



Данная карта доступна на 21 языке. Посетите страницу [www.health.ny.gov/wic](http://www.health.ny.gov/wic)

Наиболее актуальный список продуктов питания, одобренных WIC, см. здесь: <https://nyswicvendors.com/upc-resources/>

## Молоко

### Можно покупать:

- В списке покупок WIC указаны жирность и тип молока, которое следует покупать
- Любая торговая марка
- **КОРОВЬЕ МОЛОКО:** по возможности покупайте самую большую емкость из имеющихся (галлон, 96 унций, половина галлона или четверть галлона)
- **БЕЗЛАКТОЗНОЕ МОЛОКО:** по возможности покупайте самую большую емкость из имеющихся
- **КОШЕРНЫЕ ПРОДУКТЫ (халав исраэль):** если указано в списке покупок WIC
- **КОЗЬЕ МОЛОКО:** только торговой марки Meuyenberg в емкости объемом 12 унций
- **СГУЩЕННОЕ МОЛОКО БЕЗ САХАРА/КОНСЕРВИРОВАННОЕ МОЛОКО:** только в емкости объемом 12 унций
- **СУХОЕ/ПОРОШКОВОЕ МОЛОКО:** только в емкости объемом 25,6 унции

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Со вкусовыми и ароматическими добавками
- Органические продукты
- Концентрированное/сгущенное молоко с сахаром
- Пахта
- С добавлением кальция
- Молоко с пониженным содержанием жира (2 %)

## Яйца

### Можно покупать:

- Любая торговая марка
- Только в контейнерах по 1 дюжине (12 шт.)
- Средние или большие
- Белые или коричневые

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Очень/особо крупные
- Органические продукты
- Дорогостоящие фирменные яйца (в т. ч. с пониженным содержанием холестерина, содержащие омега-3, полученные от кур свободного выгула или выращенных на вегетарианском корме)

## Арахисовое масло

### Можно покупать:

- Любая торговая марка
- Емкости объемом 16–18 унций
- Хрустящее, с кусочками арахиса, кремообразное, однородное
- Натуральное
- С пониженным содержанием жира

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Арахисовый спред
- Свежемолотое или взбитое арахисовое масло
- Арахисовое масло со вкусовыми и ароматическими добавками
- Органическое арахисовое масло
- Арахисовое масло, содержащее пальмовое масло и прочие добавки, такие как витамины, минералы, омега-3, докозагексаеновая кислота (DHA) или эйкозапентаеновая кислота (EPA)

## Соевые напитки

### Можно покупать:

#### Следующие торговые марки и типы продуктов:

- **8TH CONTINENT:**  
Соевое молоко — обычное и с ванилью (объемом 64 унции, охлажденное)
- **PACIFIC NATURAL FOODS:**  
Ультрапастеризованное соевое молоко — обычное и с ванилью (объемом 32 унции, длительного хранения)
- **SILK:**  
Соевое молоко — обычное (объемом 32 или 64 унции, охлажденное)  
Соевое молоко — обычное (объемом 128 унций, охлажденное, в упаковке мультипак)  
Соевое молоко — обычное (длительного хранения, объемом 32 унции)
- **WESTSOY:**  
Органическое соевое молоко — без добавок (объемом 32 или 64 унции, длительного хранения)  
Соевое молоко — с ванилью (объемом 32 или 64 унции, длительного хранения)

## Сыр

### Можно покупать:

- Только упаковки весом 8, 16, 24 или 32 унции
- Любая торговая марка
- Пастеризованный плавленный американский сыр, монтерей джек, моцарелла, чеддер, колби, швейцарский, мюнстер, проволононе или смесь любых из этих сортов сыра
- Кусковой и нарезной
- **КОШЕРНЫЙ СЫР (халав исраэль):** если указан в списке покупок WIC

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Импортный сыр
- Сырные продукты или спреды
- Сыр, нарезанный по размеру крекеров
- Тертый, нарезанный кубиками или палочками сыр
- Сыр со вкусовыми и ароматическими добавками
- Органический сыр
- Сыр, каждый ломтик которого обернут в отдельную упаковку
- Деликатесный сыр

