

Para Niños de 2-5 Años de Edad

Lo Que Recibirá Su Niño Cada Mes

- 3 galones de leche sin grasa o 1% baja en grasa o leche de soya,
32 oz. yogur y 1 libra de queso
- o 3 galones de leche sin grasa o baja en grasa al 1% o leche de
soya y 4 libras de tofu
- o están disponibles otras combinaciones de leche, queso, yogur
y tofu
- 36 oz. de cereal para el desayuno
- 2 lb. de granos integrales - puede escoger pan, pasta, o
tortillas de 100% trigo integral; arroz integral; tortillas
de maíz; avena; o trigo burgol (trigo partido)
- 128 oz. de jugo de fruta
- 1 docena de huevos
- 1 lb. de frijoles secos o cuatro latas de 16 oz. de frijoles o
18 oz. de mantequilla de cacahuates (maní)
- \$26 para frutas y vegetales



Florida Department of Health, WIC Program
FloridaWIC.org

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Nota: WIC es un programa de nutrición suplementario. WIC no provee todos los alimentos que su niño necesita. 10/23

