

**WicShopper** هو تطبيق جوال يُتيح لك مسح المنتجات ضوئياً للتحقق من أنها معتمدة من WIC، وعرض "قائمة المنتجات المعتمدة"، والحصول على أفكار للوصفات، وحساب المنتجات الغذائية، وغيرها المزيد!

### تنزيل الآن!

- تحقق دومًا من النسخة المطبوعة و/أو إيصالات "مزايا بطاقة EBT" للتحقق من العناصر الفردية المتوفرة لك على "بطاقة تغذية WIC" الخاصة بك.
- إذا كنت تواجه صعوبات في شراء عنصر باستخدام بطاقة التغذية WIC، أو مسح عنصر، فُيرجى استخدام خيار "لم أستطع شراء هذا!" في تطبيق WicShopper لإرسال المشكلة.



I couldn't buy this!



**Department of Health**

برنامج  
Women, Infants,  
and Children (WIC)

توفر هذه المؤسسة فرصًا متساوية للجميع.

# قائمة الطعام المُصرَّح به

العلامة التجارية الأقل تكلفة المفضلة



**Department of Health**

برنامج  
Women, Infants,  
and Children (WIC)



## الحبوب الكاملة

سباغيتي من القمح الكامل، كابيليني من القمح الكامل، بيني ريجاتي من القمح الكامل، روتيني من القمح الكامل.	<b>meijer</b>
بيني من القمح الكامل 100%، روتيني من القمح الكامل 100%، سباغيتي من القمح الكامل 100%.	<b>nature's basket</b>
سباغيتي من القمح الكامل، سباغيتي رفيعة من القمح الكامل، بيني ريجاتي من القمح الكامل، روتيني من القمح الكامل.	<b>Our Family</b>
كابيليني من القمح الكامل، هالالية من القمح الكامل، فرال من القمح الكامل، لينجوني من القمح الكامل، بيني ريجاتي من القمح الكامل، ريجاتوني من القمح الكامل، روتيني من القمح الكامل، سباغيتي من القمح الكامل.	<b>RACCONTO</b>
بيني ريجاتي من الحبوب الكاملة 100%، سباغيتي من الحبوب الكاملة 100%، سباغيتي رفيعة من الحبوب الكاملة 100%، لينجوني من الحبوب الكاملة 100%.	<b>RONZONI</b>
بيني ريجاتي من القمح الكامل، روتيني من القمح الكامل، سباغيتي في القمح الكامل، سباغيتي رفيعة من القمح الكامل.	<b>Spartan</b>
كابيليني من القمح الكامل، سباغيتي من القمح الكامل.	<b>true goodness by meijer</b>



### أرز بني

16 أونصة؛ سادة؛ أي علامة تجارية.

**Best Choice**

**Ben's Original**

**SIMPLE EARTH**

- أرز بني سريع التحضير.
- أرز بني مسلووق ومعبأ في كيس.
- أرز بني من الحبوب الكاملة 16 أونصة.

**غير المسموح به:** أرز أبيض.

### دقيق الشوفان

16 أونصة، أي علامة تجارية.

**غير المسموح به:** الأصناف المضاف إليها الفواكه والمكسرات والتوابل والشوفان المجروش.

- الشوفان - شوفان سريع التحضير في دقيقة واحدة 18 أونصة.
- شوفان سريع التحضير في دقيقة واحدة خالٍ من الغلوتين 18 أونصة.



### لبن بقرى

- حليب أبيض، بطعم الشوكولاتة، مبستر، مدعم بفيتامين د فقط.
- عبوات سعة جالون فقط (ما لم يتم تحديد عبوات سعة نصف جالون).
- قليل الدسم (1% أو ½%) أو منزوع الدسم ما لم يكن كامل الدسم أو منخفض الدسم (2%) هو المحدد.
- \* جالون = 128 أونصة، نصف جالون = 64 أونصة.



**غير المسموح به:** لبن بنكهة، عضوي، منزوع الدسم تمامًا، خالٍ من الدهون تمامًا.

### حليب مجفف منزوع الدسم

- فقط عند التحديد.
- حجم 25.6 أونصة فقط.



### لبن منخفض اللاكتوز أو خالٍ من اللاكتوز

- فقط عند التحديد.
- عبوات سعة جالون ونصف جالون.

### حليب الصويا

- فقط عند التحديد.
- نكهات أصلية وفانيليا فقط.
- نكهة أصلية ونكهة شوكولاتة.

