

Cambios en la Lista de Alimentos de WIC de Florida

Cereal para el Desayuno

(Breakfast Cereal)

Agregados:

Kellogg's

- Raisin Bran ★
- Frosted Mini Wheats Cocoa ★
- Special K Cinnamon & Pecan ★

Malt O Meal

- Raisin Bran ★

Post

- Bran Flakes ★
- Raisin Bran ★
- Great Grain Raisins, Dates & Pecans ★
- Great Grains Cranberry Almond Crunch ★
- Great Grains Red Berry Almond Crunch ★
- Honey Bunches of Oats with Strawberries

General Mills

- Bluey Cereal ★
- Wheaties Protein Maple Almond ★
- Wheaties Protein Honey Pecan ★
- Cheerios Hearty Nut Medley ★
- Strawberry Vanilla Chex ★

Quaker

- Mighty Life Strawberry Blueberry Bliss ★
- Mighty Life Very Vanilla Bliss ★

Marcas de la tienda

- Raisin Bran ★

Eliminados:

General Mills

- Berry Berry Kix ★ (discontinuado)
- Honey Kix ★ (discontinuado)
- Cheerios Oat Crunch Berry ★ (discontinuado)

Quaker

- Oatmeal Squares Cinnamon ★ (discontinuado)
- Life Multigrain Vanilla ★ (discontinuado)

Kellogg's

- Corn Flakes Honey Flavor

Malt O Meal

- Strawberry Cream Mini Spooners ★

Cereales calientes

- Farina Mills Creamy Hot Wheat
- Cream of Wheat 1 minute
- Cream of Rice Instant
- Jim Dandy Quick Grits

Marcas de la tienda

- Oats & More with Almonds
- Oats & More with Honey
- Crispy Hexagons
- Essentially You
- Strawberry Frosted Shredded Wheat ★

Los cereales con ★ contienen granos enteros como primer ingrediente.

Alternativas de Leche de Origen Vegetal

Agregados:

- Silk Kids Pea & Oatmilk Blend 59 fl oz

para el 1 de octubre de 2025

Granos Integrales (Whole Grains)

Agregados:

- Se permiten todos los granos integrales en hogaza, caja, bolsa o paquete de 12 a 42 oz

Marcas permitidas de pan:

Cualquier marca de la tienda - panes o bollos 100% de grano integral

Arnold

- 100% Whole Wheat Sandwich Thins
- 100% Whole Wheat Bread
- 100% Whole Wheat Buns
- 100% Whole Wheat Hot Dog Rolls
- 12 Grains and Seeds Bread
- Healthy Multi-Grain Bread

Baker's Choice

- 100% Whole Wheat Bread

Canyon Bakehouse

- Panes, muffins, bagels o bollos 100% de grano integral sin gluten

Lewis Bake Shop

- Healthy Life Whole Wheat Bread
- Whole Wheat Bread
- 1/2 Loaf Whole Wheat Bread

Martin's

- 100% Whole Wheat Potato Bread

Monks'

- Wheat Whole Grain Bread

Nature's Own

- 100% Whole Grain Bread
- 100% Whole Wheat Bread
- 100% Whole Wheat Hamburger Buns

Pepperidge Farm

- 100% Whole Wheat Cinnamon Swirl Bread
- 100% Whole Wheat Bread
- Whole Grain 15 Grain Bread
- Whole Grain Oatmeal Bread
- Whole Grain Honey Wheat Bread

Sara Lee

- 100% Whole Wheat Bread

Wonder

- 100% Whole Wheat Bread

Thomas'

- 100% Whole Wheat Bagels
- 100% Whole Wheat English Muffins

Eliminados:

- Arroz gourmet
- Avena cortada en acero

Huevos (Eggs)

Agregados:

- Mediano docena (12 cuentas)

Eliminados:

- Huevos extra grandes o jumbo
- Huevos en tamaño de 1/2 docena (6 cuentas)

Queso (Cheese)

Agregados:

- Paquete de 32 oz—el paquete de 32 oz contará como 2 paquetes de 16 oz

Eliminados:

- Paquete de 8 oz. *Nota: Si tiene 8 oz de queso en su tarjeta de WIC EBT en septiembre, cómprelo antes del 1 de octubre de 2025.*
- Quesos especiales como los que se venden en la sección de Charcutería de la tienda.

Yogur (Yogurt)

Agregados:

- Envases múltiples de 24, 48 y 72 oz de yogur reducido en grasa, bajo en grasa o sin grasa en porciones individuales—solo Originales

Eliminados:

- Yogur en tubos
- Yogur de leche entera en tamaño de 16 oz

Frijoles Secos (Dry Beans)

Agregados:

- Bolsa de 32 oz—la bolsa de 32 oz contará como 2 bolsas de 16 oz

Mantequilla de Maní o Cacahuates (Peanut Butter)

Agregados:

- Tarro de 15.5 oz

Frutas y Vegetales (Fruits/Vegetables)

Agregados:

- Hierbas de cocina frescas cortadas por la raíz o con la raíz intacta

Pescado enlatado (Canned Fish)

Eliminados:

- Pescado en bolsas
- Atún claro y salmón rosado en tamaños de menos de 5 oz
- Jurel y caballa real (Jack y King Mackerel)

Jugo (Juice)

Agregados:

- Jugo de vegetales bajo en sodio de 64 fl oz
- Jugo de tomate bajo en sodio de 64 fl oz



FloridaWIC.org

Florida
HEALTH

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.