



# ПОРАДИ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ ПІЛЬГ НА ЦІЛЬНОЗЕРНОВІ ПРОДУКТИ

- В асортименті з'явилися нові розміри пакувань цільнозернових продуктів.
- Щоб повністю використати пільги на цільнозернові продукти, потрібно спланувати закупівлі.
- Цей посібник допоможе вибрати цільнозернові продукти й спростить планування закупівель.

## ПОРАДА 1



**ВИБЕРІТЬ**  
2–3 улюблені  
цільнозернові продукти,  
схвалені WIC.

- Ознайомтеся з посібником покупця WIC, щоб дізнатись асортимент цільнозернових продуктів.
- На зворотному боці листівки наведено перелік доступних цільнозернових продуктів і найпоширеніших розмірів пакувань.
- Щоб перевірити, чи можна придбати певний цільнозерновий продукт, скориставшись пільгами в межах програми, відскануйте штрихкод за допомогою додатка WICShopper, натиснувши кнопку «Scan Barcode» (Сканувати штрихкод).

## ПОРАДА 2



**ПЕРЕВІРТЕ**  
розмір пакування  
цільнозернових продуктів,  
які ви хочете придбати.

- Щомісяця кожен учасник програми WIC отримує пільги для придбання 16 або 32 oz цільнозернових продуктів.
- Щоб повністю використати пільги, вибирайте продукти так, щоб загальна вага пакувань становила 16 або 32 oz.

## ПОРАДА 3



**ОТРИМАЙТЕ**  
**МАКСИМУМ ВИГОДИ**  
від своїх пільг!

- ★ Вибирайте різні цільнозернові продукти відповідно до своїх уподобань.
- ★ Вибирайте пакування такого розміру, щоб використати пільги повністю.

Щоб повністю використати пільги на цільнозернові продукти розміром 16 oz:

- придбайте одне пакування цільнозернових продуктів розміром 16 oz (наприклад, одне пакування пасти або тортілій розміром 16 oz).

**Примітка.** Якщо ви придбаєте пакування цільнозернових продуктів розміром 12 або 14 oz (наприклад, пачку коричневого рису розміром 14 oz або булочок для гамбургерів розміром 12 oz), на вашому балансі залишаться невикористані пільги.

Ось кілька прикладів, як повністю використати пільги на цільнозернові продукти розміром 32 oz:

- придбайте одне пакування цільнозернових продуктів розміром 32 oz (наприклад, одну пачку рису вагою 32 oz);
- придбайте два пакування цільнозернових продуктів по 16 oz (наприклад, одне пакування пасти розміром 16 oz і буханку хліба вагою 16 oz).

### ПРИКЛАД А

МЕЕНА МОЖЕ ПРИДБАТИ 16 OZ ЦІЛЬНОЗЕРНОВИХ ПРОДУКТІВ.

**ВОНА ЗНАХОДИТЬ ПОЗИЦІЇ, ПРИДБАВШИ БУДЬ-ЯКУ З НИХ МОЖНА ПОВНІСТЮ ВИКОРИСТАТИ ДОСТУПНІ ПІЛЬГИ В РОЗМІРІ 16 OZ.**

**ПОРАДА 1** Меена любить страви з коричневого рису, гамбургери з булочками із цільної пшениці та кукурудзяні тортілі.

**ПОРАДА 2** За допомогою додатка WICShopper вона дізналася, що в асортименті наявні коричневий рис, булочки для гамбургерів і кукурудзяні тортілі в пакуваннях розміром 14, 12 і 16 oz відповідно.



**ПОРАДА 3** Цього місяця Меена вирішує купити пакування кукурудзяних тортілій розміром 16 oz.

**Меена рада, що використовує всі свої пільги.**

16 oz пільг на цільнозернові продукти  
– пакування кукурудзяних тортілій розміром 16 oz

**= 0 oz невикористаних пільг**

### ПРИКЛАД Б

MARTA МОЖЕ ПРИДБАТИ 32 OZ ЦІЛЬНОЗЕРНОВИХ ПРОДУКТІВ.

**MARTA ЗНАХОДИТЬ В АСОТИМЕНТІ ЦІЛЬНОЗЕРНОВИЙ ПРОДУКТ, ЯКИЙ ЇЙ НАЙБІЛЬШЕ ПОДОБАЄТЬСЯ, І ВОНА НЕ ПЕРЕЙМАЄТЬСЯ ЧЕРЕЗ НЕВИКОРИСТАНІ ПІЛЬГИ.**

**ПОРАДА 1** Marta любить цільнозерновий пшеничний хліб.

**ПОРАДА 2** Вона бачить, що її улюблений цільнозерновий пшеничний хліб продається в пакуваннях розміром 24 oz. Тобто якщо вона купить його, на її балансі залишаться невикористані пільги на цільнозернові продукти в кількості 8 oz.



**ПОРАДА 3** Цього місяця Marta вирішує купити улюблений цільнозерновий пшеничний хліб.

**Marta розуміє, що вона не використовує пільги повністю, але рада, що зможе придбати свій улюблений хліб.**

32 oz пільг на цільнозернові продукти  
– 24 oz цільнозернового пшеничного хліба

**= 8 oz невикористаних пільг**

# Найпоширеніші розміри пакування цільнозернових продуктів

ПРОДУКТ	НАЙПОШИРЕНІШІ РОЗМІРИ ПАКОВАНЬ	НАЙМЕНШ ПОШИРЕНІ РОЗМІРИ ПАКОВАНЬ
Хліб	24 oz	16 oz; 18 oz; 20 oz; 21 oz; 22 oz; 26 oz; 27 oz
Булочки для гамбургерів	12 oz; 14 oz	16 oz; 18,5 oz; 21 oz
Булочки для хотдогів	16 oz	24 oz
Вівсяні продукти	16 oz; 24 oz; 42 oz	18 oz; 25 oz; 28 oz
Коричневий рис	14 oz; 16 oz; 32 oz	42 oz
Тортильї	16 oz	9 oz; 10,84 oz; 12,6 oz; 25 oz; 37,5 oz
Паста	16 oz	