

نکاتی برای خرید غلات صبحانه WIC



اکنون می توانید غلات صبحانه را در اندازه ها و انواع متنوع تری خریداری کنید!

نکته 1

قبل از خرید،
مقدار
غلات خود را
بررسی کنید!



از دکمه **My Benefits** در اپلیکیشن WICShopper برای بررسی مزایای خود استفاده کنید!
توجه: اطفال و کلانسالان هر کدام 36 OZ غلات در ماه دریافت می کنند.

نکته 2

گزینه های جدید
غلات خود را
بررسی کنید!



تعداد بیشتری از غلات در اندازه های مورد علاقه شما اکنون در دسترس هستند!

- از پشت این رهنما برای پیدا کردن موارد ذیل استفاده کنید:
 - غلات مورد تأیید
 - فروشگاه های که ممکن است این غله جات را داشته باشند
- از دکمه **Scan Barcode (اسکن بارکود)** در اپلیکیشن WICShopper استفاده کنید تا بررسی کنید که آیا غلات تأیید شده است یا خیر.



توجه: بارکود روی جعبه غلات را اسکن کنید، نه لیبل روی قفسه را!

نکته 3

از مزایای خود
بیشترین بهره را ببرید!



اندازه بسته 12 oz یا 18 oz را انتخاب کنید تا:
بزرگترین انتخاب غلات را داشته باشید
به راحتی مکمل مزایای خود را دریافت کنید

برای استفاده از مزایای مکمل غلات خود، اندازه هایی را انتخاب کنید که مجموع آنها 36 oz باشد.

- از جدول ذیل برای یافتن راه هایی جهت دریافت مکمل 36 oz غلات استفاده کنید.

16 + 20	★ 12 + 12 + 12	9 + 9 + 9 + 9
★ 18 + 18	12 + 24	9 + 9 + 18
36	13 + 23	10.6 + 13.4 + 12

- همچنین می توانید از **Cereal Calculator (ماشین حساب غلات)** در اپلیکیشن WICShopper برای بررسی اونس استفاده کنید.

توجه: شما مجبور نیستید غلاتی بخرید که مجموع آنها دقیقاً 36 oz باشد، اما هر میزان اونسی که باقی بماند، از بین می رود.

مثال ب

MARTA غلاتی را که بیشتر خوش دارد انتخاب می کند و مشکلی ندارد که مکمل از مزایایش استفاده نشود.

نکته 1 36 oz Marta غلات برای استفاده دارد.

نکته 2 او Frosted Mini Wheats Bite Size Strawberry کمپانی Kellogg را خوش دارد و در این رهنما می بیند که آنها در چهار اندازه (13.3، 14.3، 20 و 22 oz) موجود هستند. فروشگاه فقط اندازه 13.3 oz را دارد که 22.7 oz متباقی برای او باقی می ماند (36 - 13.3 = 22.7).

نکته 3 Marta می بیند که هیچ غلاتی در این رهنما وجود ندارد که دقیقاً 22.7 اونس باشد، اما گزینه های اندازه دیگری از جمله بسته Rice خوش دارد. Marta خوشحال است که می تواند از بین انواع غلات انتخاب کند، حتی اگر آنها دقیقاً 36 oz نباشند.

Marta این دو بسته غلات را می خرد و می داند که بعضی از مزایای او استفاده نمی شود.



مزایای غلات 36 oz
13.3 oz Mini Wheats -
22.2 oz Rice Chex -
= 0.5 oz استفاده نشده

مثال الف

MEENA غلاتی پیدا می کند که از مزایای مکمل او استفاده می کنند.

نکته 1 36 oz Meean غلات برای استفاده دارد.

نکته 2 این رهنما نشان می دهد که غلات مورد علاقه او Honey Bunches of Oats در شش اندازه (12، 15، 18، 23، 28، 32 oz) موجود است.

نکته 3 Meena بسته 18 oz را انتخاب می کند تا 18 oz باقی بماند و او انتخاب های زیادی برای بسته دومش داشته باشد. او یک بسته 18 oz کورن فلکس می خرد.

Meena خوشحال است که مکمل از مزایای او استفاده خواهد شد.



مزایای غلات 36 oz
18 oz Honey Bunches of Oats -
18 oz Corn Flakes -
= 0 oz استفاده نشده

غله جات سرد

برند فروشگاه

(فقط در فروشگاه های خاص فروخته می شود.
اگر یک فروشگاه خاص لیست نشده است،
پس چندین فروشگاه موجود است.)

