

WICShopper یک اپ موبایل است که به شما اجازه می‌دهد محصولات را اسکن کنید تا تأیید کنید که آیا این محصولات مورد تأیید WIC هستند یا خیر، لیست مواد غذایی مجاز را مشاهده کنید، نظریات آشپزی را بگیرید، محصول را محاسبه کنید و موارد دیگر!

همین امروز آن را دانلود کنید!

- همیشه ورقه چاپی/یا رسیدهای «مزایای کارت EBT» خود را بررسی کنید تا تمام مواردی را که در کارت تغذیه WIC خود دارید تأیید کنید.
- اگر در خرید یک محصول با کارت تغذیه WIC خود یا در اسکن کردن یک محصول با مشکل مواجه هستید، لطفاً به بخش "I couldn't buy this!" در تطبیق WICShopper مراجعه کنید تا مشکل خود را گزارش دهید.



I couldn't buy this!



Department of Health

برنامه زنان، نوزادان،
و اطفال (WIC)

این مؤسسه یک ارائه دهنده فرصت‌های برابر است.

لیست مواد غذایی مجاز

ارزان ترین برند ترجیح داده شده



Department of Health

برنامه زنان، نوزادان
و اطفال (WIC)

غلات سیوس دار

<p>آش گندم سیوس دار، آش یا کاپلینی گندم سیوس دار، مکرونی پینی گندم سیوس دار، مکرونی روتینی گندم سیوس دار.</p>	
<p>مکرونی پینی 100% گندم سیوس دار، مکرونی روتینی 100% گندم سیوس دار، آش 100% گندم سیوس دار.</p>	
<p>آش گندم سیوس دار، آش نازک گندم سیوس دار، مکرونی پینی ریگیت گندم سیوس دار، مکرونی روتینی گندم سیوس دار.</p>	
<p>مکرونی کاپلینی گندم سیوس دار، مکرونی البو گندم سیوس دار، مکرونی ورقی یا فارفیلی گندم سیوس دار، لینگوینی گندم سیوس دار، دار، پینی ریگیت گندم سیوس دار، ریگاتونی گندم سیوس دار، مکرونی روتینی گندم سیوس دار، آش گندم کامل.</p>	
<p>مکرونی پینی ریگیت 100% غله سیوس دار، آش 100% غله سیوس دار، آش نازک 100% غله سیوس دار، مکرونی روتینی 100% غله سیوس دار، مکرونی لینگوینی 100% غله سیوس دار.</p>	
<p>پینی ریگیت گندم سیوس دار، مکرونی روتینی گندم سیوس دار، آش گندم سیوس دار، آش نازک گندم سیوس دار.</p>	
<p>مکرونی کاپلینی گندم سیوس دار، آش گندم سیوس دار.</p>	



برنج قهوه‌ای

16 اونس؛ ساده؛ هر برند.

Best Choice

Ben's Original

SIMPLE EARTH

- برنج قهوه‌ای فوری
- برنج قهوه‌ای کیسه‌ای مخصوص جوشاندن
- برنج قهوه‌ای غله سیوس دار 16 اونس.

اجازه نیست: برنج سفید.

یک نوع غذا تهیه شده از جو

16 اونس، هر برند.

مجاز نیست: اقلام هایی با میوه‌ها، مغزیات، ادویه‌جات، استیل کات اضافه شده.



- جو صحرایی – فوری 1 دقیقه‌ای 18 اونس.
- جو صحرایی – فوری 1 دقیقه‌ای بدون پروتین گلوتن 18 اونس.



شیر گاو

- فقط شیر سفید، چاکلیت، پاستوریزه، غنی شده با ویتامین D.
- فقط ظروف گیلن (مگر اینکه نیم گیلن ها مشخص شده باشد).
- کمچرب (1% or ½%) یا بدون چربی، مگر اینکه شیر کامل یا کمچرب (2%) مشخص شده باشد.
- * گلن = 128 اونس، نیم گیلن = 64 اونس.



اجازه نیست: طعمدار، ارگاتیک، فوق العاده بدون چربی، به علاوه بدون چربی.

شیر خشک بدون چربی

- فقط در صورت مشخص شدن.
- فقط در اندازه 25.6 اونس.



شیر با مقدار کم لکتوز یا بدون لکتوز

- فقط در صورت مشخص شدن.
- در ظروف یک گیلنی و نیم گیلنی.



Soy شیر

- فقط در صورت مشخص شدن.
- فقط طعم‌های ساده و وانیلا.
- طعم اصلی و طعم چاکلیتی.

8th CONTINENT SOYMILK

Silk

ماسه

- کمچرب یا بدون چربی، مگر اینکه چربی کامل مشخص شده باشد.
- فقط در ظروف 32 اونس.



ماسه ساده یونانی بدون چربی.	Best Choice
شیر کامل ساده، وانیلای شیر کامل، افرا شیر کامل.	BROWN COW
ماسه ساده یونانی بدون چربی، هلو یونانی بدون چربی، توت فرنگی یونانی بدون چربی، وانیلای یونانی بدون چربی، ساده یونانی کمچرب. شیر کامل ساده بدون شکر، توت زمینی یونانی بدون چربی بدون شکر، کم شکر، وانیلای و دارچین ماداگاسکار یونانی کم چرب.	Chobani
کمچرب ساده، وانیلای کمچرب.	COBURN FARMS
ساده بدون چربی، توت فرنگی کمچرب، وانیلای کمچرب، شیر کامل ساده، وانیلای شیر کامل.	DANNON
توت فرنگی بدون چربی، وانیلای بدون چربی.	Light & Fit
ساده بدون چربی، وانیلای بدون چربی.	GREEK
کمچرب ساده، وانیلای کمچرب، شفتالی کمچرب، تمشک کمچرب، توت فرنگی کمچرب، قره قاط یا بلوبری کمچرب.	Essential EVERYDAY
توت فرنگی کمچرب، وانیلای بدون چربی، بدون چربی ساده، وانیلای کمچرب.	Food Club
شیر کامل یونانی ساده، یونانی بدون چربی ساده، وانیلای یونانی مخلوط بدون چربی، توت زمینی یونانی مخلوط بدون چربی، وانیلای کمچرب، بدون چربی ساده.	GIANT EAGLE

یاستای گندم سبوس دار

16 اونس.



اسپاگتی گندم سبوس دار.	AMERICA'S CHOICE CREATIONS
مکرونی روتینی غله ، صندف متوسط غله کامل، مکرونی پینی غله کامل، مکرونی البو غله کامل، آش نازک غله کامل، مکرونی لینگوینی غله کامل، آنجل هیر غله کامل، آش غله کامل.	Barilla
مکرونی روتینی گندم کامل، آش گندم کامل.	Best Choice
آش گندم سبوس دار، مکرونی گندم سبوس دار، مکرونی البو گندم سبوس دار، مکرونی روتینی گندم سبوس دار، مکرونی پینی ریگیت گندم، آش نازک گندم سبوس دار، مکرونی ورمیشل گندم سبوس دار.	Essential EVERYDAY
پینی ریگیت 100% گندم سبوس دار، مکرونی روتینی 100% گندم سبوس دار، آش 100% گندم سبوس دار.	GIA RUSSA
آش 100% گندم سبوس دار، مکرونی البو 100% گندم سبوس دار، مکرونی پینی ریگیت 100% گندم سبوس دار، مکرونی روتینی 100% گندم سبوس دار.	GIANT EAGLE
مکرونی البو گندم سبوس دار، مکرونی لینگوینی گندم سبوس دار، مکرونی پینی گندم سبوس دار، مکرونی روتینی گندم سبوس دار، آش گندم سبوس دار، آش نازک گندم سبوس دار.	Great Value
مکرونی پینی ریگیت گندم سبوس دار، مکرونی روتینی فشرده گندم سبوس دار، آش نازک گندم سبوس دار، آش گندم سبوس دار.	Kroger

