

## مشروبات الصويا

ما يُمكن شراؤه:

أي من العلامات التجارية والأنواع التالية:

- 8TH CONTINENT
- لبن الصويا – الأصلي وبالفانيليا (مبّرّد بحجم 64 أوقية)
- PACIFIC NATURAL FOODS
- Ultra Soy – الأصلي وبالفانيليا (بحجم 32 أوقية مع صلاحية التخزين على الأرفف)
- SILK
- لبن الصويا – الأصلي (مبّرّد بحجم 32 أو 64 أوقية)
- لبن الصويا – الأصلي (مبّرّد بحجم 128 أوقية - حزمة متعددة العبوات)
- لبن صويا – الأصلي بحجم 32 أوقية مع صلاحية التخزين على الأرفف
- WESTSOY
- لبن صويا عضوي – سادة (بحجم 32 أو 64 أوقية مع صلاحية التخزين على الأرفف)
- لبن صويا – بالفانيليا (بحجم 32 أو 64 أوقية مع صلاحية التخزين على الأرفف)

## الجبن

ما يُمكن شراؤه:

- عبوات بحجم 8 أو 16 أو 24 أو 32 أوقية فحسب
- أي علامة تجارية
- الأجبان المُعالجة المبيسترة من نوع American أو Monterey Jack أو Mozzarella أو Cheddar أو Colby أو Swiss أو Muenster أو Provolone أو خليط من أي من هذه الأجبان
- كتل أو شرائح
- جبن كوشر/الموافق للديانة اليهودية (Cholov Yisroel) إذا كان مطبوغًا على قائمة تسوقك ببرنامج WIC

ما لا يُمكن شراؤه:

- الأجبان المستوردة
- الأطعمة أو المنتجات المصنوعة من الأجبان أو معجنات الأجبان
- الشرائح المخصصة للمقرمشات
- الجبن المقطع/المبشور/المقطع في صورة مكعبات أو شرائط أو أعواد
- الجبن المنكّه
- الجبن العضوي
- شرائح الجبن المغلفة فريديًا
- جبن ديلي

## الأسماك المعلّبة

ما يُمكن شراؤه:

- أي علامة تجارية
- سمك بالملح أو مرق الخضراوات
- سمك معبأ في الماء أو الزيت
- سمك بالعظام والجلد
- الأنواع والأحجام التالية:
- لحم التونة الخفيفة: أي علامة تجارية (عبوات 5 و6 أوقيات)
- سمك السلمون الوردي: أي علامة تجارية (عبوات 5 و6 و7.5 أوقيات)
- سمك السردين: أي علامة تجارية (عبوات 3.75 أوقيات)

ما لا يُمكن شراؤه:

- تونا ألباكور
- السلمون أسود الظهر
- السلمون الأحمر
- بالنكهات المضافة
- بمكونات إضافية

## الحليب

ما يُمكن شراؤه:

- توضيح قائمة تسوقك ببرنامج WIC محتوى الدهون ونوع الحليب الذي يجب عليك شراؤه
- أي علامة تجارية
- الحليب البقري: اشتر أكبر عبوة متاحة قدر الإمكان (جالونات، 96 أوقية، أو نصف جالون، أو ربع جالون)
- الحليب الخالي من اللاكتوز: اشتر أكبر عبوة متاحة قدر الإمكان
- طعام كوشر/الموافق للديانة اليهودية (Cholov Yisroel): إذا كان مطبوغًا على قائمة تسوقك ببرنامج WIC
- حليب الماعز: عبوة ماركة Meyenberg بحجم 12 أوقية فقط
- الحليب المبخر/المعلّب: عبوة بحجم 12 أوقية فقط
- حليب مجفف/حليب بودرة: عبوة بحجم 25.6 أوقية فقط

ما لا يُمكن شراؤه:

- منكّه
- عضوي
- محلى أو مكثف
- الحليب المخوض
- بالكالسيوم المضاف
- الحليب قليل الدسم (2%)

## البيض

ما يُمكن شراؤه:

- أي علامة تجارية
- عبوة دستة واحدة فقط (عدد 12)
- حجم متوسط أو كبير
- أبيض أو بُني

ما لا يُمكن شراؤه:

- الحجم الضخم (الجامبو) والكبير جدًا
- العضوي
- البيض الخاص مرتفع التكلفة (البيض منخفض الكوليسترول، البيض الذي تنتجه الدواجن الطليقة/غير المحبوسة، بيض الدواجن ذات التغذية النباتية المدعم بأوميغا3-)

## زبدة الفول السوداني

ما يُمكن شراؤه:

- أي علامة تجارية
- عبوة 16-18 أوقية
- المقرمشة والمحتوية على قطع والكريمة والناعمة
- الطبيعية
- قليلة الدهون

ما لا يُمكن شراؤه:

- معجنات زبدة الفول السوداني
- زبدة الفول السوداني المطحونة أو المخفوقة حديثًا
- زبدة الفول السوداني المنكّهة
- زبدة الفول السوداني العضوية
- زبدة الفول السوداني المحتوية على زيت النخيل أو مكونات إضافية مثل الفيتامينات أو المعادن أو أوميغا3- أو DHA أو EPA

## الزبادي

ما يُمكن شراؤه:

- محتوى الدهون المدرج في قائمة التسوق الخاصة بك
- عبوات بحجم 32 أونصة
- العلامات التجارية والأنواع التالية:
- **Annie's**: زبادي سادة كامل الدسم عضوي محلي
- **Arz**: زبادي سادة كامل الدسم أصلي
- **Avenue A**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم
- **Axelrod**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Baroody**: زبادي سادة
- **Best Yet**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم
- **Brown Cow**: زبادي سادة كامل الدسم بطبقة قشدة، زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي بالفانيليا كامل الدسم
- **Butterworks Farm**: زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Byrne Hollow**: زبادي يوناني سادة قليل الدسم
- **Cabot**: زبادي سادة قليل الدسم 2%، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Chobani**: زبادي يوناني سادة قليل الدسم 2%، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Coburn Farms**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم
- **Cowbella**: زبادي سادة خالي الدسم
- **Cream O'Land**: زبادي سادة قليل الدسم
- **Crowley**: زبادي سادة قليل الدسم
- **Dannon**: زبادي سادة قليل الدسم 1.5%، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Desi Natural Dahi**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Essential Everyday**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفراولة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي يوناني سادة كامل الدسم
- **Esti**: زبادي يوناني سادة كامل الدسم
- **Farmland**: زبادي دا هي سادة كامل الدسم
- **Fit and Active**: زبادي سادة خالي الدسم
- **Food Club**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم
- **Food Lion**: زبادي سادة خالي الدسم
- **Foodtown**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Freedom Hill Farm**: زبادي سادة
- **Fresh Made**: زبادي سادة قليل الدسم
- **Friendship**: زبادي سادة قليل الدسم
- **Gopi**: زبادي سادة قليل الدسم على الطريقة الهندية، زبادي سادة خالي الدسم على الطريقة الهندية، زبادي سادة كامل الدسم على الطريقة الهندية
- **Great Value**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي عضوي قليل الدسم، زبادي يوناني سادة كامل الدسم
- **Greek Gods**: زبادي يوناني سادة قليل الدسم
- **Green Mountain Creamery**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي يوناني سادة كامل الدسم
- **Greenway**: زبادي سادة كامل الدسم
- **Guru**: زبادي سادة بالحليب كامل الدسم
- **Hammond Dairy**: زبادي سادة كامل الدسم
- **Hannaford**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي يوناني سادة كامل الدسم، زبادي يوناني سادة كامل الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا كامل الدسم
- **Hawthorne Valley**: زبادي سادة كامل الدسم
- **Horizon**: زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم عضوي، زبادي سادة كامل الدسم عضوي
- **Ithaca**: زبادي سادة كامل الدسم
- **Key Foods**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم
- **Kingdom Creamery**: زبادي سادة كامل الدسم
- **Kirkland**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم
- **La Yogurt**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Lacto**: زبادي سادة
- **Lala**: زبادي سادة قليل الدسم
- **Lucerne Dairy**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي بالفراولة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Maple Hill**: زبادي سادة كامل الدسم عضوي
- **Market Pantry**: زبادي سادة خالي الدسم
- **Merve**: زبادي سادة
- **Mountain High**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم أصلي
- **My Essentials**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم
- **Nancy's**: زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة قليل الدسم عضوي، زبادي سادة خالي الدسم
- **Nature's Place**: زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم عضوي، زبادي سادة كامل الدسم عضوي
- **Nature's Promise**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم عضوي، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم عضوي، زبادي سادة خالي الدسم عضوي
- **North Country Creamery**: زبادي سادة كامل الدسم، زبادي بالفانيليا كامل الدسم
- **Nostimo**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم
- **O Organics**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي سادة بالحليب كامل الدسم
- **Oikos**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Open Nature**: زبادي يوناني سادة 2%، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي يوناني سادة كامل الدسم
- **Our Family**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم
- **Penn Maid**: زبادي سادة خالي الدسم
- **PICs**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا كامل الدسم
- **Powerful**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Price Rite**: زبادي سادة قليل الدسم
- **Redwood Hill**: زبادي سادة
- **Romis**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Ronnybrook Farm Dairy**: زبادي سادة كامل الدسم
- **Seven Stars**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة كامل الدسم عضوي
- **ShopRite**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة كامل الدسم
- **Shurfine**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم
- **Simply Balanced**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم
- **Stonyfield Organic**: زبادي سادة كريمي قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي فرنسي بالفانيليا بالحليب كامل الدسم، زبادي سادة بالحليب كامل الدسم

## الزبادي، (تابع)

ما يُمكن شراؤه:

- محتوى الدهون المدرج في قائمة التسوق الخاصة بك
- عبوات بحجم 32 أوقية
- العلامات التجارية والأنواع التالية:
- **Stop and Shop**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي يوناني سادة كامل الدسم، زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا كامل الدسم
- **Super Associated**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي سادة خالي الدسم
- **Taste of Inspirations**: زبادي سادة خالي الدسم، زبادي يوناني سادة، زبادي سادة بالحليب كامل الدسم
- **Tillamook**: زبادي سادة قليل الدسم
- **Tops**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي سادة بالحليب كامل الدسم
- **Traditional**: زبادي داهي طبيعي بالكامل
- **Trimona**: زبادي بلغاري سادة كامل الدسم
- **Two Good**: زبادي يوناني سادة قليل الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا قليل الدسم
- **Upstate Farms**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم
- **Urban Meadow**: زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سادة قليل الدسم
- **Voskos**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم
- **Wallaby**: زبادي يوناني سادة بالحليب كامل الدسم عضوي، زبادي يوناني سادة قليل الدسم عضوي، زبادي يوناني سادة خالي الدسم عضوي، زبادي سادة بالحليب كامل الدسم عضوي
- **Wegmans**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي سادة خالي الدسم، زبادي سوبر سادة مخلوط قليل الدسم عضوي، زبادي يوناني سادة كامل الدسم عضوي، زبادي سادة قليل الدسم بالتمتات الغذائية، زبادي يوناني سادة كامل الدسم بالتمتات الغذائية
- **Weis**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا خالي الدسم، زبادي سادة قليل الدسم بالتمتات الغذائية، زبادي سادة خالي الدسم بالتمتات الغذائية، زبادي يوناني سادة كامل الدسم، زبادي سادة كامل الدسم بالتمتات الغذائية
- **White Mountain**: زبادي بلغاري سادة خالي الدسم
- **Wholesome Pantry**: زبادي سادة كامل الدسم عضوي، زبادي سادة قليل الدسم عضوي
- **Yoplait**: زبادي بالفراولة وبالموز والفراولة - قليل السكر - حزمة 8 عبوات كل منها 4 أوقيات (32 أوقية إجمالاً)، زبادي سادة خالي الدسم

زبادي كوشر/الموافق للديانة اليهودية (**Cholov Yisroel**) إذا كان هذا مطبوعاً على قائمة تسوقك.