برند ملی

(می تواند در کدام فروشگاه فروخته شود)

اندازه بسته مورد تأیید (oz)

برند غلات مورد تأیید WIC نوعیت

برند فروشگاه	برند ملی	اندازه بسته مورد تأیید (oz)	غله	برند غلات مورد تأیید WIC نوعیت
✓	✗	17.3	Bran Flakes	Best Yet
✓	✗	18	Frosted Shredded Wheat, Bite Size	
✓	✗	12	Toasted Oats	
✓	✗	17.3	Bran Flakes	Food Club
✓	✗	18, 24	Corn Flakes	
✓	✗	12	Corn Squares	
✓	✗	12	Crisp Rice	
✓	✗	18	Frosted Shredded Wheat	
✓	✗	32	Frosted Shredded Wheat Bite Size	
✓	✗	16.3	Frosted Shredded Wheat Bite Size Strawberry	
✓	✗	14.5	Honey and Oats with Almonds	
✓	✗	14.5	Honey and Oats with Honey and Oat Clusters	
✓	✗	12	Rice Squares	
✓	✗	12	Toasted Oats	
✓ Commissary Stores	✗	17.3	Bran Flakes	Freedom's Choice
✓ Commissary Stores	✗	18	Frosted Shredded Wheat	
✓ Commissary Stores	✗	12	Toasted Oats	
✗	✓ هر فروشگاهی	9, 12, 18, 20.6	Cheerios Multigrain	General Mills
✗	✓ هر فروشگاهی	18, 24	Cheerios Oat Crunch Berry	
✗	✓ هر فروشگاهی	7.4, 8.9, 12, 18, 20, 21.7, 24, 28	Cheerios Original	
✗	✓ هر فروشگاهی	10.6, 18	Cheerios Veggie Blends Apple Strawberry	
✗	✓ هر فروشگاهی	10.6, 18	Cheerios Veggie Blends Blueberry Banana	
✗	✓ هر فروشگاهی	12	Chex Blueberry	
✗	✓ هر فروشگاهی	12, 19.2	Chex Cinnamon	
✗	✓ هر فروشگاهی	12, 18, 23.2	Chex Corn	
✗	✓ هر فروشگاهی	12, 18, 22.2	Chex Rice	
✗	✓ هر فروشگاهی	14, 19	Chex Wheat	
✗	✓ هر فروشگاهی	17.5	Fiber One Honey Clusters	
✗	✓ هر فروشگاهی	18	Kix Berry Berry	
✗	✓ هر فروشگاهی	18	Kix Honey	
✗	✓ هر فروشگاهی	12, 18	Kix Original	
✗	✓ هر فروشگاهی	16	Total Whole Grain	
✗	✓ هر فروشگاهی	15.6	Wheaties	
✓ Safeway	✗	12	Grain Berry Apple Cinnamon	Grain Berry
✓ Natural Grocers ✓ Sprouts	✗	12	Grain Berry Honey Nut	
✓ Walmart	✗	15.6	Bran Flakes	Great Value
✓ Walmart	✗	12	Corn Squares	
✓ Walmart	✗	12	Rice Crisps	
✓ Walmart	✗	12	Rice Squares	
✓ Fred Meyer ✓ QFC	✗	18	Bran Flakes	Kroger
✓ Fred Meyer ✓ QFC	✗	18	Corn Flakes	
✓ Fred Meyer ✓ QFC	✗	12	Crispy Rice	
✓ Fred Meyer ✓ QFC	✗	14.5	Honey Crisp Medley w/ Almonds	
✓ Fred Meyer ✓ QFC	✗	14.5	Oat Squares	
✓ Fred Meyer ✓ QFC	✗	12	Rice Bitz	
✓ Fred Meyer ✓ QFC	✗	12	Toasted Oats	
✗	✓ هر فروشگاهی	11.6	Complete Bran	Kellogg's
✗	✓ هر فروشگاهی	9.6, 12, 18, 24, 25.2, 36	Corn Flakes	
✗	✓ هر فروشگاهی	9.6, 12, 18	Crispix	
✗	✓ هر فروشگاهی	14.3, 20, 22	Frosted Mini Wheats Bite Size Blueberry	
✗	✓ هر فروشگاهی	20	Frosted Mini Wheats Bite Size Pumpkin Spice	
✗	✓ هر فروشگاهی	13.3, 14.3, 20, 22	Frosted Mini Wheats Bite Size Strawberry	
✗	✓ هر فروشگاهی	13.3	Frosted Mini Wheats Blueberry Muffin	
✗	✓ هر فروشگاهی	13.3	Frosted Mini Wheats Cinnamon Roll	
✗	✓ هر فروشگاهی	13.3, 20	Frosted Mini Wheats Golden Honey	
✗	✓ هر فروشگاهی	14.8, 15.9, 20.2, 23	Frosted Mini Wheats Little Bites	
✗	✓ هر فروشگاهی	14.5, 16, 18, 20, 24, 29.5, 32, 34	Frosted Mini Wheats Original	
✗	✓ هر فروشگاهی	13.3, 20	Frosted Mini Wheats Pumpkin Pie Spice (seasonal)	
✗	✓ هر فروشگاهی	13.4, 18.3	Kashi Organic Blueberry Clusters	
✗	✓ هر فروشگاهی	10.6	Kashi Organic Hearts & O's Honey Toasted	
✗	✓ هر فروشگاهی	10.6	Kashi Organic Hearts & O's Warm Cinnamon	
✗	✓ هر فروشگاهی	9, 12, 18, 24, 25.2	Rice Krispies	
✗	✓ هر فروشگاهی	9.6, 12, 18	Special K Original	
✗	✓ هر فروشگاهی	12.9, 13.3, 17.5, 19	Special K Protein Original Multi-Grain Touch of Cinnamon	
✗	✓ هر فروشگاهی	36	Crispy Rice	Malt-O-Meal
✗	✓ هر فروشگاهی	18, 27, 36	Frosted Mini Spooners	
✗	✓ هر فروشگاهی	36	Strawberry Mini Spooners	
✗	✓ هر فروشگاهی	18	Grape Nuts Flakes	Post
✗	✓ هر فروشگاهی	20.5, 29	Grape Nuts Original	
✗	✓ هر فروشگاهی	15.5, 18	Great Grains Banana Nut Crunch	
✗	✓ هر فروشگاهی	16, 19	Great Grains Crunchy Pecan	
✗	✓ هر فروشگاهی	12, 15, 18, 23, 28, 32	Honey Bunches of Oats Honey Roasted	
✗	✓ هر فروشگاهی	12	Honey Bunches of Oats Maple & Pecans	
✗	✓ هر فروشگاهی	12, 15, 18, 23, 28	Honey Bunches of Oats with Almonds	
✗	✓ هر فروشگاهی	12	Honey Bunches of Oats with Cinnamon	
✗	✓ هر فروشگاهی	12, 18	Honey Bunches of Oats with Vanilla	
✗	✓ هر فروشگاهی	13, 22.3, 24.8	Life Original	Quaker
✗	✓ هر فروشگاهی	13	Life Vanilla	
✗	✓ هر فروشگاهی	21	Oatmeal Squares Brown Sugar	
✓ Safeway/Albertsons	✗	17.3	Bran Flakes	Signature Select
✓ Safeway/Albertsons	✗	18	Corn Flakes	
✓ Safeway/Albertsons	✗	12	Crispy Rice	
✓ Safeway/Albertsons	✗	14.5	Oats and Almonds	
✓ Safeway/Albertsons	✗	14.5	Oats and More with Honey	
✓ Safeway/Albertsons	✗	12	Rice Pockets	
✓ Safeway/Albertsons	✗	12	Toasted Oats	
✓	✗	17.3	Bran Flakes	That's Smart
✓ WinCo	✗	18	Corn Flakes	WinCo Foods