بدون چربی ساده، وانیلای بدون چربی، دوت زمینی بدون چربی، وانیلای کمچرب، شفتالو کمچرب، دوت فرنگی کمچرب کیله.	Great Value
کامل یونانی شیر ساده ، شیر کامل ساده وانیلی ساده یونانی بدون چربی ، یونانی بدون چربی وانیلی شیر کامل وانیلی کامل ، شیر ساده ساده کمچرب کم چرب وانیلی کریمستر کمچرب وانیلی کریمستر کمچرب هلو کریمستر کمچرب دوت فرنگی بدون چربی ساده،	Kroger
دوت فرنگی کمچرب، کمچرب ساده، ام کمچرب، وانیلای کمچرب.	LALA LOW FAT YOGURT
ماست دوت فرنگی بدون چربی، ماست کم چرب ساده، ماست وانیلای یونانی بدون چربی ، ماست یونانی بدون چربی ساده.	MEHADRI
دوت فرنگی کمچرب، دوت فرنگی کمچرب کیله، قره قاط یا بلوبیری کمچرب، کمچرب ساده، وانیلای سبک، وانیلای کم چرب، شیر کامل ساده.	meijer
شیر کامل ساده، شیر کامل وانیل، شیر کامل دوت زمینی، وانیلای کمچرب ، کمچرب ساده.	MOUNTAIN HIGH
وانیلای بدون چربی، بدون چربی ساده، شیر کامل ساده، یونانی بدون چربی ساده، لوبیای یونانی بدون چربی با طعم وانیل.	Oikos
بدون چربی ساده، دوت فرنگی بدون چربی، وانیلای بدون چربی.	OIKOS TRIPLE ZERO
بدون چربی ساده، دوت فرنگی بدون چربی، وانیلای بدون چربی.	Our Family
ماست ارگانیک ساده بدون چربی، ماست ارگانیک وانیلای بدون چربی، ماست ارگانیک ساده کمچرب، ماست ارگانیک وانیلای کمچرب، ماست ارگانیک پروبیوتیک شیر کامل ساده، ماست ارگانیک پروبیوتیک شیر کامل وانیلای، ماست ارگانیک پروبیوتیک شیر کامل دوت زمینی، ماست ارگانیک پروبیوتیک شیر کامل وانیلای.	Stonyfield ORGANIC
کمچرب ساده، وانیلای کمچرب.	TWO GOOD
شفتالوی کمچرب هاروست، دوت فرنگی کمچرب، دوت فرنگی کیله کمچرب، وانیلای کمچرب، قره قاط یا بلوبیری کمچرب، بدون چربی ساده.	yoplait

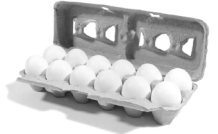
پنیر



- معمولی یا کمچرب، فقط در اندازه 16 اونس.
- بلوک ها یا برش های داخلی فقط از انواع زیر:
American; cheddar; کلبی؛ کلبی؛ جک مونتری جک؛
Muenster; provolone; or Swiss.

اجازه نیست: ارگانیک؛ خرده شده؛ برش های کرکر؛ مکعبی؛ اغذیه فروشی؛ خرد شدن؛
مقدار کم سودیم؛ پنیر قابل پخش؛ پنیر خامه ای؛ پنیر رشته یی؛ پنیر دهقانی؛ مسکه؛
محصولات پنیری مانند ولویتا؛ برش های جداگانه بسته بندی شده؛ پنیر بز؛ پنیر گوسفندی یا
پنیر ماستی.

- بزرگ، درجه A یا AA،
- تخم مرغ‌های مرغ سفید، بدون قفس.
- در بسته‌بندی یک درجی.



جواز ندارد: ارکانیک؛ پاستوریزه؛ ترشی شده؛ زیاد جوشانده شده؛ کم‌کلسرول؛ غنی‌شده با تقویت‌شده با امگا 3؛ با ویتامین‌ها یا مواد معدنی افزوده؛ پرورش‌یافته در فضای آزاد؛ جایگزین‌های تخم مرغ.

توفو

فقط در بسته‌بندی‌های 16 اونس، می‌توان بسته‌ها را تا رسیدن به مجموع کل اونس‌های صادر شده ترکیب کرد.



ابریشم. **Azumaya Tofu**

پر میوم سفت؛ پر میوم خیلی سفت؛ سفت متوسط.

House Foods

بسیار سفت؛ سفت متوسط؛ سفت نرم.

Franklin Farms

سفت طبیعی؛ بسته مرطوب بسیار سفت.

vitasoY

مسکه ممپلی

- فقط در کانتینر های 16 تا 18 اونس.
- عادی یا طبیعی؛ نرم؛ کریمی؛ کرنچی یا تکه‌دار؛ کم‌چرب؛ مقدار کم سودیم؛ کم‌شکر.



