



Süt

Alınabilir:

- WIC alışveriş listeniz almanız gereken sütün tipini ve yağ içeriğini göstermektedir
- Herhangi bir marka
- İNEK SÜTÜ: Mümkün olduğunda mevcut olan en büyük boydaki ürünü satın alın (galon, 96 ons, yarım ya da çeyrek galon)
- LAKTOSUZ SÜT: Mümkün olduğunda mevcut olan en büyük boydaki ürünü satın alın
- KOŞER (Cholov Yisroel): WIC alışveriş listenizde bulunuyorsa
- KEÇİ SÜTÜ: Yalnızca 12 onsluk Meyenberg ürünü
- KOYULAŞTIRILMIŞ/KONSERVE SÜT: Yalnızca 12 onsluk ürün
- SÜT TOZU: Yalnızca 25,6 onsluk ürün

ALINAMAZ:

- Aromalı
- Organik
- Tatlandırılmış veya yoğunlaştırılmış
- Yayıltı sütü
- Kalsiyum ekli
- Yağı azaltılmış (%2)

Yumurta

Alınabilir:

- Herhangi bir marka
- Yalnızca 1 düzinelik (12 adet) kutular
- Orta veya Büyük
- Beyaz veya kahverengi

ALINAMAZ:

- Jumbo ve ekstra büyük
- Organik
- Yüksek fiyatlı özel yumurtalar (kolesterolü düşük, kafessiz/serbest dolaşan tavukların yumurtaları, Omega-3 vejetaryen beslenmiş tavukların yumurtaları)

Fıstık Ezmesi

Alınabilir:

- Herhangi bir marka
- 16-18 onsluk ürün
- Gevrek, katı, kremalı, yumuşak
- Doğal
- Yağı azaltılmış

ALINAMAZ:

- Fıstık ezmesi
- Taze öğütülmüş veya çirpılmış fıstık ezmesi
- Aromalı fıstık ezmesi
- Organik fıstık ezmesi
- Palm yağı veya vitamin, mineral, Omega 3, DHA veya EPA gibi ek malzemeler içeren fıstık ezmesi

Soya İçeceği

Alınabilir:

Aşağıdaki marka ve türler:

- **8TH CONTINENT:**
Soya sütü – Orijinal ve Vanilya (64 ons soğutulmuş)
- **PACIFIC NATURAL FOODS:**
Ultra Soya – Orijinal ve Vanilya (32 ons uzun raf ömürlü)
- **SILK:**
Soya sütü – Orijinal (32 veya 64 ons soğutulmuş)
Soya sütü – Orijinal (128 ons soğutulmuş çoklu paket)
Soya sütü – Orijinal Uzun Raf Ömürlü 32 ons
- **WESTSOY:**
Organik Soya Sütü – Sade (32 veya 64 ons uzun raf ömürlü)
Soya Sütü – Vanilya (32 veya 64 ons uzun raf ömürlü)

Peynir

Alınabilir:

- yalnızca 8, 16, 24 veya 32 onsluk paketler
- Herhangi bir marka
- Pastörize İşlenmiş Amerikan, Monterey Jack, Mozzarella, Çedar, Colby, İsveç Peyniri, Muenster, Provolone veya bu peynirlerin herhangi bir karışımı
- Kalıp halinde veya dilimlenmiş halde
- KOŞER (Cholov Yisroel) PEYNİR WIC alışveriş listenizde bulunuyorsa

ALINAMAZ:

- İthal peynir
- Peynirli gıdalar, ürünler ya da krem peynirler
- Dilimlenmiş peynirler
- Rendelenmiş/kıyılmış/küp şeklinde doğranmış, tel veya çubuk şeklindeki peynir
- Aromalı peynir
- Organik peynir
- Tek tek sarılmış peynir
- Meze peyniri

Balık Konservesi

Alınabilir:

- Herhangi bir marka
- Tuzlanmış veya sebze sulu balık
- Suda veya yağda paketlenmiş balık
- Bütün balık
- Aşağıdaki türler ve boyutlar:
 - **Light Ton:** Herhangi bir marka (5 ve 6 onsluk konserveler)
 - **Pembe Somon:** Herhangi bir marka (5, 6 ve 7,5 onsluk konserveler)
 - **Sardalya:** Herhangi bir marka (3,75 onsluk konserveler)

ALINAMAZ:

- Uzunkanat orkinoz
- Kızıl somon
- Kızıl som balığı
- Aroma eklenmiş
- Malzeme eklenmiş

Özellikle emziren anneler büyümekte olan bebeklerinin ihtiyacı olan sütü üretmeye yardımcı olması için ekstra yiyecekler tüketir.

