

Lo que debe buscar: Barras de Pan y Panesillos Aprobados por WIC

Panes

- Los panes permitidos deben decir “100% whole wheat” y mostrar “whole wheat flour” como el primer ingrediente.
- Los panes se pueden comprar en diferentes tamaños. Usted debe revisar su balance de granos enteros para saber que tamaño comprar. Usted puede combinar diferentes tamaños.



16 oz



20 oz



24 oz

NO COMPRE:

Marca de la panadería del establecimiento;
multicereales;
Healthy Life 100% trigo integral (alto en fibra o sin azúcar);
pan de bagel, bagels, pan pita;
magdalenas, magdalenas inglesas;
panes y panecillos congelados;
sin azúcar o con Splenda;
doble fibra;
con linaza;
sin gluten;
orgánico



INGREDIENTS: WHOLE WHEAT FLOUR, WATER, SUGAR, WHEAT GLUTEN, YEAST, VEGETABLE OIL (SOYBEAN), SEA SALT, WHEAT BRAN, CULTURED WHEAT FLOUR, SOY LECITHIN, CITRIC ACID, GRAIN VINEGAR. R21-020-400143

Nota: Es bien importante que use La Guía de Compras de WIC o la aplicación “Wisconsin MyWIC” para escanear y verificar que los alimentos sean aprobados por WIC. Marcas y selección disponibles pueden variar por tienda.

Si usted tiene preguntas sobre esto o sobre algún otro beneficio de WIC por favor llámenos al (920) 459-3417 o por correo electrónico a: Sheboygan.WIC@SheboyganCounty.com

Síguenos en Facebook www.facebook.com/SheboyganCountyWIC

Lo que debe buscar: Tortillas, Pasta, Arroz que sean Aprobados por WIC

Tortillas

Las tortillas permitidas deben ser de 16 onzas y pueden ser:

- Blancas, suaves de maíz ó
- Amarillas, suaves de maíz ó
- 100% de trigo entero



Pastas



La Pasta Permitida puede ser de **cualquier** figura, pero debe ser:
Paquete de 16 onzas Y
De 100% trigo entero

Arroz Integral



Puede ser de <u>14 a 16 onzas</u>	Caja o bolsa
Cualquier marca, seco	Simple/sin nada agregado
Regular, al instante ó en bolsa para herbir	

Nota: Es bien importante que use La Guia de Compras de WIC o la aplicación "Wisconsin MyWIC" para escanear y verificar que los alimentos sean aprobados por WIC. Marcas y selección disponibles pueden variar por tienda.

Si usted tiene preguntas sobre esto o sobre algun otro beneficio de WIC por favor llamenos al (920) 459-3417 o por correo electrónico a:
Sheboygan.WIC@SheboyganCounty.com

Síguenos en Facebook www.facebook.com/SheboyganCountyWIC

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades