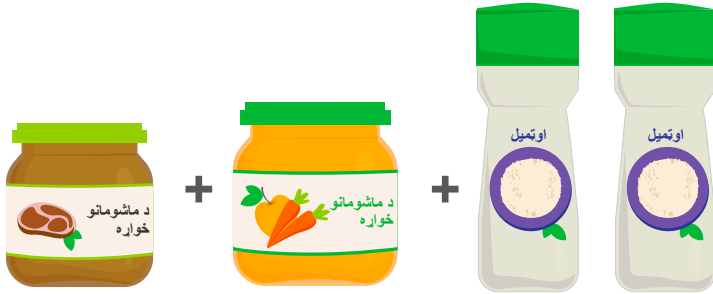


د WIC د ماشومانو په خواړو کې بدلونونه

د جنوري 1، 2025 څخه نافذ

USDA د ماشومانو په خواړو کې بدلونونه راوستلي دي-چې د ماشومانو د حبوباتو او د ماشومانو د غوښې اندازه يې راتپه کړه او د ميوو او سبزیجاتو لپاره د نغدو پيسو ارزښت گټې (CVB) يې زياتې کړې دي.

په بشپړه توگه د مور شيدې خورونکي ماشومان

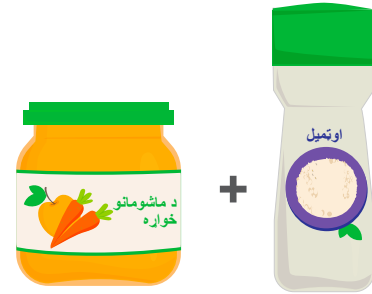


اونس يا 16 جار
(2.5 اونس په هر
جار کې)

ميوي او سبزیجات
128 اونس يا 32
جار (4 اونس په
هر جار کې) د
ماشومانو غوښه 40

د ماشومانو حبوبات
16 اونس د ماشومانو

په فارمولا شيدو تغذيه کيدونکي ماشومان



د ماشومانو ميوې او
سبزیجات
128 اونس يا 32 جار
(4 اونس په هر جار کې)

د ماشومانو حبوبات
8 اونس

سي وي بي (CVB) د تازه، منجمد يا کنسرو شويو ميوو او سبزیجاتو اخیستلو لپاره کارول کیدی شي. تاسو کولی شئ دا بدلون ستاسو د WIC په لیدنه کې وکړئ یا ستاسو د سیمه ییز WIC دفتر سره په اړیکه نیولو سره.

د 2025 کال د جنوري له 1 نېټې څخه، هغه کورنۍ چې ماشومان يې له 6 میاشتو زیات عمر لري، کولی شي د ماشومانو لپاره په بوتل کې بند شويو ميوو او سبزیجاتو خواره \$11 (نیمایي) يا \$22 (ټولې) د نغدي ارزښت گټې (CVB) سره تبادله کړي.

نیمایي تبادله کړئ یا ټوله تبادله کړئ



WIC WOMEN
INFANTS
CHILDREN
VERMONT DEPARTMENT OF HEALTH

د نورو معلوماتو لپاره
FNS.USDA.gov/WIC/Food-Packages



دا اداره د مساوي فرصتونو چمتو کونکې ده.

Pashto