جواز ندارد: پخش‌کردنی‌ها؛ فومی‌شده؛ همراه با جیلی، مارشملو، عسل یا دیگر افزودنی‌های غذایی؛ انواع غنی‌شده یا تقویت‌شده؛ روغن‌های خرم.

ماهی

ماهی تن قوطی شده

تن تکه‌ای سبک، فقط در آب بسته‌بندی شده. فقط در قوطی‌های 5 یا 6 اونس.

ماهی سالمون در قوطی

فقط ماهی سالمون گلابی فقط در قوطی‌های 14.75 اونس.



جواز ندارد: ماهی سالمون سرخ؛ تن در پاکت مجاز نیست.

لوبیا

لوبیا خشک یا نخود

فقط در بسته‌های 16 اونس.

لوبیای قوطی‌شده

لوبیای قوطی‌شده را می‌توان تا رسیدن به مجموع اونس‌های صادر شده ترکیب کرد.

جواز ندارد: لوبیای پخته؛ لوبیا با چاشنی‌های اضافی، ساس‌ها، روغن‌ها یا گوشت.

غلات سبوس دار

جواری، گندم سبوس دار فاجیتا، جواری زرد، آرد گندم سبوسک دار.	
جواری.	
جواری، جواری سفید، گندم سبوس دار.	meijer
گندم سبوس دار.	
جواری سفید، گندم سبوس دار، جواری زرد خیلی نازک.	
گندم سبوس دار.	
گندم سبوس دار.	
آرد گندم سبوس دار نرم تاکو، جواری زرد، جواری سفید.	
جواری، آرد گندم سبوس دار سبک تاکو نرم.	
جواری به سبک فاجیتا گندم سبوس دار دست ساز.	
سبک فاجیتا معتبر گندم سبوس دار.	
جواری زرد.	

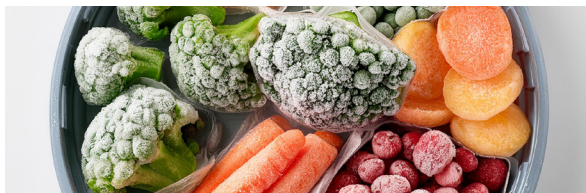
شرکت کنندگان می توانند هر ترکیبی از میوه ها و سبزیجات تازه، یخ زده یا قوطی شده را تا بالاترین مبلغ مجاز انتخاب کنند. شرکت کنندگان نمی توانند بابت مبلغ استفاده شده پول نقد یا اعتبار دریافت کنند.



تازه

هر نوع میوه یا سبزی تازه. به صورت کامل، خرد شده، بسته بندی شده یا در کیسه.

جواز ندارد: ظروف برداشت پذیرایی میوه و سبزیجات یا بسته های یک نفره با ساس یا دیپ؛ سبدهای میوه؛ میوه ها یا سبزیجات تزئینی؛ سیر رشته ای؛ اقلام سالاد بار؛ میوه با مغزهای افزوده شده؛ محصولات پخته شده با میوه؛ میوه خشک؛ گل های خوراکی، گیاهان دارویی یا ادویه جات.



منجمد

هر نوع میوه یا سبزیجات.

جواز ندارد: میوه ها: با شربت، شکر افزوده شده، میوه های بسته بندی شده، محصولات پخته شده با میوه (مانند پای ها).

سبزیجات: دارای شکر افزوده شده، مسکه، روغن، ساس یا لعاب؛ همراه با پاستا، آش نودل، مغزها، برنج، پنیر یا گوشت؛ کچالوی شیرین سرخ شده، کچالوی سرخ فرنج، یا سببزمینی های شکل دار.

قوطی ها، جارها، کانتینرهای پلاستیکی

میوه در آب میوه؛

شیره آب میوه یا نکتار؛

میوه در آب با شیرین کننده مصنوعی؛

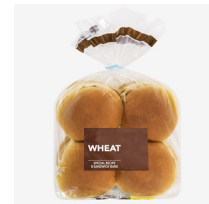
جواز ندارد: میوه ها: در ژله، سوربیت ها، میوه ترد، پافیت های میوه، میوه با شکر یا مغزهای افزوده شده، میوه در شربت غلیظ، سبک یا خیلی سبک، و مواد داخل پای.



سبزیجات: با هر نوع روغن یا آبنمک، سرکه، ترشی و سبزیجات ترش شده، سبزیجات خامه ای، لوبیا، نخود، عدس، لوبیای پخته، لوبیا با گوشت خوک، لوبیای سرخ شده، کیچپ، چاشنی ها، زیتون؛ پیترز، لازانیا، ساس آش یا سالسا.



نان هات داگ.



نان های ساندویچی.

جواز ندارد: اقلام با میوه، مغزیات، ادویه جات ترشی جات یا رویه های اضافه شده.

- نان همبرگر 100% گندم سبوس دار.
- 100% گندم سبوس دار نان هات داگ.



- 100% گندم سبوس دار رول هوگی.
- 100% گندم سبوس دار نان هات داگ.
- 100% گندم سبوس دار نان های ساندویچی.



- 100% نان همبرگر گندم سبوس دار 16 oz.



تورتیلاس (یک نوع نان مکزیکی):

16 اونس.



جواری، 100% گندم سبوس دار.



جواری سفید،
جواری زرد،
آرد گندم سبوس دار.



جواری سفید سبک تاکو نرم،
گندم سبوس دار سبک فاجیتا.



جواری سفید، گندم سبوس دار.



جواری سفید نرم، گندم سبوس دار.



گندم سبوس دار.



گندم سبوس دار.



گندم سبوس دار.



جواری سفید 6 اینچی،
گندم سبوس دار.



گندم سبوس دار، جواری زرد بدون گلوتن.



جواری زرد 6 اینچی.



خانه کشاورزی 100% نان گندم سبوس دار، علف هرز غلات سبوس دار یهودی بذر، سبک سبک 100% نان گندم سبوس دار، سبک سبک نان گندم نرم، سنگ زمین 100% گندم سبوس دار، نازک قطعه قطعه غلات سبوس دار 100% نان گندم سبوس دار، نازک قطعه قطعه شده غلات سبوس دار 15 نان دانه، نازک قطعه قطعه نان جو، بسیار نازک قطعه قطعه 100% گندم سبوس دار، غلات سبوس دار 100% نان گندم سبوس دار، غلات سبوس دار 15 نان دانه، عسل غلات سبوس دار نان گندم سبوس دار، نان گندم تیره آلمانی غلات سبوس دار، نان جو غلات سبوس دار، غلات سبوس دار نان دانه جوانه زده، دانه دار غلات سبوس دار بذر، 100% دارچین گندم سبوس دار با کشمش نان می چرخد.	
تخم آفتابگردان 100% گندم سبوس دار	
نان 100% گندم سبوس دار، کلاسیک 100% گندم سبوس دار.	
غذا رومی غلات آفتابی 100% گندم سبوس دار، 100% گندم سبوس دار.	
100% گندم سبوس دار.	
100% گندم سبوس دار.	
100% رول های گندم سبوس دار، 100% نان گندم سبوس دار.	
100% گندم سبوس دار.	
100% گندم سبوس دار.	
100% گندم سبوس دار.	

Shelf Stable Juice

- تمام جوس های ذکر شده باید دارای معیارهای زیر باشند:
جوس 100% شیرین نشده؛ صرف بطری های پلاستیکی 64 اونس؛ جوس نارنج
می تواند هر برندی باشد.

غیر مجاز: نوشیدنی های میوه ای. جوس های شیرین؛ کوکتل یا پودر.

	همیشه سیب، انگور، نارنج را نخیله کنید.
	سیب، انگور کرن ببری، ام شفتالوی قره قاط، انارکرن ببری، تمشک کرن ببری، توت وحشی کرن ببری، به طور طبیعی کرن ببری.
	بهترین انتخاب سیب، مخلوط توت، مخلوط گیلان، انگور، مخلوط انگور، آناناس گریپ فروت، نارنج، مخلوط پانچ، انگور سفید، بادنجان رومی، سبزیجات.
	تا حالی بهترین سیب، کرن ببری، انگور کرن ببری، چکوتره، انگور، گریپ فروت، انگور سفید.
	بادنجان رومی معمولی کمپبل، بادنجان رومی کم سودیم، وی-8 معمولی، وی-8 گرم ادویه دار، وی-8 کم سودیم.
	سبزی باغ دایان سبزیجات.
	ضروری آبمیوه سیب روزمره، مخلوط توت، ترکیب گیلان، مخلوط توت، مخلوط انگور، مخلوط پانچ، انگور سفید، آناناس، گریپ فروت سفید.
	سیب همیشه تازه سیب.
	Food Club سیب، آناناس، کرن ببری، انگور کرن ببری، تمشک کرن ببری، انگور، آناناس، انگور سفید.