**8th CONTINENT SOY MILK**

**Silk**



### زبادى

- قليل الدسم أو خالٍ من الدسم ما لم يتم تحديد نوع كامل الدسم.
- عبوات سعة 32 أونصة فقط.

زبادى يوناني سادة منزوع الدسم.	<b>Best Choice</b>
سادة كامل الدسم، فانيليا كامل الدسم، قيقب كامل الدسم.	<b>BROWN COW</b>
سادة يوناني منزوع الدسم، خوخ يوناني منزوع الدسم، فراولة يوناني منزوع الدسم، فانيليا يوناني منزوع الدسم، سادة يوناني منخفض الدسم. سادة كامل الدسم فراولة خالٍ من السكر ومنزوع الدسم فانيليا خالٍ من السكر ومنزوع الدسم، زبادى يوناني سكر أقل ومنخفض الدسم بنكهة الفانيليا والقرعة من مدغشقر.	<b>Chobani</b>
سادة قليل الدسم، فانيليا قليل الدسم	<b>COBURN FARMS</b>
سادة منزوع الدسم، فراولة قليل الدسم، فانيليا قليل الدسم، سادة كامل الدسم، فانيليا كامل الدسم.	<b>DANNON</b>
فراولة منزوع الدسم، فانيليا خالٍ من الدسم.	<b>Light &amp; Fit</b>
سادة منزوع الدسم، فانيليا منزوع الدسم.	<b>GREEK</b>
سادة قليل الدسم، فانيليا قليل الدسم، خوخ قليل الدسم، توت عقيق قليل الدسم، فراولة قليل الدسم، توت أزرق قليل الدسم.	<b>Essential EVERYDAY</b>
فراولة قليل الدسم، فانيليا منزوع الدسم، سادة قليل الدسم، فانيليا قليل الدسم.	<b>Food Club</b>
سادة يوناني كامل الدسم، سادة يوناني منزوع الدسم، فانيليا يوناني مخلوط خالٍ من الدسم، فراولة خضراء مخلوطة منزوع الدسم، فانيليا قليل الدسم، سادة منزوع الدسم.	<b>GIANT EAGLE</b>





## معكرونة من القمح الكامل

16 أونصة.



سباغيتي من القمح الكامل.	AMERICA'S Choice CREATIONS
روتيني من الحبوب الكاملة، أصداق متوسطة من الحبوب الكاملة، بيني من الحبوب الكاملة، هلالية من الحبوب الكاملة، سباغيتي رقيقة من الحبوب الكاملة، لينجوني من الحبوب الكاملة، أنجل هير من الحبوب الكاملة، سباغيتي من الحبوب الكاملة.	Barilla
روتيني من القمح الكامل، سباغيتي من القمح الكامل.	Best Choice
سباغيتي من القمح الكامل، معكرونة من القمح الكامل، معكرونة هلالية من القمح الكامل، روتيني من القمح الكامل، بيني ريجاتي من القمح، سباغيتي رقيقة من القمح الكامل، شعيرية من القمح الكامل.	Essential EVERYDAY
بيني ريجاتي من القمح الكامل 100%، روتيني من القمح الكامل 100%، سباغيتي من القمح الكامل 100%.	GIA RUNSA
سباغيتي من القمح الكامل 100%، معكرونة هلالية من القمح الكامل 100%، بيني ريجاتي من القمح الكامل 100%، روتيني من القمح الكامل 100%.	GIANT EAGLE
هلالية من القمح الكامل، لينجوني من القمح الكامل، بيني من القمح الكامل، روتيني من القمح الكامل، سباغيتي من القمح الكامل، سباغيتي رقيقة من القمح الكامل.	Great Value
بيني ريجاتي من القمح الكامل، روتيني ضيقة من القمح الكامل، سباغيتي رقيقة من القمح الكامل.	Kroger

