

Pou Timoun de 2-5 Ane

Sa ke Timoun-ou Ap Resevwa Chak Mwa

3 galon lèt 1% ki gen tikras grès oswa lèt san grès oswa lèt soya, 32
ons yogout, ak 1 liv fwomaj
oswa 3 galon lèt 1% ki gen tikras grès, lèt san grès, oswa lèt soya ak
4 liv tofou
oswa lòt konbinezon lèt, fwomaj, yogout, ak tofou ki disponib
36 ons sereyal pou dejene
2 liv grenn antye – chwa de pen, pasta oswa tòtiya ki fèt avèk 100%
ble antye oswa diri mawon oswa tòtiya ki fèt avèk mayi oswa
avwàn oswa boulga (ble)
128 ons ji fwi
1 douzèn ze
1 liv pwa sèch oswa 4 ti mamit pwa de 16 ons oswa 18 ons manba
\$26 pou fwi ak legim



Florida Department of Health, WIC Program
FloridaWIC.org

Enstitisyon sa a ofri tout moun menm opòtinite a.

Sonje: WIC se yon pwogram nitrisyon siplemantè. WIC pa bay tout manje ke timoun-ou bezwen. 10/23