ما يُمكن شراؤه:

- عبوات بحجم 32 أوقية
- العلامات التجارية والأنواع التالية:
- **Gevina Farms**: زبادي يوناني سادة خالي الدسم
- **J and J**: زبادي سادة خالي الدسم
- **Mehadrin**: زبادي سادة قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم
- **Normans**: زبادي يوناني سادة قليل الدسم، زبادي يوناني بالفانيليا قليل الدسم، زبادي يوناني سادة خالي الدسم

ما لا يُمكن شراؤه:

- الزبادي المخلوط بمكوناتٍ أخرى (الجرانولا/الحلوى، إلخ)
- الزبادي القابل للشرب/للعصر
- الزبادي المجمد
- المُحليات الصناعية

## التوفو

ما يُمكن شراؤه:

- عبوات بحجم 8 و10 و14 و16 أوقية
- العلامات التجارية والأنواع التالية:
- **Azumaya**: طري، صلب، شديد الصلابة
- **Franklin Farms Heiwa**: طري، صلب متوسط، صلب، شديد الصلابة
- **House Foods**: صلب عضوي، صلب متوسط عضوي، طري عضوي، شديد الصلابة درجة ممتازة، صلب درجة ممتازة، صلب متوسط درجة ممتازة، طري درجة ممتازة
- **Nasoya**: فائق الصلابة عضوي مقطع إلى مكعبات، شديد الصلابة عضوي، صلب عضوي، صلب خفيف عضوي، طري عضوي، فائق الصلابة عضوي، طري
- **Natures Promise**: صلب عضوي
- **O Organics**: منبَت شديد الصلابة، صلب، طري، فائق الصلابة
- **San Su**: شديد الصلابة، صلب، طري
- **Wegmans**: صلب عضوي
- **Woodstock**: شديد الصلابة عضوي، صلب عضوي

## حبوب الفاصوليا والبازلاء والعدس الناضجة

ما يمكن شراؤه من الأنواع الجافة:

- أي علامة تجارية
- كيس وزنه رطل واحد من حبوب الفاصوليا والبازلاء والعدس الناضجة
- ما يمكن شراؤه من الأنواع المعلبة:
- أي علامة تجارية
- عبوة بحجم 15 - 16 أوقية من الفاصوليا والبازلاء والعدس والفاصوليا المعلبة السادة والبازلاء الهندية وفاصوليا ليما الناضجة

ما لا يُمكن شراؤه:

- الفاصوليا المطبوخة
- لحم الخنزير مع الفاصوليا
- المضاف إليها سكريات أو دهون أو شحم الخنزير أو اللحم أو الزيوت
- لا يمكن شراء الفاصوليا الخضراء والبازلاء الخضراء والفاصوليا الهشة والفاصوليا الصفراء والفاصوليا الشمعية باستخدام شبيك المكتوب عليه "مخصصات الفاصوليا والبازلاء والعدس وزبدة الفول السوداني"؛ ويمكنك استخدام مخصصات القيمة النقدية للخضراوات والفاكهة الخاصة بك في برنامج WIC لشراء هذه الأنواع من الأطعمة

## طعام الأطفال – الخضراوات والفواكه

ما يُمكن شراؤه:

- عبوات بحجم 4 أوقيات:
- تُحتسب حزمة من عبوتين حجم كل منهما أوقيتان (إجمالي 4 أوقيتات) من طعام الأطفال باعتبارها عبوة واحدة
- تُحتسب حزمة من عبوتين حجم كل منهما 4 أوقيتات (إجمالي 8 أوقيتات) من طعام الأطفال باعتبارها عبوتين
- عضوية
- أي نوع من الخضراوات أو الفاكهة - ثمرة واحدة
- أي مجموعة متنوعة من الخضراوات والفواكه المختلفة
- العلامات التجارية التالية:
- Nature's و Happy Baby و Earth's Best و Gerber و Beech Nut و Promise و Once Upon A Farm و Tippy Toes و Wild Harvest
- كوشر/الموافق للديانة اليهودية (Cholov Yisroel): First Choice

ما لا يُمكن شراؤه:

- أكياس
- الأمزجة المعلبة التي تتضمن مكونات من مواد غير الفواكه والخضراوات مثل اللحوم والزيادي والأرز والمعكرونة

## طعام الأطفال – اللحوم

ما يُمكن شراؤه:

- عبوات بحجم 2.5 أوقية
- عضوية
- أي لحم بالمرق أو مرق الخضراوات
- العلامات التجارية التالية: Gerber، Earth's Best، Beech Nut

## حبوب للأطفال الرضع

ما يُمكن شراؤه:

- Gerber: حبوب للأطفال الصغار (Cereal for Baby)
- عبوات بحجم 8 أو 16 أوقية
- الأصناف السادة فقط: الشوفان، الأرز، الحبوب الكاملة، الحبوب المتعددة

ما لا يُمكن شراؤه:

- العضوية
- المكونات الإضافية مثل: DHA أو الفاكهة أو التركيبات أو البروتينات المضافة

## حبوب الإفطار

ما يُمكن شراؤه:

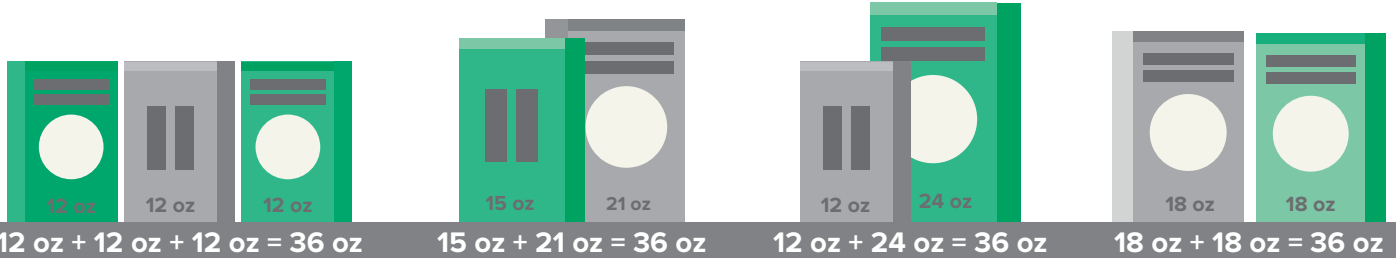
- عبوات حجم 12 أوقية أو أكبر
- يُنشر إلى حبوب الإفطار المصنوعة من الحبوب الكاملة بعلامة \*

ما لا يُمكن شراؤه:

- العضوية
- عبوات لحصة واحدة

## قوستلا ديفم حناصن

راطفلإا بويونم (تقيوأ 36) تلماكلا كتصدي ل لصحت فيك



## العلامات التجارية الوطنية/المتخصصة

ما يُمكن شراؤه:

- العلامات التجارية الوطنية والأنواع التالية:
- منتجات **General Mills**: Berry Berry Kix، Blueberry Chex\* (بالتوت)، Fiber One، Corn Chex (بالذرة)، Cheerios، Cinnamon Chex\*، Honey Clusters\*، Honey Kix\*، Kix\*، Multi Grain Cheerios، Rice Chex (بالأرز)، Total Whole Grain، Vanilla Chex\* (حبوب كاملة بالفانيليا)، Wheat Chex (بالقمح)، Wheaties\*
- منتجات **Kellogg's**: رقائق القمح الكامل All Bran Complete Wheat Bran، Flakes، رقائق الذرة Corn Flakes، Frosted Mini Wheats، Crispix\*، Frosted Mini Wheats Little\* (محمصة)، Frosted Mini Wheats Filled Original Frosted\*، Bites\* (بالعسل واللوز)، Honey Almond Ancient Grains، Mini Wheats\*، Rice Krispies (بالموز)، Special K Banana\*، Special K Original\* (الأصلي)، Special K Multi Grain\*
- منتجات **Kemach**: Bran Flakes، Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، Crisp Rice (مقرمشة بالأرز)، Multi Grain Toasted Oats\* (شوفان محمص متعدد الحبوب)، Toasted Oats\* (شوفان محمص)، Wheat Flakes\* (رقائق القمح)
- منتجات **Malt O Meal**: Frosted Blueberry Mini Spooners\* (بالتوت بالكريما)، Frosted Mini Spooners\* (بالكريما)، Frosted Strawberry Mini\* (بالفراولة بالكريما)، Spooners (بالفراولة بالكريما)
- منتجات **Post**: Grape Nuts\* (بالعنب والمكسرات)، Grape Nuts Flakes\* (رقائق فليكس بالعنب والمكسرات)، Great Grains Banana Nut Crunch\* (مقرمشات بالمكسرات والموز)، Great Grains Crunchy Pecan\* (مقرمشات بجوز البيكان)، Bunches of Oats Honey Roasted\* (محمصة بعسل النحل)، Honey\*، Bunches of Oats Vanilla Bunches (بالفانيليا)، Bunches of Oats with Almonds (بالعسل مع اللوز)
- منتجات **Quaker**: Life Original Multigrain Cereal\* (بالحبوب المتعددة)، Life Strawberry Multigrain Cereal (بالحبوب المتعددة والفراولة)، Life Vanilla Oatmeal Squares Brown\* (بالحبوب المتعددة والفانيليا)، Multigrain Cereal Oatmeal Squares Cinnamon\* (بالسكر البني)، Oatmeal Squares Cinnamon\* (بالقرفة)، Oatmeal Squares Honey Nut (بالمكسرات والعسل)
- منتجات **Ralston**: Corn Biscuits (بسكويت الذرة)، Corn Flakes (رقائق الذرة)، Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور)، Toasted Whole Grain Oats (حبوب شوفان كاملة محمص)، Wheat Bran Flakes\* (رقائق نخالة القمح)
- منتجات **Sunbelt**: جرانولا سادة
- منتجات **Taanug**: Crisp Rice (بالأرز المقرمش)

## العلامات التجارية للمتاجر

ما يمكن شراؤه:

• الأنواع والعلامات التجارية التالية للمتاجر:

- **Avenue A**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Best Yet**: Bite Size Shredded Wheat\* (بالقمح المبشور)، \*Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Crispy Rice\* (بالأرز المقرمش)، \*Frosted Shredded Wheat\* (بالقمح المبشور ومغطاة بالسكر)، \*Honey Oats and Flakes\* (الرقائق والشوفان بالعسل)، \*Honey Oats and Flakes with Almonds\* (الرقائق والشوفان بالعسل واللوز)، \*Strawberry Frosted Shredded Wheat\* (بالقمح المبشور والفراولة ومغطاة بالسكر)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Clear Value**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Essential Everyday**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Crispy Hexagons\* (مقرمشة بأشكال سداسية)، \*Crispy Rice\* (بالأرز المقرمش)، \*Crunchy Corn Squares\* (مربعات الذرة المقرمشة)، \*Crunchy Oat\* (الشوفان المقرمش)، \*Crunchy Oat Squares\* (مربعات الشوفان المقرمشة)، \*Crunchy Rice Squares\* (مربعات الأرز المقرمشة)، \*Frosted Shredded Wheat\* (القمح المبشور المغطى بالسكر)، \*Honey Oats and Flakes\* (رقائق بالشوفان والعسل)، \*Honey Oats Flakes\* (رقائق الشوفان بالعسل واللوز)، \*Nutty Nuggets\* (مربعات الشوفان بالعسل واللوز)، \*Strawberry Frosted Shredded Wheat\* (شوفان محمص)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)، \*Wheat and Bran Flakes\* (رقائق النخالة والقمح)
- **Food Club**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطاة بالسكر)، \*Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Corn Squares\* (مربعات الذرة)، \*Crisp Rice\* (بالأرز المقرمش)، \*Frosted Shredded Wheat\* (بالقمح المبشور ومغطاة بالسكر)، \*Honey and Oats\* (عسل وشوفان)، \*Honey and Oats With\* (عسل وشوفان باللوز)، \*Oatmeal Squares\* (مربعات الشوفان)، \*Rice Squares\* (مربعات الأرز)، \*Strawberry Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر والفراولة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)، \*Twin Grain Crisp\* (مقرمشات الحبوب)، \*Wheat Squares\* (مربعات القمح)
- **Food Lion**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطاة بالسكر)، \*Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Oats and More\* (رقائق الأرز المقرمش)، \*Oats and More With Honey\* (بالقمح المبشور مغطى بالسكر والفراولة)، \*Tasteeos\* (شوفان محمص)، \*Toasted Rice\* (أرز محمص)
- **Foodtown**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Crunchy Oat Squares\* (مربعات الشوفان المقرمشة)، \*Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)، \*Oats and More\* (شوفان محمص)
- **Great Value**: Almond Crunchy Honey Oats\* (الشوفان بالعسل واللوز المقرمش)، \*Bite Size Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور)، \*Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Crunchy Honey Oats\* (شوفان مقرمش بالعسل)، \*Crunchy Oat Squares\* (مربعات الشوفان المقرمشة)، \*Frosted Shredded Wheat\* (القمح المبشور المغطى بالسكر)، \*Os Oats\* (شوفان)، \*Rice Squares\* (مربعات الأرز)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)، \*Toasted Whole Grain Oat\* (حلقات الشوفان المحمص بالحبوب الكاملة)
- **Hannaford**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطاة بالسكر)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Crispy Hexagons\* (مقرمشات بأشكال سداسية)، \*Crispy Rice\* (أرز مقرمش)، \*Easy Living Oat Squares\* (مربعات الشوفان)، \*Frosted Oats and More\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)، \*Nutty Nuggets\* (شوفان مقرمش بالعسل واللوز)، \*Strawberry With Almonds\* (بالقمح المبشور مغطى بالسكر والفراولة)، \*Tasteeos\* (شوفان محمص)، \*Toasted Corn\* (ذرة محمص)، \*Toasted Rice\* (أرز محمص)، \*Toasted Wheat\* (مربعات قمح محمص)، \*Wheat Bran Flakes\* (رقائق نخالة القمح)، \*Flakes\* (رقائق القمح)
- **Hy Top**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور)، \*Bran\* (رقائق النخالة)، \*Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)، \*Honey Oats and Flakes with Almonds\* (باللوز)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **IGA**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطاة بالسكر)، \*Bite Size Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور)، \*Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Corn Squares\* (مربعات الذرة)، \*Crispy Corn and Rice\* (أرز وذرة مقرمشة)، \*Crispy Rice\* (أرز مقرمش)، \*Crispy Rice\* (أرز مقرمش)، \*Honey Oats and Flakes\* (شوفان بالعسل والرقائق)، \*Honey Oats and Flakes with Almonds\* (شوفان بالعسل والرقائق واللوز)، \*Original Toasted Oats\* (شوفان محمص أصلي)، \*Rice Squares\* (مربعات الأرز)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Key Foods**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطاة بالسكر)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Kiggins**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطاة بالسكر)، \*Bite Size Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Crispy Rice\* (أرز مقرمش)، \*Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)، \*Honey Oat Crunch\* (شوفان مقرمش بالعسل)، \*Toasted Rolling Oats\* (حلقات الشوفان المحمص)
- **Krasdale**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Honey Oats and Flakes\* (الشوفان بالعسل والرقائق)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Market Pantry**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **My Essentials**: Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)
- **Parade**: Bite Size Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **PICS**: Crispy Honey Oats and Flakes (مقرمشات الرقائق والشوفان بالعسل)، \*Crispy Rice\* (الأرز المقرمش)، \*Frosted Shredded Wheat\* (القمح المبشور المغطى بالسكر)، \*Toasted Corn Crisps\* (مقرمشات الذرة المحمص)، \*Wheat Bran Flakes\* (رقائق نخالة القمح)
- **Price Chopper**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Good Choice Oat Squares\* (مربعات الشوفان)، \*Strawberry Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر والفراولة)، \*Whole Grain Toasted Oats\* (الشوفان المحمص بالحبوب الكاملة)
- **Price Rite**: Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)، \*Honey Oat Clusters With Almonds\* (قطع الشوفان بالعسل واللوز)، \*Shredded Wheat\* (قمح مبشور)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Red and White**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Safeway**: Wheat Pockets\* (من القمح)
- **Shop Rite**: Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Crispy Corn Squares\* (مربعات الذرة المقرمشة)، \*Crispy Rice Squares\* (مربعات الأرز المقرمشة)، \*Bite Size Frosted\* (لقيمات القمح المبشور المغطاة بالسكر)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Honey Oat Clusters With Almonds\* (قطع الشوفان بالعسل)، \*Honey Oat Clusters\* (قطع الشوفان بالعسل واللوز)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Shurfine**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطى بالسكر)، \*Bite Size Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Corn Squares\* (مربعات الذرة)، \*Crispy Rice\* (أرز مقرمش)، \*Honey Oats and Flakes\* (رقائق وشوفان بالعسل)، \*Oats and More With Almonds\* (باللوز)، \*Oats and More With Honey\* (بالعسل)، \*Rice Squares\* (مربعات الأرز)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)، \*Wheat Bran Flakes\* (رقائق نخالة القمح)، \*Wheat Squares\* (مربعات القمح)
- **Signature Kitchens**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Oats And Almonds\* (الشوفان واللوز)، \*Oats And More With Honey\* (بالعسل)، \*Shredded Wheat Bites\* (لقيمات القمح المبشور)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Signature Select**: Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Pockets\* (قطع الذرة المنتفخة)، \*Crispy Rice\* (الأرز المقرمش)، \*Frosted Shredded Wheat Bite Size\* (لقيمات القمح المبشور المغطى بالسكر)، \*Nutty Nuggets\* (مربعات الأرز المنتفخة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Stop and Shop**: Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Corn Squares\* (مربعات الذرة)، \*Crisp Rice\* (الأرز المقرمش)، \*Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)، \*Honey Crunchin Oats\* (شوفان مقرمش بالعسل واللوز)، \*Instant Honey Crunchin Oats Almond\* (شوفان مقرمش بالعسل واللوز)، \*Multigrain Oats and Os\* (شوفان متعدد الحبوب)، \*Nutty Nuggets\* (مربعات الشوفان)، \*Oats and Os\* (حلقات شوفان مع الشوفان)، \*Rice Squares\* (مربعات الأرز)، \*Whole Grain Shredded Wheat\* (قمح مبشور بالحبوب الكاملة)
- **That's Smart**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Crisp Rice\* (الأرز المقرمش)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Tops**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطى بالسكر)، \*Bite Size Strawberry Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطى بالسكر والفراولة)، \*Bite Size Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Crisp Rice\* (الأرز المقرمش)، \*Friendly Oats and Honey\* (شوفان مقرمش بالعسل)، \*Harvest Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Oat Squares\* (مربعات الشوفان)، \*Oats and More With Almonds\* (بالعسل)، \*More Honey Roasted Squares\* (مربعات الأرز)، \*Strawberry Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر والفراولة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)، \*Twin Grain Crisp\* (مقرمشات الحبوب المزوجة)
- **Urban Meadow**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Valu Time**: Bran Flakes\* (رقائق النخالة)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Crisp Rice\* (الأرز المقرمش)، \*Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Wegmans**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطى بالسكر)، \*Bite Size Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*FYFGA Oat Crisps\* (القمح المبشور المقرمش)، \*FYFGA Strawberry Shredded\* (القمح المبشور المقرمش)، \*Wheat\* (قمح مبشور بالفراولة)، \*Oat Crisps\* (الشوفان المقرمش)، \*Oats and Honey\* (الشوفان والعسل)، \*Oats and Honey with Almonds\* (الشوفان والعسل واللوز)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **Weis**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطى بالسكر)، \*Corn Flakes\* (رقائق الذرة)، \*Honey Oats and Flakes\* (رقائق وشوفان بالعسل)، \*Oats and Flakes with Almonds\* (رقائق وشوفان بالعسل واللوز)
- **Weis Quality**: Bite Size Frosted Shredded Wheat\* (لقيمات القمح المبشور المغطى بالسكر)، \*Bite Size Toasted Corn\* (لقيمات الذرة المحمص)، \*Crispy Corn and Rice\* (الذرة والأرز المقرمشة)، \*Crispy Rice\* (الأرز المقرمش)، \*Multigrain Toasted Oats\* (الشوفان المحمص بالحبوب المتعددة)، \*Strawberry Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر والفراولة)، \*Toasted Oats\* (القمح المحمص)، \*Wheat Bran Flakes\* (رقائق نخالة القمح)، \*Flakes\* (رقائق القمح)
- **Western Beef**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)
- **White Rose**: Corn Flakes (رقائق الذرة)، \*Frosted Shredded Wheat\* (قمح مبشور مغطى بالسكر)، \*Toasted Oats\* (الشوفان المحمص)