غله جات گرم

برند فروشگاه

(فقط در فروشگاه های خاص فروخته می شود.
اگر یک فروشگاه خاص لیست نشده است،
پس چندین فروشگاه موجود است.)

برند ملی
(می تواند در کدام فروشگاه فروخته شود)

اندازه
بسته تأیید شده (oz)

برند غلات
مورد تأیید WIC نوعیت

برند فروشگاه	برند ملی	اندازه بسته تأیید شده (oz)	نوعیت	مورد تأیید WIC
✓	✗	11.8	Instant Oatmeal Regular	Best Yet
✗	✓ هر فروشگاهی	12	Instant	Cream of Rice
✗	✓ هر فروشگاهی	14	Original	
✗	✓ هر فروشگاهی	12	Instant	Cream of Wheat
✗	✓ هر فروشگاهی	28	1 Minute	
✗	✓ هر فروشگاهی	12, 18, 28	2 ½ Minute	
✓	✗	11.8	Instant Oatmeal Regular	Food Club
✓ Walmart	✗	11.8	Instant Oatmeal Regular	Great Value
✓ Fred Meyer ✓ QFC	✗	12	Original Oats Instant Oatmeal	Kroger
✗	✓ هر فروشگاهی	36	Original Hot Wheat Cereal	Malt-O-Meal
✗	✓ هر فروشگاهی	9.8	Instant Oatmeal Original	Quaker
✓ Safeway/Albertsons	✗	9.8	Instant Oatmeal Regular	Signature Select