سادة منزوع الدسم، فانيليا منزوع الدسم، فراولة قليل الدسم، فانيليا قليل الدسم، خوخ قليل الدسم، فراولة بالموز قليل الدسم.	Great Value
سادة يوناني كامل الدسم، فانيليا يوناني كامل الدسم، سادة يوناني منزوع الدسم، فانيليا يوناني منزوع الدسم، فانيليا كامل الدسم، سادة كامل الدسم، فانيليا قليل الدسم، carbmaster خوخ قليل الدسم، carbmaster فراولة قليل الدسم، سادة منزوع الدسم.	Kroger
فراولة قليل الدسم، سادة قليل الدسم، مانجو قليل الدسم، فانيليا قليل الدسم.	LALA LOW FAT YOGURT
زبادي فراولة منزوع الدسم، زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا منزوع الدسم، زبادي يوناني سادة منزوع الدسم.	MEHADRI QUALITY SINCE 1992 U D
فراولة قليل الدسم، فراولة بالموز قليل الدسم، توت أزرق قليل الدسم، سادة قليل الدسم، فانيليا خفيف، فانيليا قليل الدسم، سادة كامل الدسم.	meijer
سادة كامل الدسم، فانيليا كامل الدسم، فراولة كامل الدسم، فانيليا قليل الدسم، سادة قليل الدسم.	MOUNTAIN HIGH
فانيليا خال من الدسم، سادة خال من الدسم، سادة كامل الدسم، سادة يوناني منزوع الدسم، حبوب فانيليا يوناني منزوع الدسم.	DANONE OIKOS GREEK YOGURT - THICKENED GREEK
سادة منزوع من الدسم، فراولة منزوع الدسم، فانيليا منزوع الدسم.	OIKOS TRIPLE ZERO
توت أزرق قليل الدسم، خوخ قليل الدسم، فانيليا قليل الدسم، يوناني سادة منزوع الدسم، فانيليا يوناني منزوع الدسم، فراولة منزوع الدسم، فانيليا منزوع الدسم.	Our Family
زبادي عضوي سادة منزوع الدسم، زبادي عضوي بالفانيليا، زبادي عضوي قليل الدسم، زبادي بروبيوتيك عضوي كامل الدسم، زبادي بروبيوتيك عضوي بالفانيليا كامل الدسم، زبادي بروبيوتيك عضوي بالفانيليا كامل الدسم.	Stonyfield ORGANIC
سادة قليل الدسم، فانيليا قليل الدسم.	TWO GOOD
خوخ طازج قليل الدسم، فراولة قليل الدسم، فراولة بالموز قليل الدسم، فانيليا قليل الدسم، توت أزرق قليل الدسم، سادة منزوع الدسم.	yoplait

## الأجبان

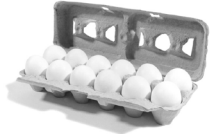


- عادي أو قليل الدسم، بحجم 16 أونصة فقط.
- قطع أو شرائح محلية من الأنواع التالية فقط: أمريكي؛ شيدر؛ كولبي؛ مونتيري جاك؛ موزاريلا؛ مونتستر؛ بروفولون؛ أو سويسري.

**غير المسموح به:** عضوي؛ مقطع، قطع مفتقة، مكعبات، مطبوخة؛ مكسرة، قليلة الصوديوم؛ جبن قابل للفرد؛ جبن كريمي؛ أصابع الجبن، جبن المزارعين؛ الزبد؛ أطعمة أو منتجات الجبن مثل فيلغيتا؛ الشرائح المغلفة فريديا، جبن الماعز أو الأغنام أو جبن الزبادي.



- كبير، درجة A أو AA،
- بيض دجاج أبيض، تربية حرة بدون أقفاص.
- كرتونة حجمها ستة واحدة.



**غير المسموح به:** العضوي؛ الميستر؛ المخل؛ المسلوق؛ منخفض الكوليسترول؛ المقوى أو المعزز بأوميغا 3؛ المضاف له فيتامينات أو المعادن؛ المراعي الحرة؛ بدائل البيض.

## التوفو

حجم العبوة 16 أونصة فقط، يمكن جمعه حتى إجمالي عدد الأونصات الصادرة.



قوام ناعم.

**Azumaya**  
Tofu

قوام متماسك متميز؛ قوام أكثر تماسكًا متميز؛ قوام متوسط التماسك.

**House Foods**

قوام أكثر تماسكًا؛ قوام متوسط التماسك؛ قوام متماسك؛ قوام ناعم.

**Franklin**  
Farms

قوام متماسك طبيعي؛ قوام أكثر تماسكًا في سائل داخل العبوة

**vitaso**

## زبدة الفول السوداني

- عبوات بحجم 16 إلى 18 أونصة فقط.
- عادية أو طبيعية؛ ناعمة؛ كريمية؛ مقرمشة أو بها قطع؛ قليلة الدسم؛ منخفضة الصوديوم؛ سكر منخفض.