## Рыбные консервы

### Можно покупать:

- Любая торговая марка
- Рыба с солью или овощным бульоном
- Рыба в собственном соку или в масле
- Рыба с костями и кожей
- Рыба следующих типов и размеров:
  - **Светлый (диетический) тунец:** любой марки (консервные банки весом 5 и 6 унций)
  - **Горбуша:** любой марки (консервные банки весом 5, 6 и 7,5 унции)
  - **Сардины:** любой марки (консервные банки весом 3,75 унции)

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Альбакор (длинноперый, или белый тунец)
- Нерка
- Красная рыба
- С приправами и специями
- С добавками

Для женщин, чьи дети находятся исключительно на грудном вскармливании, предусмотрены дополнительные продукты, обеспечивающие выработку грудного молока, необходимого для роста и развития ребенка.

## Йогурт

### Можно покупать:

- **Разрешенная жирность указана в списке покупок**
- **Емкости объемом 32 унции**
- **Следующие торговые марки и типы продуктов:**
  - **Annie's:** домашний органический йогурт из цельного молока без добавок
  - **Arz:** обычный жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Avenue A:** обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с ванилью
  - **Axelrod:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, йогурт из цельного молока без добавок
  - **Baroodly:** йогурт без добавок
  - **Best Yet:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок
  - **Brown Cow:** жирный йогурт со слоем сливок из цельного молока без добавок, йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, йогурт из цельного молока с ванилью
  - **Butterworks Farm:** обезжиренный йогурт без добавок, жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Byrne Hollow:** греческий йогурт низкой жирности без добавок
  - **Cabot:** йогурт низкой жирности (2 %) без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Chobani:** греческий йогурт низкой жирности (2 %) без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, жирный греческий йогурт из цельного молока без добавок
  - **Coburn Farms:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок
  - **Cowbella:** обезжиренный йогурт без добавок
  - **Cream O'Land:** йогурт низкой жирности без добавок
  - **Crowley:** йогурт низкой жирности без добавок
  - **Dannon:** йогурт низкой жирности (1,5 %) без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Desi Natural Dahi:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Essential Everyday:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с клубникой, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, греческий йогурт из цельного молока без добавок, йогурт из цельного молока без добавок
  - **Esti:** греческий йогурт из цельного молока без добавок
  - **Farmland:** жирный йогурт дахи из цельного молока без добавок
  - **Fit and Active:** обезжиренный йогурт без добавок
  - **Food Club:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок
  - **Food Lion:** обезжиренный йогурт без добавок
  - **Foodtown:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Freedom Hill Farm:** йогурт без добавок
  - **Fresh Made:** йогурт низкой жирности без добавок
  - **Friendship:** йогурт низкой жирности без добавок
  - **Gopi:** индийский йогурт низкой жирности без добавок, индийский обезжиренный йогурт без добавок, индийский жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Great Value:** обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, органический йогурт низкой жирности, жирный греческий йогурт из цельного молока без добавок
  - **Greek Gods:** греческий йогурт низкой жирности без добавок
  - **Green Mountain Creamery:** обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, греческий йогурт без добавок, йогурт из цельного молока без добавок
  - **Greenway:** жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Guru:** йогурт из цельного молока без добавок
  - **Hammond Dairy:** жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Hannaford:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с клубникой, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, греческий йогурт из цельного молока без добавок, греческий йогурт из цельного молока с ванилью
  - **Hawthorne Valley:** жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Horizon:** обезжиренный йогурт без добавок, органический обезжиренный йогурт без добавок, органический жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Ithaca:** жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Key Foods:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок
  - **Kingdom Creamery:** жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Kirkland:** обезжиренный греческий йогурт без добавок
  - **La Yogurt:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Lacto:** йогурт без добавок
  - **Lala:** йогурт низкой жирности без добавок
  - **Lucerne Dairy:** йогурт низкой жирности без добавок, йогурт низкой жирности с клубникой, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, йогурт из цельного молока
  - **Maple Hill:** органический йогурт из цельного молока без добавок
  - **Market Pantry:** обезжиренный йогурт без добавок
  - **Merve:** йогурт без добавок
  - **Mountain High:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, органический жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **My Essentials:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок
  - **Nancy's:** обезжиренный йогурт без добавок, органический йогурт низкой жирности без добавок, органический обезжиренный йогурт без добавок, йогурт из цельного молока без добавок
  - **Nature's Place:** органический обезжиренный греческий йогурт с ванилью, органический греческий йогурт из цельного молока без добавок, органический йогурт из цельного молока без добавок
  - **Nature's Promise:** органический обезжиренный греческий йогурт без добавок, органический обезжиренный греческий йогурт с ванилью, органический йогурт низкой жирности без добавок, органический греческий йогурт без добавок, органический греческий йогурт из цельного молока без добавок, органический йогурт из цельного молока без добавок
  - **North Country Creamery:** йогурт из цельного молока без добавок, йогурт из цельного молока с ванилью
  - **Nostimo:** обезжиренный греческий йогурт без добавок
  - **O Organics:** обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, йогурт из цельного молока без добавок
  - **Oikos:** обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, жирный греческий йогурт из цельного молока без добавок
  - **Open Nature:** греческий йогурт жирностью 2 % без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, жирный греческий йогурт из цельного молока без добавок
  - **Our Family:** обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок
  - **Penn Maid:** обезжиренный йогурт без добавок
  - **PICs:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, греческий йогурт без добавок, жирный йогурт из цельного молока без добавок, греческий йогурт из цельного молока с ванилью
  - **Powerful:** обезжиренный греческий йогурт без добавок, жирный греческий йогурт из цельного молока без добавок
  - **Price Rite:** йогурт низкой жирности без добавок
  - **Redwood Hill:** йогурт без добавок
  - **Romis:** йогурт низкой жирности без добавок, жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Ronnybrook Farm Dairy:** жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Seven Stars:** органический йогурт низкой жирности без добавок, органический жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **ShopRite:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, йогурт из цельного молока без добавок, греческий йогурт из цельного молока без добавок
  - **Shurfine:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок
  - **Simply Balanced:** обезжиренный греческий йогурт без добавок
  - **Stonyfield Organic:** кремобразный йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, французский йогурт из цельного молока с ванилью, йогурт из цельного молока без добавок

## Йогурт (продолжение)

### Можно покупать:

- Разрешенная жирность указана в списке покупок
- Емкости объемом 32 унции
- Следующие торговые марки и типы продуктов:
  - **Stop and Shop:** обезжиренный греческий йогурт без добавок, жирный греческий йогурт из цельного молока без добавок, йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, греческий йогурт из цельного молока с ванилью
  - **Super Associated:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный йогурт без добавок
  - **Taste of Inspirations:** обезжиренный йогурт без добавок, греческий йогурт без добавок, йогурт из цельного молока без добавок
  - **Tillamook:** йогурт низкой жирности без добавок
  - **Tops:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, йогурт из цельного молока без добавок
  - **Traditional:** натуральный йогурт дахи
  - **Trimona:** болгарский жирный йогурт из цельного молока без добавок
  - **Two Good:** греческий йогурт низкой жирности без добавок, греческий йогурт низкой жирности с ванилью
  - **Upstate Farms:** обезжиренный греческий йогурт без добавок
  - **Urban Meadow:** обезжиренный йогурт без добавок, йогурт низкой жирности без добавок
  - **Voskos:** обезжиренный греческий йогурт без добавок
  - **Wallaby:** органический греческий йогурт из цельного молока без добавок, органический греческий йогурт низкой жирности без добавок, органический обезжиренный греческий йогурт без добавок, органический йогурт из цельного молока без добавок
  - **Wegmans:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный йогурт без добавок, взбитый органический суперйогурт низкой жирности без добавок, органический греческий йогурт из цельного молока без добавок, йогурт низкой жирности с пробиотиками без добавок, жирный греческий йогурт из цельного молока без добавок
  - **Weis:** обезжиренный греческий йогурт без добавок, обезжиренный греческий йогурт с ванилью, йогурт низкой жирности с пробиотиками без добавок, обезжиренный йогурт с пробиотиками без добавок, жирный греческий йогурт из цельного молока без добавок, йогурт из цельного молока с пробиотиками без добавок
  - **White Mountain:** болгарский обезжиренный йогурт без добавок
  - **Wholesome Pantry:** органический жирный йогурт из цельного молока без добавок, органический йогурт низкой жирности без добавок
  - **Yoplait:** йогурт с низким содержанием сахара с клубникой или с клубникой и бананом, 8 баночек объемом 4 унции (всего 32 унции), обезжиренный йогурт без добавок

**КОШЕРНЫЙ ЙОГУРТ (халав исраэль):** если указан в списке покупок WIC.

### Можно покупать:

- Емкости объемом 32 унции
- Следующие торговые марки и типы продуктов:
  - **Gevina Farms:** обезжиренный греческий йогурт без добавок
  - **J and J:** обезжиренный йогурт без добавок
  - **Mehadrin:** йогурт низкой жирности без добавок, обезжиренный греческий йогурт без добавок
  - **Normans:** греческий йогурт низкой жирности без добавок, греческий йогурт низкой жирности с ванилью, обезжиренный греческий йогурт без добавок

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Йогурт с добавлением других ингредиентов (гранола, карамель и т. п.)
- Питьевой/в мягкой упаковке (пауч)
- Замороженный йогурт
- С заменителями сахара

## Зрелые бобы, горох и чечевица

### Можно покупать (в сушеном виде):

- Любая торговая марка
- Упаковки зрелых бобов, гороха или чечевицы весом 1 фунт

### Можно покупать (консервированные):

- Любая торговая марка
- Банки зрелых бобов, гороха или чечевицы, фасолевого паштета без добавок, каянуса (голубинового гороха) или лимской (лунной) фасоли весом 15–16 унций

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Тушеная фасоль
- Бобы со свининой
- Продукты с добавлением сахара, мяса и жиров, в т. ч. сала и растительных масел
- Стручковую фасоль, зеленый горошек, сахарный горох, желтую и восковую фасоль нельзя покупать по талону WIC, предназначенному для покупки арахисового масла, бобов, гороха и чечевицы; для их приобретения можно использовать талон WIC, предназначенный для покупки овощей и фруктов

## Тофу

### Можно покупать:

- Упаковки весом 8, 10, 14 или 16 унций
- Следующие торговые марки и типы продуктов:
  - **Azumaya:** мягкий, твердый, экстратвердый
  - **Franklin Farms:** мягкий, полутвердый, твердый, экстратвердый
  - **Heiwa**
  - **House Foods:** органический твердый, органический полутвердый, органический мягкий, экстратвердый премиум, твердый премиум, полутвердый премиум, мягкий премиум
  - **Nasoya:** органический супертвердый в кубиках, органический экстратвердый, органический твердый, органический полутвердый, органический мягкий, органический супертвердый, мягкий
  - **Natures Promise:** органический твердый
  - **O Organics:** экстратвердый, твердый, мягкий, супертвердый из пророщенной сои
  - **San Su:** экстратвердый, твердый, мягкий
  - **Wegmans:** органический твердый
  - **Woodstock:** органический экстратвердый, органический твердый

## Детское питание — овощи и фрукты

### Можно покупать:

- **Емкости объемом 4 унции:**
  - 2 упаковки детского питания объемом 2 унции (всего 4 унции) считаются как 1 емкость
  - 2 упаковки детского питания объемом 4 унции (всего 8 унций) считаются как 2 емкости
- **Органические продукты**
- **Любые отдельные фрукты или овощи**
- **Любое сочетание различных фруктов и овощей**
- **Следующие торговые марки:**
  - Beech Nut, Gerber, Earth's Best, Happy Baby, Nature's Promise, Once Upon A Farm, Tippy Toes, Wild Harvest
- **Кошерные продукты (халав исраэль):** First Choice

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Паучи
- Смеси с нефруктовыми и неовощными ингредиентами, такими как мясо, йогурт, рис, лапша

## Мясное детское питание

### Можно покупать:

- **Емкости объемом 2,5 унции**
- **Органические продукты**
- **Любое мясо в бульоне или подливе**
- **Следующие торговые марки:** Beech Nut, Earth's Best, Gerber

## Каши для детей грудного возраста

### Можно покупать:

- **Gerber:** детская каша
- **Емкости объемом 8 или 16 унций**
- **Только без добавок:** овсяная и рисовая каши, цельнозерновая каша или из нескольких видов злаков

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Органические продукты
- Каши с дополнительными ингредиентами, такими как докозагексаеновая кислота (DHA), фрукты и смеси, а также с добавлением протеина

## Готовые завтраки из злаков

### Можно покупать:

- В коробках весом 12 унций и более

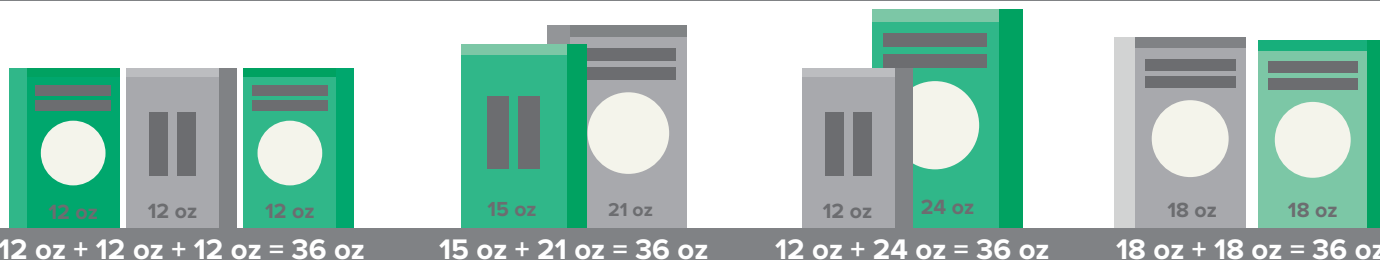
Цельнозерновые крупы обозначены звездочкой (\*)

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Органические продукты
- Упаковки на одну порцию

## Полезные советы для покупок!

Как получить полные 36 унций каши:



## Национальные/особые торговые марки

### Можно покупать:

- **Следующие национальные торговые марки и типы продуктов:**

- **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

## Собственные торговые марки магазинов

Можно покупать:

- Следующие собственные торговые марки магазинов и типы продуктов:

- **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, \*Tasteeos, \*Toasted Oats, Toasted Rice
- **Foodtown:** Corn Flakes, \*Crunchy Oat Squares, \*Frosted Shredded Wheat, Oats and More with Almonds, \*Tasteeos, \*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, \*Tasteeos, 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

## Горячие каши

### Можно покупать:

- В коробках весом 11,8 унции и более
- Следующие торговые марки и типы продуктов:
  - **Cream Of Rice:** каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Cream Of Wheat:** каша 1-минутного приготовления, каша 2,5-минутного приготовления, каша мгновенного приготовления в пакетиках, цельнозерновая каша 2,5-минутного приготовления
  - **Essential Everyday:** каша мгновенного приготовления в пакетиках из зерна грубого помола, овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Food Club:** овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Great Value:** обычная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Hannaford:** сливочно-пшеничная каша, обычная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **IGA:** 100%-но натуральная традиционная овсяная каша, 100%-но натуральная цельнозерновая овсяная каша быстрого приготовления, оригинальная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Malt O Meal:** оригинальная пшеничная каша Farina, оригинальная пшеничная каша
  - **Mauro:** овсяная каша мгновенного приготовления с кленовым сиропом, овсяная каша с кленовым сиропом и киноа, вермонтская овсяная каша с кленовым сиропом
  - **My Essentials:** обычная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **PICS:** обычная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Price Rite:** обычная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Quaker:** овсяная каша мгновенного приготовления с железом, оригинальная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Shop Rite:** оригинальная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Shurfine:** оригинальная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Signature Select:** овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Tops:** оригинальная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках
  - **Weis Quality:** оригинальная овсяная каша мгновенного приготовления в пакетиках

## Коричневый рис

### Можно покупать:

- Любая торговая марка
- В упаковках весом 14–16 унций или 28–32 унции
- Коричневый рис без добавок в коробках или пакетах
- Мгновенного, быстрого или обычного приготовления

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- С добавлением сахара, жиров, растительных масел или соли

