

您的新 WIC 食品！

生效時間：2025 年 6 月
嬰兒（6 到 11 個月）



紅色=由舊的食品包裝規格變更而來

如果您的寶寶正在使用部分配方奶粉或僅使用配方奶粉.....		
食品	舊款	新款
嬰兒麥片	24 oz	8 oz
嬰兒水果和蔬 菜	128 oz 或 64 oz + \$4	128 oz 或 64 oz + \$11 或 \$22

詳細資訊
✓ 減少嬰兒麥片
✓ 從寶寶 6 個月大開始，您可以花更多錢購買水果、蔬菜和香草，而不是嬰兒罐裝食品

如果您的寶寶是完全母乳餵養.....		
食品	舊款	新款
嬰兒麥片	24 oz	16 oz
嬰兒水果和蔬 菜	256 oz 或 128 oz + \$8	128 oz 或 64 oz + \$11 或 \$22
嬰兒食用肉泥	77.5 oz	40 oz

詳細資訊
✓ 減少嬰兒麥片
✓ 從寶寶 6 個月大開始，您可以花更多錢購買水果、蔬菜和香草，而不是嬰兒罐裝食品
✓ 減少嬰兒食用肉泥

您的新 WIC 食品！

生效時間：2025 年 6 月
兒童（1 至 4 歲）



紅色=由舊的食品包裝規格變更而來

食品	舊款	新款
果汁	2 瓶 64 oz 裝	1 瓶 64 oz 裝
牛奶	1 至 4 歲：13 qt	12 至 23 個月大：12 qt 2 至 4 歲：14 qt
麥片	36 oz	36 oz
乾酪	1 lb	無
蛋類	1 打	1 打
水果和蔬菜	\$26	\$26
全穀物食品	32 oz	24 oz
魚類（罐裝）		6 oz
豆類	選擇 1 種： 豆類（乾貨或罐裝） 或花生醬	選擇 1 種： 豆類（乾貨或罐裝）或 花生醬

詳細資訊
✓ 選擇 \$3 的水果、蔬菜和香草，而不是果汁
✓ 增加更多優格
✓ 更多規格和種類
✓ 增加乾酪
✓ 替代品： <ul style="list-style-type: none"> ○ 豆類 ○ 花生醬 ○ 豆腐
✓ 新鮮香草
✓ 宴會托盤食品（不帶蘸醬或醬汁）
✓ 更多選擇和規格
✓ 購買罐裝魚類
✓ 更多花生醬規格選擇

您的新 WIC 食品！

生效時間：2025 年 6 月

懷孕或大部分時間母乳餵養



紅色=由舊的食品包裝規格變更而來

食品	舊款	新款
果汁	3 瓶 46oz 裝	1 瓶 64 oz 裝
牛奶	19 qt	16 qt
麥片	36 oz	36 oz
乾酪	1 lb	無
蛋類	1 打	1 打
水果和蔬菜	孕婦：\$47 大部分時間母乳餵養：\$52	孕婦：\$47 大部分時間母乳餵養：\$52
全穀物食品	16 oz	48 oz
魚類（罐裝）		懷孕：10 oz 大部分時間母乳餵養：15 oz
豆類	選擇 2 種： 豆類（乾貨或罐裝） 或花生醬	選擇 2 種： 豆類（乾貨或罐裝）或 花生醬

詳細資訊
✓ 選擇 \$3 的水果、蔬菜和香草，而不是果汁
✓ 增加更多優格
✓ 更多規格和種類
✓ 增加乾酪
✓ 替代品： <ul style="list-style-type: none"> ○ 豆類 ○ 花生醬 ○ 豆腐
✓ 新鮮香草
✓ 宴會托盤食品（不帶蘸醬或醬汁）
✓ 更多全穀物食品+ 選擇
✓ 購買罐裝魚類
✓ 更多花生醬規格選擇



您的新 WIC 食品！

生效時間：2025 年 6 月
產後（很少或沒有母乳餵養）

紅色=由舊的食品包裝規格變更而來

食品	舊款	新款
果汁	2 瓶 46 oz 裝	1 瓶 64 oz 裝
牛奶	13 qt	16 qt
麥片	36 oz	36 oz
乾酪	1 lb	無
蛋類	1 打	1 打
水果和蔬菜	\$47	\$47
全穀物食品		48 oz
魚類（罐裝）		10 oz
豆類	選擇 1 種： 豆類（乾貨或罐裝） 或花生醬	選擇 1 種： 豆類（乾貨或罐裝）或 花生醬

詳細資訊
✓ 選擇 \$3 的水果、蔬菜和香草，而不是果汁
✓ 增加更多優格
✓ 更多規格和種類
✓ 增加乾酪
✓ 替代品： ○ 豆類 ○ 花生醬 ○ 豆腐
✓ 新鮮香草
✓ 宴會托盤食品（不帶蘸醬或醬汁）
✓ 更多全穀物食品+ 選擇
✓ 購買罐裝魚類
✓ 更多花生醬規格選擇

您的新 WIC 食品！

生效時間：2025 年 6 月

完全母乳餵養



紅色=由舊的食品包裝規格變更而來

食品	舊款	新款
果汁	3 瓶 46 oz 裝	1 瓶 64 oz 裝
牛奶	24 qt	16 qt
麥片	36 oz	36 oz
乾酪	1 lb	無
蛋類	2 打	2 打
水果和蔬菜	\$52	\$52
全穀物食品	16 oz	48 oz
魚類（罐裝）	30 oz	20 oz
豆類	選擇 2 種： 豆類（乾貨或罐裝）或 花生醬	選擇 2 種： 豆類（乾貨或罐裝）或 花生醬

詳細資訊
✓ 選擇 \$3 的水果、蔬菜和香草，而不是果汁
✓ 增加更多優格
✓ 更多規格和種類
✓ 增加乾酪
✓ 替代品： <ul style="list-style-type: none"> ○ 豆類 ○ 花生醬 ○ 豆腐
✓ 新鮮香草
✓ 宴會托盤食品（不帶蘸醬或醬汁）
✓ 更多全穀物食品+ 選擇
✓ 購買罐裝魚類
✓ 更多花生醬規格選擇