Yoğurt

Alınabilir:

- **Alışveriş listenizde belirtilen yağ içeriği**
- **32 onsluk ürün**
- **Aşağıdaki marka ve türler:**
 - **Annie's:** Ev Yapımı Organik Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Arz:** Orijinal Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Avenue A:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt
 - **Axelrod:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Baroodly:** Sade Yoğurt
 - **Best Yet:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt
 - **Brown Cow:** Kaymaklı Tam Yağlı Sade Yoğurt, Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Vanilyalı Tam Yağlı Süt Yoğurdu
 - **Butterworks Farm:** Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Byrne Hollow:** Az Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Cabot:** %2 Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Chobani:** %2 Az Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Coburn Farms:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt
 - **Cowbella:** Yağsız Sade Yoğurt
 - **Cream O'Land:** Az Yağlı Sade Yoğurt
 - **Crowley:** Az Yağlı Sade Yoğurt
 - **Dannon:** %1,5 Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Desi Natural Dahi:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Essential Everyday:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Yağsız Çilekli Süzme Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Esti:** Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Farmland:** Dahi Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Fit and Active:** Yağsız Sade Yoğurt
 - **Food Club:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Food Lion:** Yağsız Sade Yoğurt
 - **Foodtown:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Freedom Hill Farm:** Sade Yoğurt
 - **Fresh Made:** Az Yağlı Sade Yoğurt
 - **Friendship:** Az Yağlı Sade Yoğurt
 - **Gopi:** Az Yağlı Sade Hint Yoğurdu, Yağsız Sade Hint Yoğurdu, Tam Yağlı Sade Hint Yoğurdu
 - **Great Value:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Organik Az Yağlı Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Greek Gods:** Az Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Green Mountain Creamery:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Sade Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Greenway:** Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Guru:** Sade Tam Yağlı Süt Yoğurdu
 - **Hammond Dairy:** Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Hannaford:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Yağsız Çilekli Süzme Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Vanilyalı Süzme Yoğurt
 - **Hawthorne Valley:** Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Horizon:** Yağsız Sade Yoğurt, Organik Yağsız Sade Yoğurt, Organik Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Ithaca:** Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Key Foods:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt
 - **Kingdom Creamery:** Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Kirkland:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt
 - **La Yogurt:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Lacto:** Sade Yoğurt
 - **Lala:** Az Yağlı Sade Yoğurt
 - **Lucerne Dairy:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Çilekli Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Süt Yoğurdu
 - **Maple Hill:** Organik Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Market Pantry:** Yağsız Sade Yoğurt
 - **Merve:** Sade Yoğurt
 - **Mountain High:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Orijinal Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **My Essentials:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt
 - **Nancy's:** Yağsız Sade Yoğurt, Organik Az Yağlı Sade Yoğurt, Organik Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Nature's Place:** Organik Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Organik Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Organik Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Nature's Promise:** Organik Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Organik Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Organik Az Yağlı Sade Yoğurt, Organik Sade Süzme Yoğurt, Organik Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Organik Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **North Country Creamery:** Tam Yağlı Sade Yoğurt, Tam Yağlı Vanilyalı Yoğurt
 - **Nostimo:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt
 - **O Organics:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Sade Tam Yağlı Süt Yoğurdu
 - **Oikos:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Open Nature:** %2 Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Our Family:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt
 - **Penn Maid:** Yağsız Sade Yoğurt
 - **PICs:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Sade Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt, Tam Yağlı Vanilyalı Süzme Yoğurt
 - **Powerful:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Price Rite:** Az Yağlı Sade Yoğurt
 - **Redwood Hill:** Sade Yoğurt
 - **Romis:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Ronnybrook Farm Dairy:** Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **Seven Stars:** Organik Az Yağlı Sade Yoğurt, Organik Tam Yağlı Sade Yoğurt
 - **ShopRite:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Shurfine:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt
 - **Simply Balanced:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt
 - **Stonyfield Organic:** Kıvamlı Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Vanilyalı Fransız Tam Yağlı Süt Yoğurdu, Sade Tam Yağlı Süt Yoğurdu

Yoğurt, *devamı*

Alınabilir:

- **Alışveriş listenizde belirtilen yağ içeriği**
- **32 onsluk ürün**
- **Aşağıdaki marka ve türler:**
 - **Stop and Shop:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Vanilyalı Süzme Yoğurt
 - **Super Associated:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt
 - **Taste of Inspirations:** Yağsız Sade Yoğurt, Sade Süzme Yoğurt, Sade Tam Yağlı Süt Yoğurdu
 - **Tillamook:** Az Yağlı Sade Yoğurt
 - **Tops:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Sade Tam Yağlı Süt Yoğurdu
 - **Traditional:** Tamamen Doğal Dahi Yoğurt
 - **Trimona:** Tam Yağlı Sade Bulgar Yoğurdu
 - **Two Good:** Az Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Az Yağlı Vanilyalı Süzme Yoğurt
 - **Upstate Farms:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt
 - **Urban Meadow:** Yağsız Sade Yoğurt, Az Yağlı Sade Yoğurt
 - **Voskos:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt
 - **Wallaby:** Organik Sade Süzme Tam Yağlı Süt Yoğurdu, Organik Az Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Organik Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Organik Sade Tam Yağlı Süt Yoğurdu
 - **Wegmans:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Yoğurt, Organik Az Yağlı Karışık Süper Yoğurt, Organik Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Probiyotik Az Yağlı Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt
 - **Weis:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt, Yağsız Vanilyalı Süzme Yoğurt, Probiyotik Az Yağlı Sade Yoğurt, Probiyotik Yağsız Sade Yoğurt, Tam Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Tam Yağlı Sade Probiyotik Yoğurt
 - **White Mountain:** Yağsız Sade Bulgar Yoğurdu
 - **Wholesome Pantry:** Organik Tam Yağlı Sade Yoğurt, Organik Az Yağlı Sade Yoğurt
 - **Yoplait:** Az Şekerli Çilekli ve Çilekli-Muzlu Yoğurt 4 ons - 8 paket (toplamda 32 ons), Yağsız Sade Yoğurt

KOŞER (Cholov Yisroel) YOĞURT alışveriş listenizde bulunuyorsa.