## Цельнозерновые тортильи

### Можно покупать:

- В упаковках весом 16 унций (1 фунт)
- Следующие торговые марки и типы продуктов:
  - **Celias:** из белой кукурузы, из желтой кукурузы, цельнозерновые пшеничные
  - **Chi Chis:** из белой кукурузы, цельнозерновые пшеничные для фахиты
  - **Del Campo:** кукурузные
  - **Don Pancho:** из белой кукурузы, цельнозерновые пшеничные
  - **Essential Everyday:** из крахмалистой белой кукурузы, цельнозерновые пшеничные
  - **Food Club:** из белой кукурузы, цельнозерновые пшеничные для фахиты
  - **Guerrero:** из белой кукурузы
  - **Great Value:** 100%-но цельнозерновые пшеничные, цельнозерновые пшеничные
  - **Hannaford:** цельнозерновые пшеничные для фахиты
  - **Herdez:** из белой кукурузы
  - **IGA:** из белой кукурузы, цельнозерновые пшеничные для тако
  - **Key Foods:** цельнозерновые пшеничные
  - **La Banderita:** кукурузные, из крахмалистой кукурузы, из желтой кукурузы, цельнозерновые пшеничные для фахиты, мягкие цельнозерновые пшеничные для тако
  - **La Milpa:** традиционные из кукурузной муки
  - **Mayan Farm:** цельнозерновые пшеничные
  - **MexAmerica:** цельнозерновые пшеничные с медом
  - **Mission:** экстратонкие из крахмалистой кукурузы, 100%-но из цельнозерновой пшеничной муки, цельнозерновые пшеничные ресторанные
  - **Natures Promise:** натуральные из всех видов кукурузы
  - **Ortega:** цельнозерновые пшеничные
  - **ShopRite:** цельнозерновые пшеничные Trading Co
  - **Shurfine:** цельнозерновые пшеничные для фахиты
  - **Siempre Autentico:** из цельнозерновой пшеничной муки
  - **Signature Select:** цельнозерновые пшеничные для тако
  - **Stop and Shop:** из белой кукурузы, из желтой кукурузы, из цельнозерновой пшеничной муки
  - **Tia Rosa:** цельнозерновые пшеничные для тако
  - **Tio Santi:** из цельнозерновой пшеничной муки
  - **Tops:** цельнозерновые пшеничные
  - **Weis Quality:** цельнозерновые пшеничные

## Цельнозерновые хлебобулочные изделия

### Можно покупать:

- В упаковках весом 16 унций (1 фунт)
- Следующие торговые марки и типы продуктов:
  - **America's Choice:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Arnold:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки жернового помола
  - **Best Yet:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Bimbo:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Bogopa:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Bowl and Basket:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Cherry Valley:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Food Lion:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Foodtown:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Jerusalem Franczoz Health Bread:** из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки, из цельнозерновой муки из пророщенной пшеницы
  - **Full Circle:** хлеб из муки крупного помола со льном
  - **Gold Medal:** хлеб из 100%-й пшеничной муки со льном, хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Gourmet:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Hannaford:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Hauswald's:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Holsum:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Ideal:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **IGA:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **King Kullen:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Krasdale:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Monks:** многозерновой хлеб, цельнозерновой пшеничный хлеб
  - **Pas Yisroel:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки Gold Label, хлеб из цельнозерновой пшеничной муки Green Label, многозерновой хлеб
  - **Penn Street:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Pepperidge Farm:** еврейский ржаной цельнозерновой хлеб, дрожжевой белый хлеб из мягкой пшеницы, хлеб из цельнозерновой пшеничной муки жернового помола, хлеб из цельнозерновой пшеничной муки очень мелкого помола
  - **PICS:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Roman Meal:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки Sungrain
  - **Rubschlager:** черный хлеб из 100%-й ржаной муки Rye Ola, хлеб из 100%-й льняной муки Rye Ola, хлеб из 100%-й муки из семян подсолнечника Rye Ola, хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки, хлеб «пумперникель» Cocktail, ржаной хлеб Cocktail, цельнозерновой хлеб Cocktail, датский хлеб «пумперникель», европейский цельнозерновой хлеб, хлеб «пумперникель» Rye Ola, вестфальский хлеб «пумперникель»
  - **Sara Lee:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Schmidt Old Tyme:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Schwabel:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **ShopRite:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Signature Select:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Stern's:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки, цельнозерновые пшеничные булочки
  - **Stop and Shop:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки, хлеб из цельнозерновой пшеничной муки без соли
  - **Super Bread V:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Tops:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Urban Meadow:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Weis:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки Quality
  - **Windmill Farms:** хлеб из цельнозерновой пшеничной муки Hamotzie, хлеб из цельнозерновой пшеничной муки Mezonos, цельнозерновые пшеничные булочки
  - **Wonder:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки
  - **Yossi's:** многозерновой хлеб пита
  - **Zomick's:** хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки Hamotzie, хлеб из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки Mezonos, булочки из 100%-й цельнозерновой пшеничной муки