## حبوب الإفطار الساخنة

ما يُمكن شراؤه:

- عبوات بحجم 11.8 أوقية أو أكبر
- العلامات التجارية والأنواع التالية:
- **Cream Of Rice**: حبوب الإفطار الساخنة، عبوات فورية
- **Cream Of Wheat**: حبوب الإفطار المحضرة في دقيقة واحدة، حبوب الإفطار المحضرة في 2.5 دقيقة، العبوات فورية التحضير، حبوب الإفطار المحضرة في 2.5 دقيقة بالحبوب الكاملة
- **Essential Everyday**: عبوات Grits الفورية، عبوات الشوفان الفورية
- **Food Club**: عبوات الشوفان الفورية
- **Great Value**: عبوات الشوفان الفورية العادية
- **Hannaford**: القمح الكريبي، عبوات الشوفان الفورية العادية
- **IGA**: 100% Natural Old Fashioned Oatmeal (شوفان طبيعي 100% على الطريقة القديمة)، 100% Natural Whole Grain Quick Oats (شوفان طبيعي 100% سريع التحضير بالحبوب الكاملة)، Original Instant Oatmeal Packs (عبوات الشوفان الفورية الأصلية)
- **Malt O Meal**: حبوب الإفطار الساخنة الأصلية من القمح (الأصلية)، حبوب الإفطار الساخنة الأصلية من القمح
- **Maypo**: Instant Maple Oatmeal (حبوب الشوفان والقيقب الفورية)، Maple Vermont Style Oatmeal With Quinoa (حبوب الشوفان والقيقب بالكينوا)، Maple Oatmeal (حبوب الشوفان والقيقب على طريقة فيرمونت)
- **My Essentials**: عبوات الشوفان الفورية العادية
- **PICS**: عبوات الشوفان العادية الفورية
- **Price Rite**: عبوات الشوفان الفورية العادية
- **Quaker**: الشوفان فوري التحضير بالحديد، عبوات الشوفان فورية التحضير الأصلية
- **Shop Rite**: عبوات الشوفان فورية التحضير الأصلية،
- **Shurfine**: عبوات الشوفان فورية التحضير الأصلية
- **Signature Select**: عبوات الشوفان فورية التحضير
- **Tops**: عبوات الشوفان فورية التحضير الأصلية
- **Weis Quality**: عبوات الشوفان فورية التحضير الأصلية

## الأرز البني

ما يُمكن شراؤه:

- أي علامة تجارية
- عبوات بحجم 14-16 أوقية أو 28-32 أوقية
- أرز بني عادي في عبوات أو أكياس
- فوري أو سريع الطهي أو طهي عادي

ما لا يُمكن شراؤه:

- أرز مع إضافة سكر أو دهون أو زيوت أو ملح

## تورتيللا بالحبوب الكاملة

ما يُمكن شراؤه:

- عبوات 16 أوقية (1 رطل)
- العلامات التجارية والأنواع التالية:
- **Celias**: الذرة البيضاء، الذرة الصفراء، القمح الكامل
- **Chi Chis**: الذرة البيضاء، القمح الكامل على طريقة فاهيتا
- **Del Campo**: الذرة
- **Don Pancho**: الذرة البيضاء، القمح الكامل
- **Essential Everyday**: ذرة بيضاء ناعمة، القمح الكامل
- **Food Club**: الذرة البيضاء، القمح الكامل على طريقة فاهيتا
- **Guerrero**: الذرة البيضاء
- **Great Value**: القمح الكامل 100%، القمح الكامل
- **Hannaford**: القمح الكامل على طريقة فاهيتا
- **Herdez**: الذرة البيضاء
- **IGA**: الذرة البيضاء، القمح الكامل على طريقة تاكو
- **Key Foods**: قمح كامل
- **La Banderita**: ذرة، ذرة ناعمة، الذرة الصفراء، قمح فاهيتا كامل، قمح تاكو كامل ناعم
- **La Milpa**: تورتيللا نكستمال التقليدية
- **Mayan Farm**: قمح كامل
- **MexAmerica**: قمح كامل بالعلسل
- **Mission**: رقيق للغاية وناعم بالذرة، دقيق القمح الكامل 100%، قمح كامل على طريقة المطاعم
- **Natures Promise**: ذرة طبيعية بالكامل
- **Ortega**: قمح كامل
- **ShopRite**: قمح كامل من Trading Co
- **Shurfine**: القمح الكامل على طريقة فاهيتا
- **Siempre Autentico**: دقيق القمح الكامل
- **Signature Select**: تاكو من القمح الكامل
- **Stop and Shop**: دقيق أبيض، الذرة الصفراء، دقيق القمح الكامل
- **Tia Rosa**: تاكو من القمح الكامل
- **Tio Santi**: دقيق القمح الكامل
- **Tops**: قمح كامل
- **Weis Quality**: قمح كامل

## منتجات الخبز ذات الحبوب الكاملة

ما يُمكن شراؤه:

- عبوات 16 أوقية (1 رطل)
- العلامات التجارية والأنواع التالية:
- **America's Choice**: خبز القمح الكامل 100%
- **Arnold**: خبز القمح الكامل 100% مطحون
- **Best Yet**: خبز القمح الكامل 100%
- **Bimbo**: خبز القمح الكامل 100%
- **Bogopa**: خبز القمح الكامل 100%
- **Bowl and Basket**: خبز القمح الكامل 100%
- **Cherry Valley**: خبز القمح الكامل 100%
- **Food Lion**: خبز القمح الكامل 100%
- **Foodtown**: خبز القمح الكامل 100%
- **Jerusalem Franzoz Health Bread**: القمح الكامل 100%، قمع كامل منبّت
- **Full Circle**: خبز الكتان والحبوب
- **Gold Medal**: خبز القمح الكامل 100% بالكتان، دقيق القمح الكامل 100%
- **Gourmet**: خبز القمح الكامل 100%
- **Hannaford**: خبز القمح الكامل 100%
- **Hauswald's**: خبز القمح الكامل 100%
- **Holsum**: خبز القمح الكامل 100%
- **Ideal**: خبز القمح الكامل 100%
- **IGA**: خبز القمح الكامل 100%
- **King Kullen**: خبز القمح الكامل 100%
- **Krasdale**: خبز القمح الكامل 100%
- **Monks**: خبز متعدد الحبوب، خبز القمح بالحبوب الكاملة
- **Pas Yisroel**: خبز القمح الكامل 100% العلامة الذهبية، خبز القمح الكامل بالعلامة الخضراء، خبز بالحبوب المتعددة
- **Penn Street**: خبز القمح الكامل 100%
- **Pepperidge Farm**: Jewish Rye Whole Grain Bread (خبز الشعير اليهودي بالحبوب الكاملة)، Light Style Soft Wheat Bread (خبز القمح الناعم)، Stone Very Thin Whole Ground Whole Wheat Bread (خبز القمح الكامل المطحون)، Wheat Bread (خبز القمح الكامل الرقيق جدًا)
- **PICS**: خبز القمح الكامل 100%
- **Roman Meal**: خبز Sungrain من القمح الكامل 100%
- **Rubschlager**: 100% Rye Rye Ola Black Rye Bread (خبز شعير أسود)، 100% Rye Rye Ola Flax Bread (خبز كتان)، 100% Rye Rye Ola Whole Wheat Bread (خبز Sunflower Bread (خبز دَوّار الشمس)، 100% Whole Wheat Bread (خبز القمح الكامل 100%)، Cocktail Pumpernickel Bread (خبز Cocktail Pumpernickel)، Cocktail Rye Bread (خبز كوكتيل الشعير)، Danish Style Whole Grain Bread (خبز كوكتيل الحبوب الكاملة)، Pumpernickel Bread (خبز Pumpernickel على الطريقة الدانماركية)، European Style Whole Grain Bread (خبز الحبوب الكاملة على الطريقة الأوروبية)، Rye Rye Ola Pumpernickel Bread (خبز باميرنيكل)، Westphalian Pumpernickel Bread (خبز باميرنيكل)
- **Sara Lee**: خبز القمح الكامل 100%
- **Schmidt Old Tyme**: خبز القمح الكامل 100%
- **Schwebels**: خبز القمح الكامل 100%
- **ShopRite**: خبز القمح الكامل 100%
- **Signature Select**: خبز القمح الكامل 100%
- **Stern's**: خبز القمح الكامل 100%، لفائف القمح الكامل
- **Stop and Shop**: 100% Whole Wheat Bread (خبز القمح الكامل 100%)، No Salt Added Whole Wheat Bread (خبز القمح الكامل بدون إضافة ملح)
- **Super Bread V**: خبز القمح الكامل 100%
- **Tops**: خبز القمح الكامل 100%
- **Urban Meadow**: خبز القمح الكامل 100%
- **Weis**: خبز القمح الكامل 100% عالي الجودة
- **Windmill Farms**: Hamotzie بالقمح الكامل، خبز Mezonos بالقمح الكامل، لفائف القمح الكامل
- **Wonder**: خبز القمح الكامل 100%
- **Yossi's**: خبز بيتا بالحبوب المتعددة
- **Zomick's**: خبز Hamotzie بالقمح الكامل 100%، خبز Mezonos بالقمح الكامل 100%، لفائف القمح الكامل 100%

## معكرونة القمح الكامل

ما يُمكن شراؤه:

- عبوات 16 أوقية (1 رطل)
- العلامات التجارية التالية:
- **Allegra**
- **America's Choice**
- **Anna**
- **Barilla**
- **Bella Terra**
- **Bionaturae**
- **Bowl and Basket**
- **Brad's**
- **Cadia**
- **Campagna**
- **Colavita**
- **DeLallo**
- **Delverde**
- **Essential Everyday**
- **Fit And Active**
- **Food Club**
- **Fratelli Mantova**
- **Full Circle**
- **Garofalo**
- **Gia Russa**
- **Great Value**
- **Heartland**
- **Hodgson Mill**
- **La Molisana**
- **Landau**
- **Luigi Vitelli**
- **Mishpacha**
- **Natures Promise**
- **O Organics**
- **Pasta Isabella**
- **Pastaio**
- **Racconto**
- **Ronzoni**
- **ShopRite**
- **Shurfine**
- **Signature Select**
- **Simply Balanced**
- **Wegmans**
- **Weis**

ما لا يُمكن شراؤه:

- معكرونة مع إضافة سكر أو دهون أو زيوت أو ملح

## الفواكه والخضراوات (مخصصات القيمة النقدية)

ما يُمكن شراؤه:

- ستحدد قائمة تسوقك لدى برنامج WIC ما إذا كانت "طازجة فقط" أو "طازجة/مجمدة/معلبة"
- العضوية

## الخضراوات والفواكه الطازجة

ما يُمكن شراؤه:

- أي مجموعة متنوعة من الخضراوات والفواكه الطازجة
- كاملة أو مقطعة
- خلطات السلطة المحفوظة في أكياس، الخضراوات المحفوظة في أكياس

ما لا يُمكن شراؤه:

- الصواني المجمعة للحفلات
- أصناف من بار السلطات
- سلال الفاكهة
- خضراوات أو فواكه التزيين
- المنتجات المجففة
- المكسرات (بما يشمل الفول السوداني، وتشكيلات المكسرات/الفواكه)
- الأعشاب أو التوابل أو تينيلات السلطات

## الفواكه المجمدة

ما يُمكن شراؤه:

- أي نوع من العبوات/الحاويات
- أي حجم
- أي علامة تجارية
- يجب أن تكون الفاكهة هي المكون الأول
- أي مجموعة متنوعة من الفاكهة، مزيج الفاكهة

ما لا يُمكن شراؤه:

- بها مكونات أخرى غير الفاكهة
- مضاف إليها سكر أو عسل أو شراب

## الفواكه المعلبة

ما يُمكن شراؤه:

- أي نوع تجاري معلب في الماء أو العصير
- أي مجموعة متنوعة من الفاكهة، مزيج الفاكهة
- المنتجات المحتوية على مُحليات صناعية
- أي حجم/حاوية/عبوة (ما عدا العبوات ذات الحصة الواحدة). قد تكون الحاوية مصنوعة من المعدن أو الزجاج أو البلاستيك.
- يجب أن تكون الفاكهة هي المكون الأول
- صلصة التفاح: الأنواع "الخالية من السكر المضاف" أو "غير المحلاة" فقط

ما لا يُمكن شراؤه:

- صوص التوت البري
- حشو الفطائر
- الفاكهة المعبأة في شراب
- المضاف إليها سكريات أو ملح
- المضاف إليها زيوت/دهون
- العبوات ذات الحصة الواحدة

## الخضراوات المجمدة

ما يُمكن شراؤه:

