber
- Happy Baby
- Nature's Promise
- Parent's Choice
- Tippy Toes

НЕ МОЖНА КУПУВАТИ:

- З додатками ДГК, арахідонової кислоти, солі або цукру
- Десерти
- В пакетиках для вичавлення
- Змішані з сухими сніданками, локшиною, рисом, м'ясом, йогуртом, борошном, крохмалем або іншими і інгредієнтами

ЯК КУПЛЯТИ ПАКУНКИ ФРУКТОВИХ ТА ОВОЧЕВИХ СУМІШЕЙ ПО 32 БАНОЧКИ ПО 4 УНЦІЇ

1
128 oz box

10
12 oz boxes
+
4
2 oz containers
OR
2
2 oz double pack
OR
1
4 oz double pack

10
12 oz boxes
+
2
4 oz containers
OR
2
2 oz double pack

32
4 oz containers
OR
32
2 oz double pack

64
2 oz containers



ХАРЧОВА ЦІННІСТЬ

Грудне вигодування є пріоритетом для програми WIC. Материнське молоко має багато переваг з точки зору здоров'я, харчової, економічної та емоційної цінності для матері і дитини.

WICShopper

Полегшить вам покупки за програмою WIC

- 1 Завантажте додаток WICShopper з відповідного магазину додатків.
- 2 Виберіть Пенсильванію, як ваше агентство WIC (WIC Agency).
- 3 Виберіть необхідну вам мову в налаштуваннях. Ось деякі з доступних мов: англійська, іспанська, арабська, непальська, бірманська, сомалійська, французька, португальська або лінґала.
- 4 Зареєструйте вашу картку eWIC, щоб побачити ваш баланс пільг.
- 5 Скануйте продукти на касі (КРІМ свіжих фруктів та овочів) за допомогою додатку, щоб перевірити, чи вони ухвалені програмою WIC.
- 6 Перегляньте ваш список продуктів, рецепти і багато іншого прямо з вашого додатку!

Learn More



@WICEBTSshopper



Facebook.com/WICEBTSshopper

www.EBTShopper.com



Copyright © 2012-2018 jpmma, inc

Базові правила і норми

Використання кас самообслуговування не дозволяється.

Ваші пільги за програмою WIC стають доступними о 00:01 в перший день місяця і припиняються о 23:59 в останній день місяця.

Тип і кількість продуктів, які ви можете придбати протягом кожного місяця зазначаються на балансі пільг WIC.

Якщо ви купили більше фруктів і овочів, ніж зазначено на вашому балансі, ви можете оплатити різницю в іншій спосіб (коштами SNAP, готівкою, кредитною або дебетовою картою).

Забороняється повертати і замінити товари або користатися опцією «rain check» (купон на відсутній товар під час акції).

Можна обмінювати пошкоджені в магазині продукти на ідентичні.

Дозволяється користатися купонами, акціями «купи один, візьми другий безкоштовно», «безкоштовні додаткові унції», а також дисконтними і клубними картами.

Не продавайте і не обмінюйте ваші картки eWIC, продукти або дитячі суміші на готівку або кредит. Це також поширюється на продаж товарів, придбаних за програмою WIC, онлайн.

Щоб дізнатися, чи можна скористатися в певному магазині картою eWIC, дивіться, чи є там наведена нижче наліпка.

**Pennsylvania Women, Infants and Children
(WIC) Nutrition Program**



**We accept
eWIC!**

This is a WIC authorized store.

1-800-WIC-WINS



PA WIC is funded by the USDA. This institution is an equal opportunity provider.

ВАШЕ АГЕНТСТВО WIC

Відповідно до Федерального закону про громадянські права та положень і політики Міністерства сільського господарства США (USDA) щодо громадянських прав, USDA, його агентствам, офісам і працівникам, а також установам, які беруть участь у програмах USDA або керують ними, забороняється дискримінація за ознаками раси, кольору шкіри, національного походження, статі, інвалідності, віку, а також забороняються репресії або помста за попередню діяльність у сфері громадянських прав у будь-якій програмі або заходах, що здійснюються або фінансуються USDA.

Особи з інвалідністю, які потребують альтернативних засобів комунікації для отримання інформації про програму (наприклад, шрифт Брайля, великий шрифт, аудіозапис, американська мова жестів тощо), повинні звернутися до агентства (державного або місцевого), де вони подали заявку на отримання пільг. Глухі особи та люди з вадами слуху або з порушеннями мовлення можуть зв'язатися з USDA через Федеральну службу ретрансляції (800) 877-8339. Крім того, інформація про програму може бути доступною іншими мовами на додаток до англійської.

Щоб подати скаргу на дискримінацію в рамках програми, заповніть Форму скарги щодо дискримінації в програмах USDA, (AD-3027), яку можна знайти онлайн за посиланням: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, або у будь-якому офісі USDA, або напишіть листа на адресу USDA з наданням у такому листі всієї інформації, яка запитується у формі. Запитати примірник форми скарги можна за номером (866) 632-9992. Подайте вашу заповнену форму або лист в USDA в один з наступних способів:

- (1) поштою: U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410
- (2) по факсу: (202) 690-7442; або
- (3) електронною поштою: program.intake@usda.gov

Ця організація забезпечує надання рівних можливостей у працевлаштуванні.

WWW.PA.WIC.COM
WWW.HEALTH.PA.GOV

1-800-WIC-WINS / 1-800-942-9467

Програма PA WIC фінансується USDA.