جوس	
Giant Eagle سیب، کرن بیری، سیب گالا، سیب کرنی اسمیت، انگور، انگور سفید، گریپفروت سفید.	
Great Value سیب، انگور، انگور سفید، هلو انگور سفید، کرن بیری، مخلوط کرن بیری، آناناس.	
Harvest Classic آناناس نارنج سیب، انگور کنکورد، کرن بیری، سیب کرن بیری، آناناس.	
HyTop سیب، آلبالو سیاه، انگور کانکورد، انگور، آناناس، بادنجان رومی، سبزیجات، انگور سفید، انگور سفید آلبالویی.	
IGA سیب، سیب تازه، انگور، گریپفروت، آناناس، انگور سفید.	
Juicy Juice سیب، سیب تمشک، توت، آلبالو، کرن بیری سیب، انگور، کیوی توت زمینی، ام، نارنج کینو، دراگون فروت پشن، شفتالو سیب، پانچ، توت زمینی کیله، توت زمینی تربوز، گرمسیر، انگور سفید.	
Kroger سیب، توت، کرن بیری، انگور، گریپفروت، آناناس، سبزیجات، سبزیجات کم‌نمک، سبزیجات تند، انگور، انگور سفید، انگور سفید شفتالو.	
Langers سیب، سیب کرن بیری، سیب انگور، سیب نارنج آناناس، انگور، نارنج، آناناس، انگور سرخ، گریپفروت سرخ، بادنجان رومی، سبزیجات، سبزیجات کم‌نمک، انگور سفید.	
Libby's آناناس	

غلات سیوس دار	
100% نان گندم سیوس دار، نان فیبر دو برابر.	
100% گندم سیوس دار.	
100% گندم سیوس دار.	
100% گندم سیوس دار.	
100% گندم سیوس دار.	
گندم سیوس دار 100% بدون شکر، 100% گندم سیوس دار غلات سیوس دار.	
100% گندم سیوس دار.	
خانگی 100% گندم سیوس دار.	
100% گندم سیوس دار.	
100% گندم سیوس دار.	
100% غلات سیوس دار، گندم سیوس دار.	
100% گندم سیوس دار.	
100% گندم سیوس دار، 100% شکر غلات سیوس دار رایگان، 100% نان گندم سیوس دار با عسل.	
100% گندم سیوس دار.	
100% گندم سیوس دار.	

غلات سیوس دار		
نان: 16 اونس در صورت موجود بودن. می‌توان تا رسیدن به مجموع اونس‌های صادر شده ترکیب کرد؛ ارزان‌ترین برند ترجیح داده می‌شود.		
Healthy Goodness 100% گندم سیوس دار سفید هلتی گودنس.		 16 اونس
100% گندم سیوس دار.		
100% گندم سیوس دار.		
100% گندم سیوس دار.		
Quaker Oats 100% جو دوسر کامل.		 18 اونس
Bimbo 100% نان گندم سیوس دار.		
Market Mill 100% نان گندم سیوس دار.		 20 اونس
Nature's Own 100% گندم سیوس دار.		
100% گندم سیوس دار.		
Sara Lee 100% نان گندم سیوسه دار.		
نان قهوه ای 100% سیوس دار.		 24 اونس
نان براونبری دبل فایبر.		
Kroger 100% نان گندم سیوس دار با عسل.		
نان کروگر 100% سیوس دار.		
نان 100% سیوس دار به سبک Our Family.		 32 اونس
پرایوت سلکشن 100% نان تابه ای گندم سیوس دار.		
پرایوت سلکشن 100% نان گندم سیوس دار.		
برنج قهوه ای سیوس دار بلو ریبون.		
Kroger برنج قهوه‌ای دانمبلند.		 32 اونس
برنج قهوه ای ماهاتما.		
برنج قهوه ای ماهاتما جزمین.		
Meijer برنج قهوه‌ای طبیعی دانمبلند.		
برنج قهوه‌ای فامیل ما (Our Family).		 32 اونس
برنج قهوه ای شورفن.		
برنج قهوه ای دانه بلند اسپارتنی.		
برنج قهوه ای سیوس دار سکس.		
برنج قهوه‌ای جوشیدنی در بگ.		

