



د شیدې خورونکي ماشوم لپاره د مجازو خوراکي توکو نوملړ



**Department of
Health**

د ټڅو، شیدې خورونکو ماشومانو او

نورو ماشومانو برنامه

Women, Infants, and
Children Program (WIC)



**Department of
Health**

د ټڅو، شیدې خورونکو ماشومانو
او نورو ماشومانو برنامه (WIC)

دا اداره د برابر فرصت وړاندې کوونکې ده.



د شیدي خورونکي ماشوم لپاره مېوي



یوازې د Gerber برنډ دویم خواړه؛
یوازې د 4 اونسه ظرفیت لرونکي پلاستيکي قوطي.
یوازې ځانګړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



مڼه بلوبيري



مڼه ايوکادو



مڼه



مڼه ځمکنی توت کيله



مڼه شفتالو
کډو



مڼه
ګیلاس (چيري)



کيله مڼه ناک



کيله



خوبانی
مخلوطه میوه



کيله
او مالته مخلوط



کيله
گاڅري
آم



کيله
تور توت غرنی توت
یا بلوبيري



شفتالو



آم



کيله آلو انگور



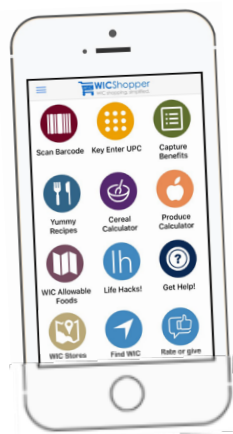
ناک بادرنګ جوار



ناک اناناس



ناک



WICShopper د ګرځنده تېلفون یو اپلیکیشن دی چې تاسو ته اجازه درکوي چې محصولات سګین کړئ، تر څو یې تایید کړئ چې د WIC مجاز محصولات دي، د مجازو خواړو نوملړ وګورئ، د پخلی د دستور العمل په اړه مفکورې ومومئ، محصول محاسبه کړئ او داسې نور!

همدا نن یې ډانلود کړئ!

- تل د خپل د "EBT کارت د ګټو" پرنټ شوي پاڼه او/یا رسیدونه وڅیړئ، تر څو هغه انفرادي توکي چې ستاسو د WIC د تغذیه په کارت کې شتون لري، تایید کړئ.

- که چیرې تاسو د یوه توکي د پیروډلو یا د توکي د سګین کولو په برخه کې د خپل د WIC د تغذیې په کارت کې له ستونزو سره مخ یاست، مهرباني وکړئ د WICShop په اپلیکیشن کې د "ما ونه شو کولای دا وپېرم!" له برخې څخه لیدنه وکړئ، تر څو دغه مسله وړاندې وسپارئ.



I couldn't buy
this!

د شیدې خورونکي ماشوم لپاره سبزیجات

یوازې د Gerber برنډ دویم خواړه؛
یوازې د 4 اونسه ظرفیت لرونکي پلاستيکي قوطي.
یوازې ځانګړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



ګاڅری او ناک
تور توت



ګاڅری



بټرنټ
کډو



شنه لوبیا



ګاڅری
خواړه الو
نخود



ګاڅری
آم
اناناس



کډو



نخود ګاڅری
پالک



نخود



خواړه الو



کډو منډه
جوار



کډو
کیلې



خواړه الو
آم د پانو ګوپي



خواړه الو
جوار



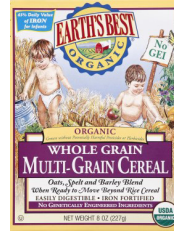
خواړه الو
منډه
کډو

د شیدې خورونکي ماشوم لپاره حبوبات

یوازې د Earth's Best Organic څخه؛ یوازې 8 اونسه ظرفیت
لرونکي قوطي، د آیرن سره قوي کرل شويو حبوباتو ټولې ذایقي.



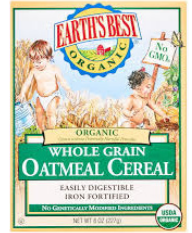
اجازه نشته: له اضافه شويو مېوو سره؛ له اضافه شوي
DHA/ARA سره؛ د مرتبان دننه حبوبات؛ په یوه پاکټ کې بسته بند شوي بېلابېل
توکي.



څو ډوله غله



وریجی



اوتمیل

یوازې د Gerber برنډ؛

یوازې د 8 اونسه ظرفیت لرونکي قوطي،
د آیرن په وسیله د قوي شويو حبوباتو ټولې ذایقي.



اجازه نشته: له اضافه شويو مېوو سره؛ له اضافه شوي
DHA/ARA سره؛ د مرتبان دننه حبوبات؛ په یوه پاکټ کې بسته بند شوي
بېلابېل توکي.



اوتمیل



څو ډوله غله



بشپړ غنم



وریجی

د Gerber® برنډ طبیعي حبوبات



اوتمیل
باجره قنوا



وریجی



اوتمیل

د شیدي خورونکي ماشوم لپاره غوښي

یوازې په بشپړه ډول د مور شیدو خورونکو ګډون کوونکو لپاره یوازې د Earth's Best Organic شرکت څخه؛ یوازې د 2.5 اونس ظرفیت لرونکي شیشه یي مرتبانونه؛ یوازې ځانګړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



فیلمرغ او
د فیلمرغ سوپ



چرګ او
د چرګ سوپ

یوازې په بشپړه توګه د مور شیدو خورونکو ګډون کوونکو لپاره؛ یوازې د Gerber برنډ دویم خواړه؛ یوازې د 2.5 اونس ظرفیت لرونکي شیشه یي مرتبانونه؛ یوازې ځانګړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



چرګ او ساس



د غوايي غوښه او ښوروا



فیلمرغ او ښوروا



د ځنځیر د غوښي هیم
او ښوروا

د شیدي خورونکي ماشوم لپاره مېوي

له Earth's Best Organic شرکت څخه؛ یوازې د 4 اونس ظرفیت لرونکي شیشه یي قوطي. یوازې ځانګړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



مڼي



مڼي



مڼه زردالو
بلوبيري



کيله



کيله آم



مڼي آلو



ناک



ناک
رسپيري



ناک
آم



وچ آلوڅارا

د شیدي خورونکي ماشوم لپاره سبزیجات

د Earth's Best Organic شرکت لخوا دوهم درجه خواړه یوازې د 4 اونس ظرفیت لرونکي شیشه یي قوطي. یوازې ځانګړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



نخود



جوار
بټرنټ او کدو



ګاڅري



ژمنی کدو



خواړه الو

د شیدي خورونکي ماشوم لپاره مېوي او سبزیجات



یوازي د Gerber برنډ دویم خواړه؛
یوازي د 4 اونسه ظرفیت لرونکي شیشه یي قوطي.
یوازي ځانگړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



مڼه
ځمکنی توت کیله



مڼه پالک کاهو



مڼه
وچه شوي آلو بخارا



ناک گاڅري
نخود



کیله
بلوبيري



مڼه بادرنگ ناک



کډو ناک اناناس



ناک بادرنگ



ناک امرود

خواړه الو کیله مالته



Gerber® 2nd Foods® Organic

یوازي د 4 اونسه ظرفیت لرونکي شیشه یي قوطي.
یوازي ځانگړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



مڼه
پالک
کاهو



مڼه
ځمکنی توت
چغندر



مڼه
ځنگلي بلوبيري



خواړه الو
مڼه گاڅري
دارچيني



ناک
ارغواني گاڅري
رسيبيري



آم مڼه
کیله

د شیدي خورونکي ماشوم لپاره مېوي او سبزیجات



یوازي د Meijer برنډ خواړه؛
له 2 تر 4 اونسه ظرفیت لرونکي پلاستيکي پاکتونه
چې دوه گوني توکي لري؛
یوازي ځانگړي ډولونه، لکه څنگه چې لاندې
ليست شوي:



مخلوط
سبزیجات



مڼه توت
مخلوط



مڼه
ځمکنی توت
کیله

یوازي د Tippy Toes برنډ خواړه؛
له 2 تر 4 اونسه ظرفیت لرونکي پلاست پاکتونه
چې دوه گوني توکي لري؛
یوازي ځانگړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



مڼه
توت



مڼه کیله
ځمکنی توت



مڼه کیله



مڼه



مڼه خواړه
الو



مڼه ناک
کیله



مڼه
آم



مڼه گاڅري
آم



کډو مڼه
ناک



کډو



کيلي



گاڅري



مخلوط
سبزیجات

د شیدي خوړونکي ماشوم لپاره مېوي او سبزیجات

یوازي د Beechnut Naturals دویم خواړه؛
یوازي د 4 اونسه ظرفیت لرونکي شیشه یي قوطي.
یوازي ځانګړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



مڼه
کډو
دار چینی



مڼه
کاهو



مڼه
تور توت



ګاڅري
خواړه جوار
کډو



کیلې
مالټه
اناناس



کیلې
بلوېبري
شنه لوبیا



آم
ایوکاډو



آم
مڼه



امروډ
ناک
ځمکنی توت



پالک
نخود



نخود
مار چوبه



ناک
بلوېبري شنه لوبیا
بادرنگ



خواړه جوار
شنه لوبیا

د شیدي خوړونکي ماشوم لپاره مېوي او سبزیجات

یوازي د Beechnut دویم خواړه؛
یوازي د 4 اونسه ظرفیت لرونکي شیشه یي قوطي.
یوازي ځانګړي ډولونه، د لاندني نوملړ سره سم:



مڼه آم
کيوي



مڼه
بلوېبري



مڼه



کیلې
ځمکنی توت



کیلې



مڼه ناک
کیلې



شنه
لوبیا



باغ
سبزیجات



جوار
خواړه الو



شفتالو



مخلوط
سبزیجات



آم



کډو



ناک
ر سپيري



ناک
اناناس



خواړه
نخود



خواړه
ګاڅري