Alınabilir:

- **32 onsluk ürün**
- **Aşağıdaki marka ve türler:**
 - **Gevina Farms:** Yağsız Sade Süzme Yoğurt
 - **J and J:** Yağsız Sade Yoğurt
 - **Mehadrin:** Az Yağlı Sade Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt
 - **Normans:** Az Yağlı Sade Süzme Yoğurt, Az Yağlı Vanilyalı Süzme Yoğurt, Yağsız Sade Süzme Yoğurt

ALINAMAZ:

- Karışık malzemeli (granola/şekerleme vb.)
- İçilebilen/sıkılabilir pakette yoğurt
- Dondurulmuş yoğurt
- Yapay tatlandırıcılı yoğurt

Fasulyeler, Bezelyeler ve Mercimekler

Alınabilir kuru ürünler:

- Herhangi bir marka
- **1 librelilik olgun fasulye, bezelye ve mercimek paketleri**

Alınabilir konserve ürünler:

- Herhangi bir marka
- **15-16 onsluk konserve fasulye, bezelye, mercimek, sade yeniden kızartılmış fasulye, güvercin bezelye ve lima fasülyesi**

ALINAMAZ:

- Fırınlanmış fasulye
- Domuz etli fasulye
- İlave şeker, yağ, domuz yağı, et veya sıvı yağ içeren fasulye
- Yeşil fasulye, yeşil bezelye, taze fasulye, taze sarı fasulye ve yer fasülyesi "fasulyeler, bezelyeler, mercimekler ve fıstık ezmesi yardımı" ile satın alınamaz; bu tür gıdaları almak için WIC Sebze ve Meyve Nakdi Yardım çeklerinizi kullanabilirsiniz

Soya Peyniri

Alınabilir:

- **8, 10, 14 ve 16 onsluk paketler**
- **Aşağıdaki marka ve türler:**
 - **Azumaya:** Yumuşak, Sert, Ekstra Sert
 - **Franklin Farms:** Yumuşak, Orta Sert, Sert, Ekstra Sert
 - **Heiwa**
 - **House Foods:** Organik Sert, Organik Orta Sert, Organik Yumuşak, Premium Ekstra Sert, Premium Sert, Premium Orta Sert, Premium Yumuşak
 - **Nasoya:** Küp Şeklinde Doğranmış Organik Süper Sert, Organik Ekstra Sert, Organik Sert, Organik Hafif Sert, Organik Yumuşak, Organik Süper Sert, Yumuşak
 - **Natures Promise:** Organik Sert
 - **O Organics:** Ekstra Sert, Sert, Yumuşak, Filizlenmiş Süper Sert
 - **San Su:** Ekstra Sert, Sert, Yumuşak
 - **Wegmans:** Organik Sert
 - **Woodstock:** Organik Ekstra Sert, Organik Sert

Bebek Maması – Sebzeler ve Meyveler

Alınabilir:

- **4 onsluk kutular:**
 - 2 onsluk 2 paket (toplam 4 ons) bebek maması 1 kutu sayılır
 - 4 onsluk 2 paket (toplam 8 ons) bebek maması 2 kutu sayılır
- **Organik**
- **Her türlü tekil meyve veya sebze**
- **Farklı sebze ve meyvelerin her türlü kombinasyonu**
- **Aşağıdaki markalar:**
 - Beech Nut, Gerber, Earth's Best, Happy Baby, Nature's Promise, Once Upon A Farm, Tippy Toes, Wild Harvest
- **Koşer (Cholov Yisroel):** First Choice

ALINAMAZ:

- Torbada satılan ürünler
- Et, yoğurt, pirinç, noodle gibi meyve veya sebze olmayan malzemeler içeren karışımlar

Bebek Maması – Et

Alınabilir:

- **2,5 onsluk ürün**
- **Organik**
- **Sulu veya soslu tüm etler**
- **Aşağıdaki markalar:** Beech Nut, Earth's Best, Gerber

Bebek Tahılı

Alınabilir:

- **Gerber:** Babekler için tahıl
- **8 veya 16 onsluk paketler**
- **Yalnızca sade çeşitler: yulaf ezmesi, pirinç, tam tahıllı veya çok tahıllı**

ALINAMAZ:

- Organik
- DHA, meyve, bebek maması veya ilave protein gibi ek malzemeler

Kahvaltılık Gevrekler

Alınabilir:

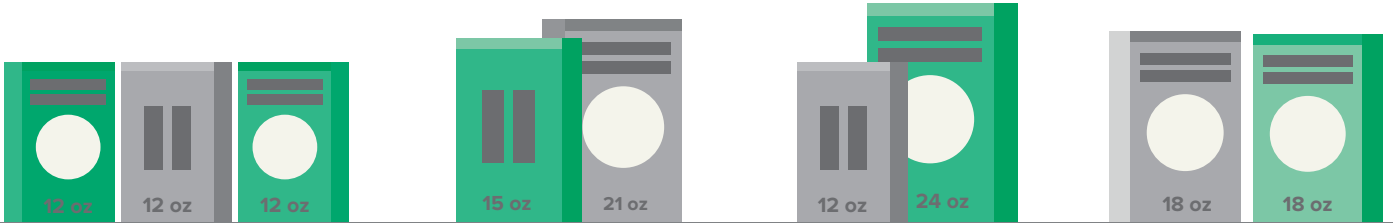
- 12 onsluk veya daha büyük kutular
- Tam taneli tahıl * işareti ile gösterilmiştir

ALINAMAZ:

- Organik
- Tek kullanımlık paketler

Yararlı Alışveriş İpuçları!