جوس	
Meijer سیب، کرن بیری، توت طبیعی، آلبالوی طبیعی، پانچ میوه طبیعی، انگور طبیعی، انگور، گریپفروت سرخ، آناناس، آلو، کرن بیری تمشک، سبزیجات تند، بادنجان رومی، مخلوط های آناناس گرمسیر، سبزیجات، سبزیجات کم‌نمک، انگور سفید، انگور سفید شفتالو.	
Mott's سیب.	
Musselman's سیب.	
Nature's Nectar سیب، انگور، آناناس، انگور سفید.	
Northland کرن بیری تمشک، کرن بیری، کرن بیری شاتوت، کرن بیری آلبالو، کرن بیری انگور، کرن بیری انار، کرن بیری بلوبیری.	
Ocean Spray سیب، انگور کاتکورد، کرن بیری تمشک، کرن بیری شاتوت، کرن بیری آلبالو، کرن بیری انگور کاتکورد، کرن بیری ام، کرن بیری آناناس، کرن بیری انار، کرن بیری تربوز، کرن بیری آقطی.	
Old Orchard سیب، انگور، آناناس، انگور سفید، سیب کرن بیری، مخلوط توت، آلبالو سیاه کرن بیری، بلوبیری انار، آلبالو انار، کرن بیری انار، انگور، کیوی توت‌زمینی، توت زمینی تربوز، نارنج کینو، شفتالو ام، آناناس، تمشک سرخ، انگور سفید، آلبالوی جنگلی، مرکبات برای تقویت مصنوعیت، سوپرفروت برای تقویت مصنوعیت، میوه‌های گرمسیر برای تقویت مصنوعیت.	
Our Family سیب، تازه فشرده، انگور، گریپ فروت، گریپ فروت صورتی، انگور سفید، 100% مخلوط آب میوه، سبزیجات.	
Seneca سیب.	
Shurfine سیب، انگور، آناناس، انگور سفید.	

جو دوسر - اوتمیل (غذای تهیه شده از جو) فوری اصلی، 11.8 اونس (بسته‌های انفرادی)؛ جو دوسر - اوتمیل (غذای تهیه شده از جو) فوری اصلی، 23.7 اونس (بسته‌های انفرادی)؛ گریتز - فوری اصلی 10 اونس، 12 اونس، 36 اونس.



18 Oats-Quick اونس؛ جو دوسر - اوتمیل (غذای تهیه شده از جو) فوری اصلی، 11.8 اونس. (بسته‌های انفرادی).



غلات سبوس دار

کلید زیر نمونه‌هایی از نحوه دریافت کامل 32 اونس غلات سبوس دار را ارائه می‌دهد.

رهنمایی غلات سبوس دار

8 اونس ▲	12 اونس ■	32 اونس ▲ + ●
14 اونس ★	16 اونس ●	32 اونس ★ + ◆
18 اونس ◆	20 اونس ✕	32 اونس ■ + ✕
24 اونس ●	32 اونس ♥	32 اونس ● + ●

8 اونس ▲	mission	تورتیلا جواری سفید.
12 اونس ■	IGA	بلغور جو دوسر فوری IGA 12 بسته معمولی.
14 اونس ★	Lewis	لونیس بیک شاپ 100% نان سبوس دار نصف توت نان.
	Food Club	برنج قهوه ای فوری فود کلاب.
	FREEDOM'S CHOICE	Freedom's Choice برنج قهوه‌ای فوری.
	Kroger	Kroger برنج قهوه‌ای کیسه‌ای قابل جوش و مایکرووی. برنج قهوه ای کروگر قابل استفاده در مایکروویو.
14 اونس	Minute	برنج قهوه ای مینیت.
	Our Family	برنج قهوه ای فوری خانواده ما.
	Success	برنج قهوه ای سبوس دار سکسس.
	BLUE RIBBON	برنج قهوه ای سبوس دار بلو ریبون.
	Kroger	کروگر 100% نان سبوس دار.
	Mahatma	برنج قهوه ای ماهاتما.
16 اونس ●	Our Family	Our Family تورتیلا گندم به سبک فاجیتا.
	Our Family	Our Family تورتیلاهای جواری زرد.
	Our Family	Our Family تورتیلاهای جواری سفید.
	QUAKER	بلغور جو 3 دقیقه ای کواکر.

