花生醬

購買

購買任何一種商標的16盎司或18盎司罐裝花生醬

選擇乳狀，粒狀，一般，
或是蜂蜜花生醬.

16盎司
罐裝

18盎司
罐裝

請勿購買

- 添加果醬，果凍，或巧克力
- 散裝 • 味精或瓦磨坊
- 有機的 • 低脂的

乾豆類，豌豆或扁豆

購買

購買任何一種商標以及不同種類的乾豆類，豌豆或扁豆，可以只有乾豆類。

選擇散裝或袋裝。

請勿購買

- 罐頭 • 豆類湯

嬰兒配方

購買

僅購買支票上指定的商標和種類

請勿購買

- Enfamil LIPIL • Enfamil Prosobee LIPIL
- Similac Advance • Isomil Advance

嬰兒穀類食物

購買 僅購買指定商標：

選擇8盎司或16盎司盒裝。

請勿購買

- 添加水果或全方的嬰兒穀類食物
- 罐裝嬰兒穀類食物

牛奶

購買

購買任何一種WIC認可的、不超過支票指定數量的商標和含脂牛奶。

選擇以下種類的維生素牛奶

- 全脂(最高達5%)
- 2%低脂
- 1%低脂
- 無脂
- 不含脂
- 脫脂
- 無乳糖
- 低乳糖
- 乳酸
- 酸性
- 適合猶太教規定的
- 有機的
- 脫脂有質的
- 有質的
- 高級脫脂
- 特級脫脂

1 加侖 = 半加侖 + 半加侖

1 加侖 = 11 夸脫 + 11 夸脫 + 11 夸脫 + 11 夸脫

允許支票上印有的奶粉和煉乳

請勿購買

- 加味牛奶 • 玻璃瓶裝的
- 生奶或未殺菌牛奶 • 豆漿或米漿

母乳哺育女性所食用的蘿蔔和金槍魚

購買

購買任何一種商標的整條或切小蘿蔔。

可以是有機類。

請勿購買

- 添加調味，醬汁，或調味品

購買

購買任何一種商標的水裝或油裝的含槍魚罐頭。

選擇白色肉質，肉質海產魚，
白色塊狀或淡味塊狀。

請勿購買

- 新鮮金槍魚 • 遇熱或加味的金槍魚
- 減肥特製金槍魚 • 袋裝或零食類金槍魚

母乳哺育是最佳的！

華盛頓州
WIC部門
WIC食品

有效期
2005年4月1日至2006年3月31日

華盛頓州WIC部門
是平等機遇的
供者和雇主

乳酪

購買

購買任何一種WIC認可的，不超過支票指定數量的商標和合製乳酪。

選擇這些種原味或塊狀乳酪：

- 旦得（淡味，中等，強烈，美或白）
- Kraft美國豪華乳酪(六切片)
- 芒特力 傑克
- 瑪得瑞拉(全脂或部分去脂)
- 乳酪串（只有白色，數量不定的條裝裝或單獨條裝）
- 瑞士

16盎司＝ 1磅 ＝ 1磅

可以使用無脂，低脂和淡味乳酪

請勿購買

- 山羊乳酪 • 有機乳酪
- 片裝，切碎，磨碎或切成小方塊的
- 特製乳酪 • 生的或未殺菌的

穀物

購買 請購買指定的穀物：

選擇任何一種組合36盎司或以下的WIC穀物

9 盎司盒裝	＋	9 盎司盒裝	＋	9 盎司盒裝	＋	9 盎司盒裝	＝	36 盎司
15 盎司盒裝	＋	1 磅，2盎司盒裝	＝	33 盎司
1 磅lb，5盎司盒裝	＋	9 盎司盒裝	＝	30 盎司

果汁

購買 請購買指定商標：

選擇WIC支票上指定數量的冷凍濃縮果汁或罐裝或瓶裝純果汁。

維生素果汁是許可的，但不建議給嬰兒食用。

10 盎司，11.5 盎司或12 盎司(冷凍濃縮)

46 盎司罐裝

16 盎司塑膠瓶

雞蛋

購買

購買一打12個，小、中和大號以及任何一種商標的雞蛋。

請勿購買

- 咖啡色蛋 • 受精蛋
- 有機蛋 • 特製蛋

使用WIC支票

- 按WIC支票列出數量選擇WIC認可的食物。
- 請牢記您不需要購買WIC支票上列出的所有食品。
- 請將WIC食品和其他購買的物品分開。
- 將每一種WIC支票的食品分開。
- 當您抵達收銀處時您的WIC支票交給收銀員。
- 請在支票上購買金額下第二簽名空格處簽名。
- 請勿使用現金，提取現金或等代卷。
- 如有關WIC支票或購買WIC食物的問題，請洽詢您的診所、WIC辦公室，或商店經理。

華盛頓州健康局
WIC部門州辦公室
1-800-841-1410

DOH-Publication # 961-179 CH