Tam 36 onsluk gevreğinizi nasıl almalısınız?



12 ons + 12 ons + 12 ons = 36 ons 15 ons + 21 ons = 36 ons 12 ons + 24 ons = 36 ons 18 ons + 18 ons = 36 ons

Ulusal Markalar/Özellikli Markalar

Alınabilir:

• Aşağıdaki ulusal marka ve türler:

- **General Mills:** *Berry Berry Kix, Blueberry Chex, *Cheerios, Cinnamon Chex, Corn Chex, Fiber One Honey Clusters, *Honey Kix, *Kix, Multi Grain Cheerios, Rice Chex, *Total Whole Grain, Vanilla Chex, *Wheat Chex, *Wheaties
- **Kellogg's:** *All Bran Complete Wheat Bran Flakes, Corn Flakes, Crispix, *Frosted Mini Wheats, *Frosted Mini Wheats Filled, *Frosted Mini Wheats Little Bites, *Honey Almond Ancient Grains, *Original Frosted Mini Wheats, Rice Krispies, *Special K Banana, *Special K Multi Grain, *Special K Original
- **Kemach:** *Bran Flakes, Corn Flakes, Crisp Rice, *Multi Grain Toasted Oats, *Toasted Oats, *Wheat Flakes
- **Malt O Meal:** *Frosted Blueberry Mini Spooners, *Frosted Mini Spooners, *Frosted Strawberry Mini Spooners
- **Post:** *Grape Nuts, *Grape Nuts Flakes, *Great Grains Banana Nut Crunch, *Great Grains Crunchy Pecan, *Bunches of Oats Honey Roasted, *Honey Bunches of Oats Vanilla Bunches, *Honey Bunches of Oats with Almonds
- **Quaker:** *Life Original Multigrain Cereal, *Life Strawberry Multigrain Cereal, *Life Vanilla Multigrain Cereal, *Oatmeal Squares Brown Sugar, *Oatmeal Squares Cinnamon, *Oatmeal Squares Honey Nut
- **Ralston:** Corn Biscuits, Corn Flakes, *Frosted Shredded Wheat, Toasted Whole Grain Oats, *Wheat Bran Flakes
- **Sunbelt:** *Simple Granola
- **Taanug:** Crisp Rice

Mağaza Markaları

Alınabilir:

• Aşağıdaki mağaza markaları ve türler:

