

Thay đổi đối với Trợ cấp Thực phẩm WIC

Bắt đầu từ ngày 1 tháng 10 năm 2025

USDA đã thay đổi các trợ cấp WIC để mang lại cho các gia đình nhiều sự linh hoạt và lựa chọn hơn.

Trái cây và Rau quả

Các loại thảo mộc cắt tươi được cho phép.



Sữa và Sản phẩm sữa

- Bạn có thể lấy thêm sữa chua thay cho sữa.
- Trẻ em từ 12 đến 24 tháng tuổi có thể ăn cả sữa chua nguyên chất và ít béo thay vì chỉ có sữa chua nguyên chất.
- Bạn có thể lấy thêm đậu phụ thay cho sữa.
- Lượng sữa giảm.



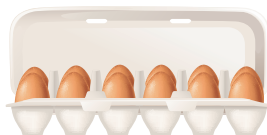
Bơ đậu phộng, đậu khô/đậu Hà Lan và đậu đóng hộp.

Những hộ gia đình bị dị ứng với đậu phộng/hạt có thể chọn các loại bơ hạt hoặc hạt khác.



Trứng

Thay vì trứng, bạn có thể có nhiều bơ đậu phộng, đậu khô hoặc đậu đóng hộp.



Ngũ cốc nguyên hạt

- Các lựa chọn bánh mì mới bao gồm bánh muffin Anh nguyên cám và bánh mì tròn nguyên cám.
- Các lựa chọn ngũ cốc nguyên hạt mới bao gồm hạt diêm mạch, gạo lứt và bột ngô.
- Lượng ngũ cốc nguyên hạt tăng lên đối với người lớn
- Lượng ngũ cốc nguyên hạt giảm đối với trẻ em.



Nước ép

- Thay vì nước trái cây, bạn có thể nhận trợ cấp tiền mặt \$3 để mua trái cây và rau củ.
- Lượng nước trái cây giảm.



Cá đóng hộp

Có cá đóng hộp cho tất cả những người từ 12 tháng tuổi trở lên.



Để biết thêm thông tin
HealthVermont.gov/WICFoodChanges

WIC WOMEN
INFANTS
CHILDREN
VERMONT DEPARTMENT OF HEALTH