

LISTA DE ALIMENTOS AUTORIZADOS

INFORMACIÓN PARA LOS PARTICIPANTES

ALIMENTOS PARA BEBÉS

MARCAS GERBER O BEECH-NUT
GERBER ORGÁNICO, BEECH-NUT, HAPPY BABY

FRUTAS Y VERDURAS

Marca Gerber — 2.º alimentos (paquete de 2 piezas)

Marca Beech-Nut — 2.º alimentos (frasco de 4 oz.)

Marca Gerber Orgánico — 2.º alimentos (frasco de 4 oz.)

Marca Beech-Nut Orgánico - 2.º alimentos (frasco de 4 oz.)

Marca Happy Baby — 2.º alimentos (frasco de 4 oz.)

- Frutas individuales o mixtas
- Verduras individuales o mixtas
- Mezcla de frutas y verduras

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Cenas
- Postres
- Pay de frutas
- Antojos
- Yogures
- Mezclas
- DHA / ARA añadidos
- Azúcar, almidón o sal añadidos

CARNES

Marca Gerber — 2.º alimentos contenedores de 2½ oz.

- Carne con caldo
- Carne con salsa

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Cenas
- Alimentos para graduación
- Palitos
- Orgánico

Solo para bebés amamantados exclusivamente

CEREALES PARA NIÑOS

MARCAS GERBER O BEECH-NUT
contenedores de 8 oz. y 16 oz.

Opciones autorizadas de los siguientes cereales de un grano:

- Multigrano
- Avena
- Arroz
- Trigo integral

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Cereal con fruta añadida
- Fórmula
- DHA / ARA
- Orgánico

FÓRMULA PARA NIÑOS

SOLO LA MARCA, EL TIPO (EN POLVO, CONCENTRADO O LISTO PARA CONSUMIR) Y EL TAMAÑO PRESCRITOS AL PARTICIPANTE DE WIC.

CEREALES PARA DESAYUNO

CEREAL FRÍO

cajas de 8.9 oz. hasta 36 oz.

GENERAL MILLS



Cheerios



Multi-Grain Cheerios



Cinnamon Chex



Corn Chex



Rice Chex



Wheat Chex



Berry Berry Kix



Kix

KELLOGG'S



Total Whole Grain



Wheaties



All-Bran Complete Wheat Flakes



Corn Flakes



Crispix



Frosted Mini-Wheats Little Bites



Frosted Mini-Wheats Original



Rice Krispies

POST QUAKER



Grape-Nuts The Original



Life Original



Oatmeal Squares Brown Sugar



Oatmeal Squares Cinnamon

CEREAL CALIENTE

B&G



Cream of Rice (regular)



Cream of Rice (paquete)



Cream of Wheat Original 2 1/2 Minute



Cream of Wheat Instant (paquetes)

QUAKER



Cream of Wheat Whole Grain 2 1/2 Minute



Cream of Wheat Instant (paquetes)



Instant Oatmeal Original (solo paquetes de porciones individuales)

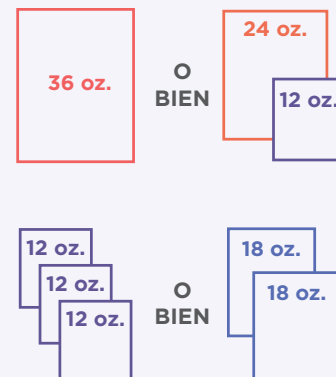


Instant Grits Original

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Cualquier cereal o marca que no esté incluida en la lista
- Cereal orgánico

FORMAS DE COMPRAR CEREALES



Deberá comunicarse con su oficina local de Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children (WIC, Programa de Asistencia Nutricional Especial para Mujeres, Bebés y Niños) para devoluciones o cambios de fórmula.

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Cualquier otra marca, tipo o tamaño

- LOS NIÑOS DE 1 AÑOS RECIBEN LECHE ENTERA
- NIÑOS DE 2 A 5 AÑOS Y MUJERES, OBTIENEN LECHE BAJA EN GRASA (1%) O SIN GRASA (DESCREMADA)

EL YOGUR QUE ELIJA EN LA TIENDA DEBE TENER LA MISMA GRASA QUE EL QUE OBTIENE EN LA LECHE.

LECHE

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA

Tipo y tamaño del producto según lo indicado en los beneficios actuales.



- Fresca (sin sabor)
- Entera, baja en grasas (1%), descremada
- Reducida en lactosa (entera, baja en grasas (1%), descremada)
- Leche evaporada (entera, baja en grasa (1%), descremada)
- UHT "Temperatura Ultra Alta" (entera, baja en grasas (1%), descremada) (por ejemplo: Parmalat, Natrel, etc.)
- Leche en polvo

• LECHE DE SOYA

Contenedores de medio galón

- **8th Continent:** Original o de vainilla
- **Silk:** Original

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Leche saborizada
- Leche cruda no pasteurizada
- Sustitutos de la leche
- Orgánica
- Alternativas a la leche

YOGUR

CONTENEDORES DE 32 ONZAS DE SABORES REGULARES O GRIEGOS, ÚNICAMENTE SIMPLES O DE VAINILLA

Grasa entera, baja en grasa, sin grasa como se indica en el paquete de alimentos

Otras opciones y sabores autorizados:

- Yoplait Go-Gurt (ocho o dieciséis tubos de 2 oz.)
- Yoplait Kid (ocho tazas de 4 oz.)
- Activia (paquete de cuatro tazas de 4 oz.)

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Yogures bebibles
- Yogures con ingredientes mezclados como: granola, trozos de caramelo, miel o nueces



QUESO

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA

paquete de 1 lb. u 8 oz. (16 oz. u 8 oz.)

Opciones autorizadas de los siguientes:

- Americano procesado pasteurizado
- Cheddar (en bloque o rallado)
- Mozzarella (en bloque o rallado)

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Queso importado
- Alimento, producto o queso para untar
- Queso con sabores añadidos
- Rebanadas en envolturas individuales
- Orgánico
- Velveeta
- Cheez Whiz
- Kraft Singles
- Productos bajos en grasa o sodio
- Queso rallado o en barra
- Queso en rodajas
- Paquetes variados (es decir, americano/suizo)



HUEVOS

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA



Una docena, grandes, solo blancos

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Café
- De campo
- Huevos especiales (Eggland's Best o EggsPlus)
- Orgánico



GRANOS INTEGRALES – TORTILLAS, PAN, PASTA Y ARROZ

TORTILLAS 100% DE TRIGO INTEGRAL O DE MAÍZ MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA

Paquete 1lb. (16 oz.)

- **Bowl & Basket** Tortillas 100% integrales
- **Chi-Chi's** Tortillas 100% integrales o de maíz
- **Essential Everyday** Tortillas 100% integrales o de maíz
- **Don Pancho** Tortillas 100% integrales o de maíz
- **Food Lion** Tortillas 100% integrales
- **Giant** Tortillas 100% integrales o de maíz
- **Great Value** Tortillas 100% integrales
- **La Banderita** Tortillas 100% integrales o de maíz
- **Natures Promise** Tortillas integrales
- **Micasa** Tortillas integrales
- **Mission** Tortillas 100% integrales o de maíz
- **Ortega** Tortillas integrales
- **Shoprite** Tortillas 100% integrales
- **Siempre Autentico** Tortillas de harina integral
- **Signature Select** Tortillas 100% integrales
- **Tio Santi** Tortillas 100% integrales
- **Weis** Tortillas 100% integrales

PAN 100% INTEGRAL

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA

Paquete 1lb. (16 oz.)

Únicamente pan 100% integral. La harina integral debe ser el primer ingrediente en la lista.

PASTA 100% INTEGRAL

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA

Paquete 1lb. (16 oz.)

ARROZ INTEGRAL 100%

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA

Paquete 1lb. (16 oz.)





FRUTAS Y VERDURAS

FRUTAS Y VERDURAS FRESCAS

- Cualquier variedad de frutas y verduras frescas a granel.
- Fruta en bolsas
- Mezclas de ensaladas en bolsas (sin aderezos, tostones, nueces, ni carne agregada)
- Verduras en bolsas y sueltas
- Bote de frutas o verduras cortadas (sin aderezo ni salsa)
- Orgánico

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Frutas deshidratadas
- Verduras deshidratadas
- Hierbas (por ejemplo: albahaca, cilantro, perejil)
- Especias (por ejemplo: vaina de vainilla, ramas de canela)

FRUTAS Y VERDURAS CONGELADAS

- Sola
- Verduras congeladas: regulares o bajas en sodio
- Fruta congelada: no puede contener sal
- Hierbas y especias añadidas

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Con azúcar o jarabe añadido
- Con edulcorantes artificiales, bajos en calorías o sin calorías
- Con arroz, pasta o empanizadas
- Con salsas, queso o leche
- Con mantequilla, grasa, aceite o carne
- Sopa
- Hierbas solas

FRUTAS Y VERDURAS ENLATADAS

- Envasadas con agua o jugo
- Verduras enlatadas: regulares o bajas en sodio
- Fruta enlatada: no puede contener sal
- Hierbas y especias añadidas

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Agua como primer ingrediente
- Con azúcar o jarabe
- Con edulcorantes artificiales, bajos en calorías o sin calorías
- Con mantequilla, grasa, aceite o carne
- Con arroz, pasta u otros granos
- Con vinagre, verduras encurtidas, condimentos, aceitunas o salsa de tomate/ketchup
- Sopa
- En bolsas



FRIJOLES/ GUISANTES SECOS

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA

Bolsa de 1 lb. (16 oz.)

Su elección de:

- Frijoles secos
- Guisantes
- Lentejas



NO SE PUEDE COMPRAR:

- Mezclas para sopa
- Frijoles enlatados
- Frijoles mezclados con especias o carne

MANTEQUILLA DE MANÍ

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA

Envase de 16 a 18 oz.

- Cremosa
- Crujiente



NO SE PUEDE COMPRAR:

- Mantequilla de maní en polvo
- Mantequilla de maní para untar
- Mantequilla de maní con saborizantes añadidos
- Mantequilla de maní fortificada, natural u orgánica

PESCADO ENLATADO

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA



Latas de hasta 30 oz.

Disponible para madres que amamantan exclusivamente y madres embarazadas o que amamantan a gemelos o trillizos.

- Atún en trozos, envasado en agua (latas de 5 oz.)
- Salmón salvaje de Alaska o rosado, envasado en agua (latas de 5 oz., 7.5 oz. o 14.75 oz.)

NO SE PUEDE COMPRAR:

- Atún blanco
- Atún para untar
- Cualquier otro tipo de salmón
- Paquetes de almuerzo
- Pescado con saborizante añadido

Solo para madres que amamantan exclusivamente



JUGO

MARCA DE LA TIENDA O MARCA DESIGNADA DE LA TIENDA

Botellas de plástico de 64 oz. (niños)

















Concentrado congelado de 11.5 a 12 oz. (madres)

SOLO JUGO 100% DE FRUTA

- Sin azúcar añadido
- No orgánico ni DHA
- No jugo infantil
- No cócteles de jugo, bebidas ni ades
- Sin calcio ni fibra fortificada

CONSEJO:

Asegúrese de no exceder las onzas que figuran en los beneficios actuales.

	Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja		Botellas de plástico de 64 oz. -Manzana Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana
	Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja		
	Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja		Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja
	Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja		Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja
	Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja		Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja
	Botellas de plástico de 64 oz. -Cualquier sabor -No Harvest Surprise		Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja
	Botellas de plástico de 64 oz. -Manzana		Concentrado congelado de 12 oz. -Manzana -Naranja
	Botellas de plástico de 64 oz. -Manzana -Manzana premium		Concentrado congelado de 11.5 oz. -Cualquier sabor con una banda amarilla
	Botellas de plástico de 64 oz. -Cualquier sabor con tapa verde. Concentrado congelado de 12 oz. -Cualquier sabor con tapa verde.		Botellas de plástico de 64 oz. -Manzana



DELAWARE HEALTH AND SOCIAL SERVICES

Division of Public Health

WIC Program

¿TIENE ALGUNA PREGUNTA?

O para hacer una cita, llame al:

Condado de New Castle
Hudson: (302) 605-4066
West End: (302) 605-6653
Noreste/Claymont: (302) 605-4099
Correo electrónico: nccwic@delaware.gov

Condado de Kent
(302) 605-1833
(302) 605-4077 (español)
Correo electrónico:
kentwic@delaware.gov

Condado de Sussex
(302) 605-4055
(302) 605-4077 (español)
Correo electrónico:
sussexwic@delaware.gov

La información en esta lista está sujeta a cambios.
Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.