- أي علامة تجارية
- أي نوع من العبوات/الحاويات
- بملح أو بدون
- يُسمح بالأنواع المجمدة من حبوب الفاصوليا والبازلاء والعدس
- أي حجم
- أي مجموعة متنوعة من الخضراوات، مزيج الخضراوات
- يجب أن تكون الخضراوات هي المكون الأول

ما لا يُمكن شراؤه:

- المضاف إليها سكريات أو دهون أو زيوت
- المضاف إليها صوص أو بقسماط

## الخضراوات المعلبة

ما يُمكن شراؤه:

- يمكن أن يكون النوع العادي أو منخفض الصوديوم/الملح
- أي علامة تجارية
- أي مجموعة متنوعة من الخضراوات، مزيج الخضراوات
- أي حجم
- أي حجم/حاوية/عبوة (ما عدا العبوات ذات الحصة الواحدة). قد تكون الحاوية مصنوعة من المعدن أو الزجاج أو البلاستيك.
- يجب أن تكون الخضراوات هي المكون الأول
- الطماطم المعلبة (معجون الطماطم، هريس الطماطم، الطماطم الكاملة، الطماطم المهروسة، الطماطم المطبوخة، الطماطم المقطعة مكعبات، صوص الطماطم، الصلصة)

ما لا يُمكن شراؤه:

- الخضراوات المخللة أو المضاف إليها الكريمة
- الفاصوليا المطبوخة/الفاصوليا بلحم الخنزير
- الحساء
- الكاتشب، المشهيات، الزيتون
- المضاف إليها دهون أو زيوت أو سكريات
- حبوب الفاصوليا/البازلاء/العدس الناضجة (على سبيل المثال: الفاصوليا السوداء، حبوب الحمص، الفاصوليا الحمراء)



## العصير

ما يُمكن شراؤه:

- الحجم والنوع المدرجان في قائمة تسوقك لدى برنامج WIC
- عصير بتركيز 100%
- عصير بتركيز 80% أو أكثر من فيتامين سي

ما لا يُمكن شراؤه:

- العضوي

أي علامة تجارية للمتاجر، وتتضمن أسماء المتاجر وهذه العلامات التجارية:

Shurfine •	Member's Mark •	Food Lion •	7 Select •
Signature Select •	Nature's Own •	Freedom's Choice •	Best Choice •
Super A •	Parade •	Good and Gather •	Best Yet •
Tipton Grove •	PICs •	Great Value •	Bogopa •
Urban Meadow •	Red & White •	Hytop •	Cherry Valley •
White Rose •	Sam's Choice •	Krasdale •	Essential Everyday •
	Shopper's Value •	Market Pantry •	Food Club •

## عصير للنساء

العصائر المركزة الصالحة للتخزين على الأرفف عبوات بحجم 11.5 أوقية

- Welch's: أي نكهة

العصائر المركزة المجمدة عبوات بحجم 11.5-12 أوقية

- أي علامة تجارية للمتاجر: التفاح، العنب، مزيج العصائر
- Old Orchard: التفاح، العنب، مزيج العصائر بغطاء أخضر
- Seneca: التفاح
- Spring Blend، العنب، Autumn Blend (كوكتيل الخريف)، العنب، Langers: التفاح، Summer Blend (كوكتيل الصيف)، Winter Blend (كوكتيل الشتاء)

## عصير للأطفال

العصائر المركزة المجمدة عبوات بحجم 16 أوقية

- أي علامة تجارية: التفاح، العنب، الجريب فروت، مزيج العصائر، البرتقال، الأناناس

عبوات سائلة بحجم 64 أوقية

- أي علامة تجارية: الجريب فروت، البرتقال، الأناناس
- أي علامة تجارية للمتاجر: التفاح، العنب، مزيج العصائر، الخضراوات
- Apple and Eve: التفاح، تفاح بيغ بيرد، توت كوكي مونستر، توت بري وغيره، تفاح وتوت بري، مزيج التوت البري، عنب وتوت بري، رمان وتوت بري، توت العليق والتوت البري، Elmo's Fruit Punch، عنب Grover أبيض
- Campbell's: طماطم، طماطم منخفضة الصوديوم
- Harvest Classic: تفاح، أناناس وبرتقال وتفااح، تفاح وتوت بري، مزيج التوت البري، عنب التوت البري
- Juicy Juice: تفاح، توت العليق وتفااح، توت، كرز، كوكتيل Fruit Punch، عنب، فراولة وكويو، مانجو، برتقال ويوسفي، فاكهة بائسن ودراجون فروت، خوخ وتفااح، فراولة وموز، فراولة وبطيخ، كوكتيل الفواكه الاستوائية، العنب الأبيض
- Langers: تفاح، كرز وتوت وتفااح، تفاح وتوت بري، عنب وتوت بري وتفااح، تفاح وعنب، تفاح وكويو وفراولة، تفاح وبرتقال وأناناس، توت، كوكتيل Fruit Punch، خضراوات قليلة الصوديوم، خضراوات حارة، خضراوات
- Lucky Leaf: التفاح
- Mott's: التفاح
- Musselman's: التفاح
- Northland: توت أزرق وتوت أسود وفاكهة الآساي، توت بري، توت بري وتوت أسود، عنب وتوت بري، رمان وتوت بري، توت العليق وتوت بري، توت بري ومانجو، رمان وتوت أزرق، توت أزرق وتوت العليق
- Ocean Spray: تفاح، عنب كونكورد، توت بري، توت بري وتوت أسود، توت بري وكرز، توت بري وعنب كونكورد، توت بري ومانجو، توت بري وأناناس، توت بري ورمان، توت العليق وتوت بري
- Old Orchard: رمان مع فاكهة الآساي، تفاح، تفاح وتوت بري، كوكتيل التوت، توت بري وكرز أسود، رمان وتوت أزرق، رمان وكرز، رمان وتوت بري، عنب، فراولة وكويو، برتقال ويوسفي، مانجو وخوخ، توت العليق الأحمر، فراولة وبطيخ، عنب أبيض، كرز بري
- Ruby Kist: تفاح، عنب، عنب أبيض
- Seneca: تفاح
- V8: خضراوات منخفضة الصوديوم، خضراوات حارة، خضراوات
- Welch's: عنب كونكورد، عنب أحمر، كرز سوبر، عنب أبيض، عنب أبيض وخوخ

لمزيد من المعلومات بشأن برنامج WIC في ولاية نيويورك، يُرجى زيارة: [health.ny.gov/WIC](http://health.ny.gov/WIC). هذه المؤسسة تعد مزودًا لفرص العمل بطريقة تراعي تكافؤ الفرص.