

Thực Phẩm WIC Lúc Có Thai

(WIC Foods for Pregnancy - Vietnamese)

Thực Phẩm WIC mới giúp bạn và con bạn đạt nhu cầu dinh dưỡng ngày nay theo lời khuyên của người chăm sóc y tế của bạn trong lúc có thai.



Thực Phẩm WIC Mới



Ít chất béo và nhiều chất xơ



Đa dạng hơn



Giúp bạn đạt trọng lượng khỏe mạnh



Theo sát Những Chỉ Đạo về Ăn Uống, Thấp Thực Phẩm, và những lời khuyên nuôi trẻ con!

HẠT NGŨ CỐC	TRÁI CÂY và RAU	BƠ SỮA	CHẤT ĐẠM
<ul style="list-style-type: none">– Ngũ cốc tăng thêm chất sắt– Bánh mì– Thực phẩm nguyên hạt khác	<ul style="list-style-type: none">– Nước trái cây giàu sinh tố C– \$8 phiếu tiền mặt mua trái cây & rau	<ul style="list-style-type: none">– Sữa– Thực phẩm Bơ Sữa và Đậu Nành khác	<ul style="list-style-type: none">– Trứng– Đậu khô hay đóng hộp hoặc đậu Hà Lan– Bơ đậu phộng

Ăn thực phẩm WIC cho bạn khỏe mạnh và con đang lớn khỏe mạnh!

“Theo luật Liên Bang và chính sách của Bộ Nông Nghiệp Hoa Kỳ, định chế này cấm kỳ thị chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, giới tính, tuổi tác, hay tàn tật. Muốn nộp đơn khiếu tố kỳ thị, xin viết cho USDA, Director, Office of Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410 hoặc gọi (800) 795-3272 hay (202) 720-6382 (TTY). USDA là chủ nhân và nhà cung cấp cơ hội đồng đều.”