**غير المسموح به:** القابلة للفرد؛ المخفوقة، المضاف إليها مربي أو مارشملو أو عسل أو أطعمة أخرى؛ الأصناف المعززة أو المحسنة؛ زيوت النخيل.

## الأسماك

## تونة معلبة

قطع فاتحة تعبئة في الماء فقط؛ حجم 5 أو 6 أونصات فقط للعبوة.



## سمك السلمون المعلب

سمك السلمون الوردي فقط؛ حجم 14.75 أونصة فقط للعبوة.



**غير المسموح به:** سمك السلمون الأحمر؛ التونة المعلبة في أكياس.

## الفاصوليا

## الفاصوليا أو البازلاء المجففة

عبوات 16 أونصة فقط.



## الفاصوليا المعلبة

يمكن جمع الفاصوليا المعلبة حتى عدد الأونصات الصادرة.

**غير المسموح به:** الفاصوليا المخبوزة؛ الفاصوليا المضاف إليها التوابل؛ الصلصات؛ الدهون أو اللحوم.

## الحبوب الكاملة

الذرة، فاهيتا القمح الكامل، الذرة الصفراء، دقيق من القمح الكامل.	
الذرة.	
الذرة، الذرة البيضاء، القمح الكامل.	
قمح كامل.	
ذرة بيضاء، قمح كامل، ذرة صفراء رفيعة جدًا.	
قمح كامل.	
قمح كامل.	
تاكو لين بدقيق قمح كامل، الذرة الصفراء، الذرة البيضاء.	
تاكو لين من دقيق القمح الكامل والذرة.	
مصنوع يدويًا من القمح الكامل والذرة مناسب للفاهيتا.	
أصلي من القمح الكامل مناسب للفاهيتا.	
ذرة صفراء.	



يمكن للمشاركين الاختيار من بين أي مجموعة من الفواكه والخضراوات الطازجة أو المجمدة أو المعلبة حتى الحد الأقصى للمبلغ المسموح به بالدولار. يتعذر على المشاركين تلقي النقود أو المبالغ المستردة من أي مبلغ غير مستخدم.



### طازجة

أي مجموعة متنوعة من الفواكه أو الخضراوات الطازجة. كاملة أو مقطعة أو معبأة في كيس أو معبأة في عبوة.

**غير المسموح به:** صواني الحفلات من الفواكه والخضراوات أو أحجام الحصص الفردية مع الصلصات أو التغميسات؛ سلال الفواكه؛ الفواكه أو الخضراوات الزخرفية أو الزينة؛ سلسلة الثوم؛ أصناف منضدة السلطات؛ الفواكه مع المكسرات المضافة؛ المخبوزات مع الفاكهة المضافة؛ الفواكه المجففة؛ الأزهار الصالحة للأكل أو الزهور أو الأعشاب أو التوابل.



### المنتجات المجمدة

أي مجموعة متنوعة من الفواكه أو الخضراوات.

**غير مسموح به:** الفواكه: مع شراب، سكر مضاف، مناضد فواكه، مخبوزات مع فواكه (على سبيل المثال الفطائر).

الخضراوات: السكر المضاف والزبدة والزيت والصلصات أو الصقيع؛ مع الباستا أو المعكرونة أو المكسرات أو الأرز أو الجبن أو اللحم؛ بطاطا حلوة أو بطاطس مقليه أو بطاطس بأشكال.

### المعلبات، الجرار، العبوات البلاستيكية

فاكهة في العصير؛

مركز العصير أو الرحيق؛

فاكهة في الماء مع التحلية الصناعية؛



**غير المسموح به:** الفواكه: في الجيلاتين، شربات، فواكه مقرمشة، بارفيه الفاكهة، فاكهة مع إضافة السكر أو المكسرات، فاكهة في شراب ثقيل أو خفيف أو خفيف جدًا، حشوات الفطائر.

الخضراوات: مع أي زيت أو محلول ملحي، خل، مخللات وخضراوات مخللة، خضراوات كريمية، فاصوليا، بازلاء، عدس، فاصوليا مخبوزة، لحم خنزير مع فاصوليا، فاصوليا مقليه، كانشب، مخللات، زيتون؛ بيّنزا، لازانيا، صلصة سباجيتي، أو صلصة السالسا.



كعك هوت دوج.



كعك للشطائر.