- **Avenue A:** Corn Flakes, *Toasted Oats
- **Best Yet:** *Bite Size Shredded Wheat, *Bran Flakes, Corn Flakes, Crispy Rice, *Frosted Shredded Wheat, *Honey Oats and Flakes, *Honey Oats and Flakes with Almonds, *Strawberry Frosted Shredded Wheat, *Toasted Oats
- **Clear Value:** Corn Flakes, *Toasted Oats
- **Essential Everyday:** Corn Flakes, Crispy Hexagons, Crispy Rice, Crunchy Corn Squares, *Crunchy Oat, *Crunchy Oat Squares, Crunchy Rice Squares, *Crunchy Wheat Squares, *Frosted Shredded Wheat, *Honey Oats and Flakes, *Honey Oats Flakes Almond, Nutty Nuggets, *Strawberry Frosted Shredded Wheat, *Toasted Oats, *Wheat and Bran Flakes
- **Food Club:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, *Bran Flakes, Corn Flakes, Corn Squares, Crisp Rice, *Frosted Shredded Wheat, *Honey and Oats, *Honey and Oats With Almonds, Oatmeal Squares, Rice Squares, *Strawberry Frosted Shredded Wheat, Toasted Oats, Twin Grain Crisp, *Wheat Squares
- **Food Lion:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, *Bran Flakes, Corn Flakes, *Oats and More With Almonds, *Oats and More With Honey, *Strawberry Frosted Shredded Wheat, *Tasteos, *Toasted Oats, Toasted Rice
- **Foodtown:** Corn Flakes, *Crunchy Oat Squares, *Frosted Shredded Wheat, Oats and More with Almonds, *Tasteos, *Toasted Oats
- **Great Value:** *Almond Crunchy Honey Oats, *Bite Size Shredded Wheat, *Bran Flakes, Corn Flakes, Corn Squares, *Crunchy Honey Oats, *Crunchy Oat Squares, *Frosted Shredded Wheat, *Os Oats, Rice Squares, *Toasted Oats, *Toasted Whole Grain Oat Spins
- **Hannaford:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, Corn Flakes, Crispy Hexagons, Crispy Rice, Easy Living Oat Squares, *Frosted Shredded Wheat, *Nutty Nuggets, Oats and More With Almonds, Oats and More With Honey, *Strawberry Frosted Shredded Wheat, *Tasteos, Toasted Corn, Toasted Rice, *Toasted Wheat Squares, *Wheat Bran Flakes, Wheat Flakes
- **Hy Top:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, *Bran Flakes, Corn Flakes, *Frosted Shredded Wheat, *Honey Oats and Flakes with Almonds, *Toasted Oats
- **IGA:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, *Bite Size Shredded Wheat, *Bran Flakes, Corn Flakes, Corn Squares, Crispy Corn and Rice, Crispy Rice, Honey Oats and Flakes, Honey Oats and Flakes With Almonds, *Original Toasted Oats, Rice Squares, *Toasted Oats
- **Key Foods:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, Corn Flakes, *Toasted Oats
- **Kiggins:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, *Bite Size Shredded Wheat, Corn Flakes, Crispy Rice, *Frosted Shredded Wheat, Honey Oat Crunch, *Toasted Rolling Oats
- **Krasdale:** Corn Flakes, Honey Oats and Flakes, *Toasted Oats
- **Market Pantry:** Corn Flakes, *Frosted Shredded Wheat, *Toasted Oats
- **My Essentials:** *Frosted Shredded Wheat
- **Parade:** *Bite Size Shredded Wheat, Corn Flakes, *Toasted Oats
- **PICS:** Crispy Honey Oats and Flakes, Crispy Rice, *Frosted Shredded Wheat, Toasted Corn Crisps, Toasted Rice Crisps, *Wheat Bran Flakes
- **Price Chopper:** Corn Flakes, *Good Choice Oat Squares, *Strawberry Frosted Shredded Wheat, *Whole Grain Toasted Oats
- **Price Rite:** *Bran Flakes, Corn Flakes, *Frosted Shredded Wheat, Honey Oat Clusters With Almonds, *Shredded Wheat, *Toasted Oats
- **Red and White:** Corn Flakes, *Toasted Oats
- **Safeway:** *Wheat Pockets
- **Shop Rite:** *Bran Flakes, Crispy Corn Squares, Crispy Rice Squares, *Bite Size Frosted Shredded Wheat, Corn Flakes, Honey Oat Clusters, Honey Oat Clusters With Almonds, *Toasted Oats
- **Shurfine:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, *Bite Size Shredded Wheat, Corn Flakes, Corn Squares, Crispy Rice, Honey Oats and Flakes, Oats and More With Almonds, Oats and More With Honey, Rice Squares, *Toasted Oats, *Wheat Bran Flakes, *Wheat Squares
- **Signature Kitchens:** Corn Flakes, Oats And Almonds, Oats And More With Honey, Shredded Wheat Bites, *Toasted Oats
- **Signature Select:** *Bran Flakes, Corn Pockets, Crispy Rice, *Frosted Shredded Wheat Bite Size, *Nutty Nuggets, Rice Pockets, Toasted Oats
- **Stop and Shop:** *Bran Flakes, Corn Flakes, Corn Squares, Crisps, Crispy Rice, *Frosted Shredded Wheat, Honey Crunchin Oats, Honey Crunchin Oats Almond, Instant Oatmeal Packs, *Multigrain Oats and Os, *Nutty Nuggets, *Oat Squares, *Oats and Os, Rice Squares, *Whole Grain Shredded Wheat
- **That's Smart:** Corn Flakes, Crisp Rice, *Toasted Oats
- **Tops:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, *Bite Size Strawberry Frosted Shredded Wheat, *Bite Size Shredded Wheat, Corn Flakes, Corn Squares, Crisp Rice, *Friendly Harvest Bran Flakes, *Oat Squares, Oats and More Honey Roasted, Oats and More With Almonds, Rice Squares, *Strawberry Frosted Shredded Wheat, *Toasted Oats, *Twin Grain Crisp
- **Urban Meadow:** Corn Flakes, *Toasted Oats
- **Valu Time:** *Bran Flakes, Corn Flakes, Crisp Rice, *Frosted Shredded Wheat, *Toasted Oats
- **Wegmans:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, *Bite Size Shredded Wheat, Corn Flakes, *FYFGA Oat Crisps, *FYFGA Strawberry Shredded Wheat, *Oat Crisps, *Oats and Honey, *Oats and Honey with Almonds, *Toasted Oats
- **Weis:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, Corn Flakes, Honey Oats and Flakes, Honey Oats and Flakes with Almonds,
- **Weis Quality:** *Bite Size Frosted Shredded Wheat, Bite Size Toasted Corn, Bite Size Toasted Rice, Crispy Corn and Rice, Crispy Rice, *Multigrain Toasted Oats, *Strawberry Frosted Shredded Wheat, *Toasted Oats, *Wheat Bran Flakes, *Wheat Flakes
- **Western Beef:** Corn Flakes, *Toasted Oats
- **White Rose:** Corn Flakes, *Frosted Shredded Wheat, *Toasted Oats

Sıcak Tahıllar

Alınabilir:

- **11,8 onsluk veya daha büyük kutular**
- **Aşağıdaki marka ve türler:**
 - **Cream Of Rice:** Sıcak Tahıl, Hazır Paketler
 - **Cream Of Wheat:** 1 Dakikada Hazır Tahıl, 2,5 Dakikada Hazır Tahıl, Hazır Paketler, Tam Tahıllı 2,5 Dakikada Hazır Tahıl
 - **Essential Everyday:** İri Taneli Hazır Paketler, Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Food Club:** Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Great Value:** Normal Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Hannaford:** Krem Buğday, Hızlı Sade Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **IGA:** %100 Doğal Eski Tip Yulaf Ezmesi, %100 Doğal Tam Tahıllı Çabuk Hazırlanan Yulaf, Orijinal Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Malt O Meal:** Farina Orijinal Sıcak Buğday Tahılı, Orijinal Sıcak Buğday Tahılı
 - **Maypo:** Hızlı Akçaağaç Yulaf Ezmesi, Kinoalı Akçaağaç Yulaf Ezmesi, Vermont Tarzı Akçaağaç Yulaf Ezmesi
 - **My Essentials:** Hızlı Sade Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **PICS:** Hızlı Sade Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Price Rite:** Hızlı Sade Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Quaker:** Demir İçerikli Hızlı Yulaf, Orijinal Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Shop Rite:** Orijinal Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri,
 - **Shurfine:** Orijinal Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Signature Select:** Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Tops:** Orijinal Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri
 - **Weis Quality:** Orijinal Hızlı Yulaf Ezmesi Paketleri

Esmer Pirinç

Alınabilir:

- **Herhangi bir marka**
- **14-16 onsluk veya 28-32 onsluk paketler**
- **Kutuda veya pakette sade esmer pirinç**
- **Çabuk, hızlı veya normal şekilde pişirilen pirinç**

ALINAMAZ:

- İlave şekerli, katı yağlı, sıvı yağlı veya tuzlu

Tam Tahıllı Tortillalar

Alınabilir:

- **16 onsluk (1 libre) paketler**
- **Aşağıdaki marka ve türler:**
 - **Celias:** Beyaz Mısır, Sarı Mısır, Tam Buğday
 - **Chi Chis:** Beyaz Mısır, Tam Buğday Fajita Tarzı
 - **Del Campo:** Mısır
 - **Don Pancho:** Beyaz Mısır, Tam Buğday
 - **Essential Everyday:** Yumuşak Beyaz Mısır, Tam Buğday
 - **Food Club:** Beyaz Mısır, Tam Buğday Fajita Tarzı
 - **Guerrero:** Beyaz Mısır
 - **Great Value:** %100 Tam Buğday, Tam Buğday
 - **Hannaford:** Tam Buğday Fajita Tarzı
 - **Herdez:** Beyaz Mısır
 - **IGA:** Beyaz Mısır, Tam Buğday Taco Tarzı
 - **Key Foods:** Tam Buğday
 - **La Banderita:** Mısır, Yumuşak Mısır, Sarı Mısır, Tam Buğday Fajita, Tam Buğday Yumuşak Taco
 - **La Milpa:** Geleneksel Nixtamal
 - **Mayan Farm:** Tam Buğday
 - **MexAmerica:** Ballı Tam Buğday
 - **Mission:** Ekstra İnce Yumuşak Mısır, %100 Tam Buğday Unu, Restoran Tarzı Tam Buğday
 - **Natures Promise:** Tamamen Doğal Mısır
 - **Ortega:** Tam Buğday
 - **ShopRite:** Trading Co Tam Buğday
 - **Shurfine:** Tam Buğday Fajita
 - **Siempre Autentico:** Tam Buğday Unu
 - **Signature Select:** Tam Buğday Taco
 - **Stop and Shop:** Beyaz Mısır, Sarı Mısır, Tam Buğday Unu
 - **Tia Rosa:** Tam Buğday Taco
 - **Tio Santi:** Tam Buğday Unu
 - **Tops:** Tam Buğday
 - **Weis Quality:** Tam Buğday

Tam Buğday Ekmeği Ürünleri

Alınabilir:

- **16 onsluk (1 libre) paketler**
- **Aşağıdaki marka ve türler:**
 - **America's Choice:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Arnold:** Taşla Öğütülmüş %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Best Yet:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Bimbo:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Bogopa:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Bowl and Basket:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Cherry Valley:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Food Lion:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Foodtown:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Jerusalem Francoz Health Bread:** %100 Tam Buğday, Çimlenmiş Tam Buğday
 - **Full Circle:** Keten ve Buğday Ekmeği
 - **Gold Medal:** %100 Ketenli Buğday Ekmeği, %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Gourmet:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Hannaford:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Hauswald's:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Holsum:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Ideal:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **IGA:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **King Kullen:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Krasdale:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Monks:** Çok Tahıllı Ekmek, Tam Tahıllı Buğday Ekmeği
 - **Pas Yisroel:** Gold Label %100 Tam Buğday Ekmeği, Green Label Tam Buğday Ekmeği, Çok Tahıllı Ekmek
 - **Penn Street:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Pepperidge Farm:** Tam Tahıllı Yahudi Çavdar Ekmeği, Hafif Yumuşak Buğday Ekmeği, Taşla Öğütülmüş Tam Buğday Ekmeği, Çok İnce Tam Buğday Ekmeği
 - **PICS:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Roman Meal:** Sungrain %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Rubschlager:** %100 Rye Rye Ola Siyah Çavdar Ekmeği, %100 Rye Rye Ola Keten Ekmeği, %100 Rye Rye Ola Ayçiçeği Ekmeği, %100 Tam Buğday Ekmeği, Kokteyl Çavdarlı Ekmek, Kokteyl Çavdar Ekmeği, Kokteyl Tam Tahıllı Ekmek, Danimarka Tarzı Çavdar Ekmek, Avrupa Tarzı Tam Tahıllı Ekmek, Rye Rye Ola Çavdarlı Ekmek, Westphalian Çavdarlı Ekmek
 - **Sara Lee:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Schmidt Old Tyme:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Schwebels:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **ShopRite:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Signature Select:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Stern's:** %100 Tam Buğday Ekmeği, Tam Buğday Sandviç Ekmeği
 - **Stop and Shop:** %100 Tam Buğday Ekmeği, Tuzsuz Tam Buğday Ekmeği
 - **Super Bread V:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Tops:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Urban Meadow:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Weis:** Quality %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Windmill Farms:** Tam Buğday Hamotzie Ekmeği, Tam Buğday Mezonos Ekmeği, Tam Buğday Sandviç Ekmeği
 - **Wonder:** %100 Tam Buğday Ekmeği
 - **Yossi's:** Çok Tahıllı Pide Ekmek
 - **Zomick's:** %100 Tam Buğday Hamotzie Ekmeği, %100 Tam Buğday Mezonos Ekmeği, %100 Tam Buğday Sandviç Ekmeği