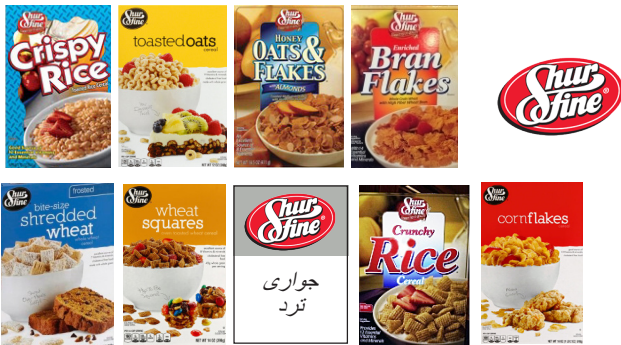
جوس

سیب، سیب انگور. Tree Top		سیب، انگور، انگور سفید. Tipton Grove	
V-8		آب سبزیجات 100% اصلی. جوس سبزیجات 100% کم سدیم. جوس سبزیجات 100% تند.	
Valuetime		انگور	
Welch's		انگور کانکورد یا کلسیم، انگور، انگور سفید، انگور سفید شفتالو، انگور سرخ، سوپربیری، تریوی گرمسیر.	

جوس - یخ بسته

تمام جوس‌های لست شده در زیر باید دارای معیارهای زیر باشند: جوس 100% شیرین نشده. 11.5 اونس یا صرف 12 اونس؛ باید دوباره به 48 اونس تبدیل شود. جوس سنتره می‌تواند از هر برندی باشد.

Always Save		نارنج.
Best Choice		سیب، نارنج.
Best Yet		سیب، انگور، نارنج، گریپ فروت.
Dole		آناناس، آناناس نارنج.
Essential Everyday		سیب، نارنج.
Food Club		سیب، گریپ فروت، نارنج.
Giant Eagle		نارنج.
Great Value		سیب، نارنج، انگور.
HyTop		سیب، نارنج.



حبوبات داغ

Cream of Wheat

- کریم از گندم (1 دقیقه‌ای) (28 اونس).
- کریم از گندم (10 دقیقه‌ای) (28 اونس).



Quaker

- سریال گرم سبوس جو دوسر (16 اونس).
- گریز فور اصلی (18 اونس).
- گریز فور اصلی 12 بسته 1 اونس.
- گریز فور اصلی (بسته‌های 9.8 اونس).
- گریز فور سوپر فامیلی اصلی (24 بسته).
- بسته‌های اوت میل (یک نوع غذا تهیه شده از جو) فور (9.8 اونس).



Farina

- کرم یا خامه از گندم (18 یا 28 اونس).



Malt-o-Meal

- کرم یا خامه از گندم اصلی (18، 28 یا 36 اونس).



IGA

سیب، نارنج.



Kroger

سیب، انگور، گریپ فروت، آناناس، آناناس نارنج.



Langers

سیب، سیب کرن بیری، سیب نارنج آناناس، انگور، نارنج، آناناس، انگور سفید.



Meijer

سیب، نارنج.



Old Orchard

سیب، سیب آلبالو، سیب کرن بیری، سیب کیوی توت‌مینی، سیب پشن ام، سیب تمشک، سیب توت‌مینی کیله، مخلوط توت، آلبالو سیاه کرن بیری، بلوبری انار، کرن بیری انار، کرن بیری تمشک، انگور، آناناس، آناناس نارنج، آناناس نارنج کیله، توت‌مینی ریواس، انگور سفید.



Our Family

سیب، نارنج.



Seneca

سیب، نارنج.



Shurfine

سیب، نارنج.



Tipton Grove

سیب، نارنج.



Welch's

سیب، انگور، انگور سفید، انگور سفید کرن بیری، انگور سفید شفتالو، انگور سفید تمشک.



جوس - غلیظ

شلف استیل؛ جوس 100% شیرین نشده؛ 11.5 اونس یا فقط 12 اونس؛ باید دوباره به 48 اونس تبدیل شود.

Welch's

سیب، میوه فوق العاده، انگور، شور گرمسیری.



Giant Eagle

آناناس، سیب، انگور.



ارزان‌ترین برند ترجیح داده شده؛ ممکن است تا تعداد اونس صادر شده ترکیب شود.

Best Choice®