**غير المسموح به:** الأصناف ذات الفواكه المضافة والمكسرات والتوابل وطبقات التزيين.

- كعك للشطائر من القمح الكامل 100%.
- كعك هوت دوج من القمح الكامل 100%.



- لفائف هوجي من القمح الكامل 100%.
- كعك هوت دوج من القمح الكامل 100%.
- كعك للشطائر من القمح الكامل 100%.



- كعك للشطائر من القمح الكامل 100% 16 أونصة.



التورتيلات:  
16 أونصة.



ذرة،  
قمح كامل 100%.



ذرة بيضاء،  
ذرة صفراء،  
دقيق من القمح الكامل.



تاكولين من الذرة البيضاء،  
فاهيتا من القمح الكامل.



ذرة بيضاء،  
قمح كامل.



ذرة بيضاء ناعمة،  
قمح كامل.



قمح كامل.



قمح كامل.



قمح كامل.



ذرة بيضاء 6 بوصات،  
القمح الكامل.



القمح الكامل،  
الذرة الصفراء الخالية من الغلوتين.



ذرة صفراء 6 بوصات.





## العصائر الصالحة للتخزين

- يجب أن تفي جميع العصائر المدرجة بالمعايير التالية:  
عصير غير مُحلى بنسبة 100%؛ زجاجات بلاستيك سعة 64 أونصة فقط؛ يمكن أن يكون عصير البرتقال من أي علامة تجارية.

**غير المسموح به:** مشروبات الفاكهة؛ العصائر المحلاة؛ الكوكتيلات أو المساحيق.

<b>Always Save</b> تفاح، عنب، برتقال.	
<b>Apple and Eve</b> تفاح، عنب وتوت بري، مانجو وخوخ وتوت بري، توت بري ورماني، توت العليق وتوت بري، توت بري، توت بري طبيعي.	
<b>Best Choice</b> تفاح، مزيج التوت، مزيج الكرز، عنب، مزيج العنب، جريب فروت وأناناس، برتقال، مزيج الباناش، عنب أبيض، طماطم، خضار.	
<b>Best Yet</b> تفاح، توت بري، عنب وتوت بري، جريب فروت، توت بري وتوت العليق، عنب، أناناس، عنب أبيض.	
<b>Campbell's</b> طماطم عادية، طماطم قليلة الصوديوم، طماطم V-8 عادية، طماطم V-8 حارة، طماطم V-8 قليلة الصوديوم.	
<b>Diane's Garden</b> الخضراوات.	
<b>Essential Everyday</b> عصير التفاح، مزيج التوت، مزيج الكرز، مزيج التوت البري، مزيج العنب، مزيج الباناش، العنب الأبيض، الأناناس، الجريب فروت الأبيض.	
<b>Everfresh</b> تفاح.	
<b>Food Club</b> تفاح، توت بري، عنب وتوت بري، جريب فروت، توت بري وتوت العليق، عنب، أناناس، عنب أبيض.	

خبز القمح الكامل 100% من المزرعة، الجاودار اليهودي حبوب الجاودار الكاملة المزروعة، خبز القمح الكامل 100% خفيف الوزن، خبز القمح الطري على خفيف الوزن، قمح كامل 100% مطحون بالحجر، خبز القمح الكامل 100% المقطع إلى شرائح رفيعة، خبز الحبوب الكاملة المقطع إلى شرائح رفيعة، 15 نوعاً من الحبوب، خبز الشوفان المقطع إلى شرائح رفيعة، خبز القمح الكامل 100% المقطع إلى شرائح رفيعة للغاية، خبز القمح الكامل 100%، خبز من الحبوب الكاملة 15 نوعاً، خبز القمح الكامل بالعلس والحبوب الكاملة، خبز القمح الكامل الألماني الداكن، خبز الشوفان من الحبوب الكاملة، خبز حبوب كاملة من الحبوب المستنبتة، حبوب الجاودار الكاملة، خبز القمح الكامل 100% مع القرفة والزبيب.	
قمح كامل 100% Sungrain.	
خبز حبوب القمح الكامل 100%، القمح الكامل 100% التقليدي	
قمح كامل 100% Roman meal sungrain 100% القمح الكامل	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%.	
لحاف من القمح الكامل 100%، خبز القمح الكامل 100%.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%.	