Tam Tahıllı Makarna

Alınabilir:

- **16 onsluk (1 libre) paketler**
- **Aşağıdaki markalar:**
 - **Allegra**
 - **America's Choice**
 - **Anna**
 - **Barilla**
 - **Bella Terra**
 - **Bionaturae**
 - **Bowl and Basket**
 - **Brad's**
 - **Cadia**
 - **Campagna**
 - **Colavita**
 - **DeLallo**
 - **Delverde**
 - **Essential Everyday**
 - **Fit And Active**
 - **Food Club**
 - **Fratelli Mantova**
 - **Full Circle**
 - **Garofalo**
 - **Gia Russa**
 - **Great Value**
 - **Heartland**
 - **Hodgson Mill**
 - **La Molisana**
 - **Landau**
 - **Luigi Vitelli**
 - **Mishpacha**
 - **Natures Promise**
 - **O Organics**
 - **Pasta Isabella**
 - **Pastaio**
 - **Racconto**
 - **Ronzoni**
 - **ShopRite**
 - **Shurfine**
 - **Signature Select**
 - **Simply Balanced**
 - **Wegmans**
 - **Weis**

ALINAMAZ:

- İlave şekerli, katı yağlı, sıvı yağlı veya tuzlu

Meyve ve Sebze (Nakdi Yardım)

Alınabilir:

- WIC alışveriş listenizde 'Yalnızca taze' veya "Taze/donmuş/konserve" ifadeleri bulunacaktır
- Organik

Taze Sebze ve Meyveler

Alınabilir:

- Her çeşit taze sebze ve meyve
- Bütün veya doğranmış
- Poşetlenmiş salata karışımları, poşetlenmiş sebzeler

ALINAMAZ:

- Parti sepetleri
- Salata barında bulunan ürünler
- Meyve sepetleri
- Dekoratif sebze ve meyveler
- Kurutulmuş ürünler
- Çerezler (yer fıstığı ve meyve/çerez karışımları)
- Bitkiler, baharatlar veya salata sosları

Konserve Meyveler

Alınabilir:

- Su veya meyve suyuyla paketlenmiş herhangi bir marka
- Her çeşit meyve ve meyve karışımları
- Yapay tatlandırıcıları ürünler
- Tüm ebatlar/kutular/paketler (tek kullanımlık poşetler hariç). Söz konusu kutu metal, cam veya plastik olabilir.
- Meyve ilk malzeme olmalıdır
- Elma sosu: Yalnızca 'Şeker eklenmemiş' veya 'Tatlandırıcısız' çeşitler

ALINAMAZ:

- Kızılıcak sosu
- Pasta dolgusu
- Şerbet içinde paketlenmiş meyve
- Şeker veya tuz ilaveli
- Sıvı yağ veya katı yağ ilaveli
- Tek kullanımlık poşetler

Konserve Sebzeler

Alınabilir:

- Normal veya düşük sodyumlu/az tuzlu
- Herhangi bir marka
- Her çeşit sebze ve sebze karışımları
- Tüm ebatlar
- Tüm ebatlar/kutular/paketler (tek kullanımlık poşetler hariç). Söz konusu kutu metal, cam veya plastik olabilir.
- Sebze ilk malzeme olmalıdır
- Konserve domates (salça, püre, bütün, ezilmiş, haşlanmış, doğranmış, sos, salsa sosu)

ALINAMAZ:

- Salamura veya kremalı sebzeler
- Fırında fasulye/domuz etli fasulye
- Çorbalar
- Ketçap, tatlı-ekşi soslar, zeytin
- Katı yağ, sıvı yağ veya şeker ilaveli
- Olgun fasulyeler/bezelyeler/mercimekler (örneğin: siyah fasulye, nohut, barbunya)

Dondurmuş Meyveler

Alınabilir:

- Herhangi bir kutu/paket türü
- Tüm ebatlar
- Herhangi bir marka
- Meyve ilk malzeme olmalıdır
- Her çeşit meyve ve meyve karışımları

ALINAMAZ:

- Meyve dışındaki malzemeler
- Şeker, bal veya şerbet ilaveli

Donmuş Sebzeler

Alınabilir:

- Herhangi bir marka
- Herhangi bir kutu/paket türü
- Tuzlu veya tuzsuz
- Dondurulmuş fasulyeler, bezelyeler ve mercimeklere izin verilmektedir
- Tüm ebatlar
- Her çeşit sebze ve sebze karışımları
- Sebze ilk malzeme olmalıdır