## Цельнозерновые макаронные изделия

### Можно покупать:

- В упаковках весом 16 унций (1 фунт)
- Следующие торговые марки:
 

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

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- С добавлением сахара, жиров, растительных масел или соли

## Фрукты и овощи (талон наличного расчета)

### Можно покупать:

- В списке покупок WIC будут указаны разрешенные овощи и фрукты: только свежие или свежие/замороженные/консервированные
- Органические продукты

## Свежие овощи и фрукты

### Можно покупать:

- Любые сорта свежих овощей и фруктов
- Целые или нарезанные
- Смеси салатов в упаковке, овощи в упаковке

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Наборы с праздничной нарезкой
- Продукты/блюда из салатного бара
- Фруктовые корзины
- Декоративные овощи и фрукты
- Сушеные продукты
- Орехи (в т. ч. арахис, фруктовые/ореховые смеси)
- Зелень, пряности, заправки для салатов

## Консервированные фрукты

### Можно покупать:

- Фрукты любой торговой марки, консервированные в воде или соке
- Любые сорта фруктов, фруктовые смеси
- Продукты с заменителями сахара
- В емкостях/упаковках любого объема/типа (кроме порционных пакетиков); емкость может быть металлической, стеклянной или пластиковой
- Фрукты должны быть первым (основным) ингредиентом
- Яблочное пюре: только без добавления сахара и подсластителей

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Клюквенный соус
- Начинка для пирогов
- Фрукты, консервированные в сиропе
- С добавлением сахара или соли
- С добавлением растительных масел/жиров
- Порционные упаковки

## Консервированные овощи

### Можно покупать:

- Со стандартным или низким содержанием натрия/соли
- Любая торговая марка
- Любые сорта овощей, овощные смеси
- В емкостях любого размера
- В емкостях/упаковках любого объема/типа (кроме порционных пакетиков); емкость может быть металлической, стеклянной или пластиковой
- Овощи должны быть первым (основным) ингредиентом
- Консервированные помидоры (паста, пюре, целые, измельченные, тушеные, нарезанные кубиками, соус, острый соус сальса)

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Маринованные или протертые овощи
- Тушеная фасоль, фасоль со свиной
- Супы
- Кетчуп, приправы, оливки
- С добавлением жиров, растительных масел, сахара
- Зрелые бобы/горох/чечевица (например, черная фасоль, нут, красная фасоль)

## Замороженные фрукты

### Можно покупать:

- В емкости/упаковке любого типа
- В емкостях любого размера
- Любая торговая марка
- Фрукты должны быть первым (основным) ингредиентом
- Любые сорта фруктов, фруктовые смеси

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Имеются любые ингредиенты, кроме фруктов
- С добавлением сахара, меда или сиропа

## Замороженные овощи

### Можно покупать:

- Любая торговая марка
- В емкости/упаковке любого типа
- С солью и без
- Разрешены замороженные бобы, горох и чечевица
- В емкостях любого размера
- Любые сорта овощей, овощные смеси
- Овощи должны быть первым (основным) ингредиентом

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- С добавлением сахара, жиров или растительных масел
- С соусами, подливками или в панировке



## Сок

### Можно покупать:

- В списке покупок WIC указаны объем/размер и тип
- 100%-й сок
- Сок с витамином С (80 % и более)

### НЕЛЬЗЯ ПОКУПАТЬ:

- Органические продукты

Понятие «любая собственная торговая марка магазина» включает названия магазинов и следующие торговые марки:

- |                      |                    |                   |                    |
|----------------------|--------------------|-------------------|--------------------|
| • 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 |                    |

## Сок для женщин

Концентраты длительного хранения в емкостях объемом 11,5 унции

- **Welch's:** с любимыми вкусом-ароматическими добавками

Замороженные концентраты в емкостях объемом 11,5–12 унций

- **Любая торговая марка:** грейпфрутовый, апельсиновый, ананасовый
- **Dole:** соки и смеси с любимыми вкусом-ароматическими добавками
- **Langers:** яблочный, виноградный, смеси (осенняя, весенняя, летняя и зимняя)
- **Любая собственная торговая марка магазина:** яблочный, виноградный, смеси соков
- **Old Orchard:** яблочный, виноградный, смеси соков с зеленой крышкой
- **Seneca:** яблочный

## Соки для детей

Замороженные концентраты в емкостях объемом 16 унций

- **Любая торговая марка:** яблочный, виноградный, грейпфрутовый, смеси соков, апельсиновый, ананасовый

Жидкие, в емкостях объемом 64 унции

- **Любая торговая марка:** грейпфрутовый, апельсиновый, ананасовый
- **Любая собственная торговая марка магазина:** яблочный, виноградный, смеси соков, овощной
- **Apple and Eve:** яблочный, яблочный Big Bird, ягодный Cookie Monster, клюквенный с добавками, клюквенно-яблочный, клюквенная смесь, клюквенно-виноградный, клюквенно-гранатовый, клюквенно-малиновый, фруктовый пунш от Элмо, сок из белого винограда от Гровера
- **Campbell's:** томатный с низким содержанием соли, томатный
- **Harvest Classic:** яблочный, яблочно-апельсиново-ананасовый, клюквенно-яблочный, клюквенная смесь, клюквенно-виноградный, клюквенно-малиновый
- **Juicy Juice:** яблочный, яблочно-малиновый, ягодный, вишневый, фруктовый пунш, виноградный, клубничный с киви, манговый, апельсиново-мандариновый, смесь маракуйи и питахайи, яблочно-персиковый, клубнично-банановый, клубнично-арбузный, пунш из тропических фруктов, сок из белого винограда
- **Langers:** яблочный, яблочно-ягодно-вишневый, яблочно-клюквенный, яблочно-клюквенно-виноградный, яблочно-виноградный, яблочно-клубничный с киви, яблочно-апельсиново-ананасовый, ягодный, фруктовый пунш, овощной с низким содержанием соли, пряный овощной, овощной
- **Lucky Leaf:** яблочный
- **Mott's:** яблочный
- **Musselman's:** яблочный
- **Northland:** чернично-ежевичный с ягодами асаи, клюквенный, клюквенно-ежевичный, клюквенно-виноградный, клюквенно-гранатовый, клюквенно-малиновый, клюквенно-манговый, гранатово-черничный, малиново-черничный
- **Ocean Spray:** яблочный, виноградный (сорт «Конкорд»), клюквенный, клюквенно-ежевичный, клюквенно-вишневый, клюквенно-виноградный (сорт «Конкорд»), клюквенно-манговый, клюквенно-ананасовый, клюквенно-гранатовый, клюквенно-малиновый
- **Old Orchard:** гранатовый с ягодами асаи, яблочный, яблочно-клюквенный, ягодная смесь, клюквенный с черемухой, чернично-гранатовый, вишнево-гранатовый, клюквенно-гранатовый, виноградный, клубничный с киви, апельсиново-мандариновый, персиково-манговый, из красной малины, клубнично-арбузный, из белого винограда, черешневый
- **Ruby Kist:** яблочный, виноградный, из белого винограда
- **Seneca:** яблочный
- **V8:** овощной с низким содержанием соли, пряно-острый овощной, овощной
- **Welch's:** виноградный (сорт «Конкорд»), из красного винограда, ягодный, из белого винограда, из белого винограда с персиком

Более подробную информацию о программе NYS WIC см. на странице [health.ny.gov/WIC](http://health.ny.gov/WIC).  
Данная организация обеспечивает равные возможности при оказании услуг и найме.