العصير	
<b>Giant Eagle</b> تفاح، توت بري، تفاح من صنف جالا، تفاح غراني سميث، عنب، عنب أبيض، جريب فروت أبيض.	
<b>Great Value</b> تفاح، عنب، عنب أبيض، عنب أبيض وخوخ، توت بري، مزيج التوت البري، أناناس.	
<b>Harvest Classic</b> تفاح وبرتقال وأناناس، عنب كونكورد، توت بري، توت بري وتفا، أناناس.	
<b>HyTop</b> تفاح، خليط عنب وكرز أسود، عنب، أناناس، طماطم، خسروات، عنب أبيض، كرز وعنب أبيض.	
<b>IGA</b> تفاح، تفاح طازج، عنب، جريب فروت، أناناس، عنب أبيض.	
<b>Juicy Juice</b> تفاح، تفاح وتوت العليق، توت، كرز، تفاح وتوت بري، عنب، كيوي وفراولة، مانجو، برتقال ويوسفي، باشن ودراجون فروت، خوخ وتفا، بنش، فراولة وموز، فراولة وبطيخ، فواكه استوائية، عنب أبيض.	
<b>Kroger</b> تفاح، توت، توت بري، عنب، جريب فروت، أناناس، خسروات، خسروات قليلة الصوديوم، خسروات حارة، عنب، عنب أبيض، عنب أبيض وخوخ.	
<b>Langers</b> تفاح، تفاح وتوت بري، تفاح وعنب، تفاح وبرتقال وأناناس، عنب، برتقال، أناناس، عنب أحمر، جريب فروت أحمر ياقوتي، طماطم، خسار، خسروات منخفضة الصوديوم، عنب أبيض.	
<b>Libby's</b> أناناس.	

الحبوب الكاملة	
خبز القمح الكامل 100%، خبز مزدوج الألياف.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%.	
حبوب قمح كامل 100% خالي من السكر، حبوب قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100% منزلي.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%، حبوب كاملة بيضاء.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%، حبوب قمح كامل 100% خالي من السكر، خبز القمح الكامل 100% مع العسل.	
قمح كامل 100%.	
قمح كامل 100%.	



## الحبوب الكاملة

### خبز:

16 أونصة عند التوفر.

يمكن دمجها حتى عدد الأونصات الصادرة؛ العلامة التجارية الأقل تكلفة هي المفضلة.



Healthy goodness حبوب كاملة بيضاء. Healthy goodness قمع كامل 100%.		16 صن و أ
قمح كامل 100%.		
قمح كامل 100%.		
قمح كامل 100%.		18 أونصة
شوفان Quaker حبوب شوفان كاملة 100%.		
خبز Bimbo من القمح الكامل 100%.		
خبز القمح الكامل من Market Mill.		20 أونصة
قمح Nature's Own كامل 100%.		
قمح كامل 100%.		
خبز Sara Lee قمع كامل 100%.		24 أونصة
خبز Brownberry من القمح الكامل 100%.		
خبز Brownberry ألياف مزدوجة.		
خبز Kroger بالعسل قمع كامل 100%.		32 أونصة
خبز Kroger بسطح دائري قمع كامل 100%.		
خبز Our Family ريفي من القمح الكامل 100%.		
خبز Private Selection عريض من القمح الكامل 100%.		32 أونصة
خبز Private Selection من القمح الكامل 100%.		
أرز بني Blue Ribbon حبة كاملة.		
أرز بني Kroger طويل الحبة.		32 أونصة
أرز Mahatma بني.		
أرز Mahatma ياسمين بني.		
أرز بني طبيعي Meijer طويل الحبة.		32 أونصة
أرز Our Family بني.		
أرز بني Shurfine.		
أرز بني Spartan طويل الحبة.		32 أونصة
أرز Success بني حبة كاملة.		
أرز بني مسلوق ومعبأ في كيس.		