ALINAMAZ:

- Şeker, katı yağ veya sıvı yağ ilaveli
- Sos veya ekmek kırıntısı ilaveli

Meyve Suyu

Alınabilir:

- WIC alışveriş listenizde bulunan ebat ve tür
- %100 meyve suyu
- %80 veya daha fazla C vitamini içeren meyve suyu

ALINAMAZ:

- Organik

Herhangi bir mağaza markası, mağaza isimleri ve aşağıdaki markalar dâhil:

- | | | | |
|----------------------|--------------------|-------------------|--------------------|
| • 7 Select | • Food Lion | • Member's Mark | • Shurfine |
| • Best Choice | • Freedom's Choice | • Nature's Own | • Signature Select |
| • Best Yet | • Good and Gather | • Parade | • Super A |
| • Bogopa | • Great Value | • PICs | • Tipton Grove |
| • Cherry Valley | • Hytop | • Red & White | • Urban Meadow |
| • Essential Everyday | • Krasdale | • Sam's Choice | • White Rose |
| • Food Club | • Market Pantry | • Shopper's Value | |

Kadınlar İçin Meyve Suyu

Uzun Raf Ömürlü Konsantreler 11,5 onsluk kutular

- **Welch's:** herhangi bir aroma

Donmuş Konsantreler 11,5-12 onsluk kutular

- **Herhangi Bir Marka:** Greyfurt, Portakal, Ananas
- **Dole:** Farklı Aromalı Meyve Suyu Karışımları
- **Langers:** Elma, Sonbahar Karışımı, Üzüm, Bahar Karışımı, Yaz Karışımı, Kış Karışımı
- **Herhangi Bir Mağaza Markası:** Elma, Üzüm, Meyve Suyu Karışımları
- **Old Orchard:** Elma, Üzüm, Yeşil Kapaklı Meyve Suyu Karışımları
- **Seneca:** Elma

Çocuklar İçin Meyve Suyu

Donmuş Konsantreler 16 onsluk kutular

- **Herhangi bir marka:** Elma, Üzüm, Greyfurt, Meyve Suyu Karışımları, Portakal, Ananas

Sıvı 64 onsluk kutular

- **Herhangi Bir Marka:** Greyfurt, Portakal, Ananas
- **Herhangi Bir Mağaza Markası:** Elma, Üzüm, Meyve Suyu Karışımları, Sebze
- **Apple and Eve:** Elma, Minik Kuş Elma, Kurabiye Canavarı Dutsu Meyveler, Kızılıcık ve Daha Fazlası, Kızılıcık Elma, Kızılıcık Karışımı, Kızılıcık Üzüm, Kızılıcık Nar, Kızılıcık Ahududu, Elmo'nun Meyveli Karışımı, Açıkgoz'ün Beyaz Üzümü
- **Campbell's:** Düşük Sodyumlu Domates, Domates
- **Harvest Classic:** Elma, Elma Portakal Ananas, Kızılıcık Elma, Kızılıcık Karışımı, Kızılıcık Üzüm, Kızılıcık Ahududu
- **Juicy Juice:** Elma, Elma Ahududu, Dutsu Meyveler, Kiraz, Meyveli Karışım, Üzüm, Kivi Çilek, Mango, Portakal Mandalina, Çarkifelek Ejderha Meyvesi, Şeftali Elma, Çilek Muz, Çilek Karpuz, Tropikal Meyveli Karışım, Beyaz Üzüm
- **Langers:** Elma, Elma Dut Kiraz, Elma Kızılıcık, Elma Kızılıcık Üzüm, Elma Üzüm, Elma Kivi Çilek, Elma Portakal Ananas, Dutsu Meyveler, Meyveli Karışım, Düşük Sodyumlu Sebze, Baharatlı Sebze, Sebze
- **Lucky Leaf:** Elma
- **Mott's:** Elma
- **Musselman's:** Elma
- **Northland:** Yabanmersini Böğürtlen Acai, Kızılıcık, Kızılıcık Böğürtlen, Kızılıcık Üzüm, Kızılıcık Nar, Kızılıcık Ahududu, Kızılıcık Mango, Nar Yabanmersini, Ahududu Yabanmersini
- **Ocean Spray:** Elma, Kırmızı Üzüm, Kızılıcık, Kızılıcık Böğürtlen, Kızılıcık Kiraz, Kızılıcık Kırmızı Üzüm, Kızılıcık Mango, Kızılıcık Ananas, Kızılıcık Nar, Kızılıcık Ahududu
- **Old Orchard:** Acai Nar, Elma, Elma Kızılıcık, Dutsu Meyve Karışımı, Vişne Kızılıcık, Yabanmersini Nar, Kiraz Nar, Kızılıcık Nar, Üzüm, Kivi Çilek, Portakal Mandalina, Şeftali Mango, Kırmızı Ahududu, Çilek Karpuz, Beyaz Üzüm, Kuş Kirazı
- **Ruby Kist:** Elma, Üzüm, Beyaz Üzüm
- **Seneca:** Elma
- **V8:** Düşük Sodyumlu Sebze, Baharatlı Sıcak Sebze, Sebze
- **Welch's:** Kırmızı Üzüm, Siyah Üzüm, Süper Dutsu Meyve Karışımı, Beyaz Üzüm, Beyaz Üzüm Şeftali