## العصير

<b>Meijer</b> تفاح، توت بري، توت طبيعي، كرز طبيعي، باناش فواكه طبيعي، عنب طبيعي، عنب، جريب فروت أحمر ياقوتي، أناناس، برقوق، توت عقيق وتوت بري، خسروات حارة، طماطم، خلطات استوائية وأناناس، خسروات، خسروات منخفضة الصوديوم، عنب أبيض، عنب أبيض وخوخ.	
<b>Mott's</b> تفاح.	
<b>Musselman's</b> تفاح.	
<b>Nature's Nectar</b> تفاح، عنب، عنب أبيض.	
<b>Northland</b> توت بري وتوت عقيق، توت بري، توت بري وتوت أسود، توت بري وكرز عنب وتوت بري، رمان وتوت بري، توت بري وتوت العقيق.	
<b>Ocean Spray</b> تفاح، عنب كوندورد، توت بري وتوت عقيق، توت بري وتوت أسود، توت بري وكرز، توت بري وعنب كوندورد، توت بري ومانجو، توت بري وأناناس، توت بري ورمان، توت بري وبطيخ، توت بري، خمان.	
<b>Old Orchard</b> تفاح، عنب، أناناس، عنب أبيض، تفاح وتوت بري، مزيج التوت، كرز أسود وتوت بري، توت أزرق ورمان، كرز ورمان، توت بري ورمان، عنب، كيوي وفراولة، فراولة وبطيخ، برتقال ويوسفي، خوخ ومانجو، أناناس، توت أحمر، عنب أبيض، كرز بري، حمضيات صحية مناعية، فاكهة خارقة لصحة المناعة، فاكهة إستوائية للصحة المناعية.	
<b>Our Family</b> تفاح، عصير تفاح طازج، عنب، جريب فروت، جريب فروت وردي، عنب أبيض، مزيج عصير 100%، خسروات.	
<b>Seneca</b> تفاح.	
<b>Shurfine</b> تفاح، عنب، أناناس، عنب أبيض.	



الشوفان - دقيق الشوفان الطبيعي سريع التحضير، 11.8 أونصة (عبوات فردية)؛ الشوفان - دقيق الشوفان الطبيعي سريع التحضير، 23.7 أونصة (عبوات فردية)؛ فريك طبيعي سريع التحضير 10 أونصات، 12 أونصة، 36 أونصة.



شوفان سريع التحضير 18 أونصة؛ الشوفان - دقيق الشوفان الطبيعي سريع التحضير، 11.8 أونصة (عبوات فردية).



## الحبوب الكاملة

يوفر مفتاح الرموز أدناه أمثلة على كيفية استرداد حصتك الكاملة التي تبلغ 32 أونصة من الحبوب الكاملة.

### مفتاح رموز الحبوب الكاملة

8 أونصات	12 أونصة	32 أونصة
14 أونصة	16 أونصة	32 أونصة
18 أونصة	20 أونصة	32 أونصة
24 أونصة	32 أونصة	32 أونصة

تورتيللا ذرة بيضاء.	mission	8 أونصات
شوفان عادي سريع التحضير من IGA عدد 12 عبوة.	IGA	12 أونصة
نصف رغيف خبز Lewis Bake Shop قمح كامل 100%.	Lewis	14 أونصة
أرز Food Club بني سريع التحضير.	Food Club	16 أونصة
أرز Freedom's Choice بني سريع التحضير.	FREEDOM'S CHOICE	16 أونصة
أرز Kroger boil in bag بني صالح للميكرويف.	Kroger	16 أونصة
أرز Kroger بني صالح للميكرويف.	Kroger	16 أونصة
أرز Minute بني.	Minute	16 أونصة
أرز Our Family بني سريع التحضير.	Our Family	16 أونصة
أرز Success بني حبة كاملة.	Success	16 أونصة
أرز Blue Ribbon حبة كاملة.	BLUE RIBBON	16 أونصة
خبز Kroger قمح كامل 100%.	Kroger	16 أونصة
أرز Mahatma بني.	Mahatma	16 أونصة
تورتيللا Our Family من القمح مناسب للفاهيتا.	Our Family	16 أونصة
تورتيللا Our Family من الذرة الصفراء.	Our Family	16 أونصة
تورتيللا Our Family من الذرة البيضاء.	Our Family	16 أونصة
دقيق الشوفان من Quaker للتحضير في 3 دقائق.	QUAKER	16 أونصة

## العصير

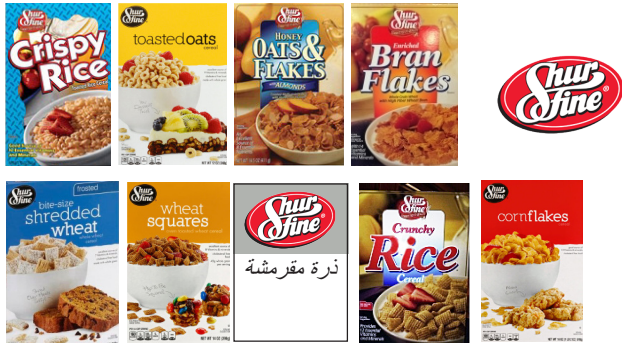
Tree Top	Tipton Grove
تفاح، تفاح وعنب.	تفاح، توت بري، عنب، عنب أبيض.
V-8	Welch's
عصير خضروات طبيعية 100%.	عنب كوكورد مع الكالسيوم، العنب، العنب الأبيض، العنب الأبيض الخوخ، العنب الأحمر، التوت السوبر، ثلاثي استوائي.
عصير خضروات 100% منخفض الصوديوم.	
عصير خضروات 100% حار.	

## العصير - مجمد

يجب أن تستوفي جميع العناصر المدرجة أدناه المعايير التالية: 100% عصير غير محلى؛ 11.5 أونصة أو 12 أونصة فقط؛ يجب إعادة جمعه إلى 48 أونصة؛ يمكن أن يكون عصير البرتقال أي علامة تجارية.

Always Save	Best Choice
برتقال.	تفاح، برتقال.
Best Yet	Dole
تفاح، عنب، برتقال، جريب فروت.	أناناس، أناناس وبرتقال.
Essential Everyday	Food Club
تفاح، برتقال.	تفاح، جريب فروت، برتقال.
Giant Eagle	Great Value
برتقال.	تفاح، عنب، برتقال.
HyTop	
تفاح، برتقال.	





رقائق الحبوب الساخنة

**Cream of Wheat**

- كريمة القمح (دقيقة واحدة) (28 أونصة).
- كريمة القمح (10 دقائق) (28 أونصة).



**Quaker**

- حبوب نخالة الشوفان الساخنة (16 أونصة).
- فريك طبيعي سريع التحضير (18 أونصة).
- فريك طبيعي سريع التحضير (12 عبوات أونصة واحدة).
- فريك طبيعي سريع التحضير (عبوات 9.8 أونصات).
- فريك سوبر عائلي طبيعي سريع التحضير (24 عبوة).
- عبوات دقيق الشوفان سريع التحضير (9.8 أونصات).



**Farina**

- كريمة القمح (18/28 أونصة).



**Malt-o-Meal**

- كريمة القمح الطبيعية (18/28/36 أونصة).



عصير - مجمد

**IGA**

تفاح، برتقال



**Kroger**

تفاح، عنب، جريب فروت، أناناس، أناناس وبرتقال.



**Langers**

تفاح، تفاح وتوت بري، تفاح وبرتقال وأناناس، عنب، أناناس، عنب أبيض.



**Meijer**

تفاح، برتقال.



**Old Orchard**

تفاح، تفاح وكرز، تفاح وتوت بري، تفاح وكبوي وفراولة، تفاح وباشن ومانجو، تفاح وتوت عقيق، تفاح وفراولة وموز، مزيج التوت، كرز أسود وتوت بري، توت أزرق ورمان، توت بري ورمان، توت بري وتوت عقيق، عنب، أناناس، أناناس وبرتقال، أناناس وبرتقال وموز، فراولة وراوند، عنب أبيض.



**Our Family**

تفاح، برتقال.



**Seneca**

تفاح، برتقال.



**Shurfine**

تفاح، برتقال.



**Tipton Grove**

تفاح، برتقال.



**Welch's**

تفاح، عنب، عنب أبيض، عنب أبيض وتوت بري، عنب أبيض وخوخ،



العصير - مركز

صالح للتخزين؛ عصير غير مُحلى بنسبة 100%؛ 11.5 أونصة أو 12 أونصة فقط؛ يجب إعادة جمعها إلى 48 أونصة.

**Welch's**

تفاح، فواكه رائعة، عنب، باشن استوائي.



**Giant Eagle**

أناناس، تفاح، عنب.



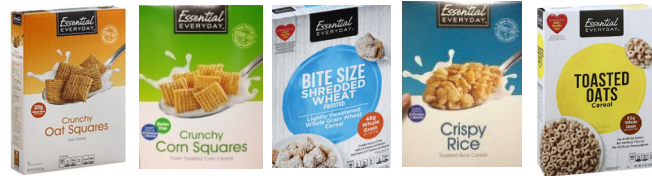


يفضل العلامة التجارية الأقل تكلفة؛ قد يتم جمعها حتى عدد الأوقية الصادرة.

Best Choice®



Essential  
EVERYDAY



Food Club  
SINCE 1985



meijer



Our Family



Post





