

Guía de elección rápida de eWIC - Leche

Opciones de leche:					
	Leche de vaca	Leche agria	Leche evaporada	Leche en polvo	Leche estable (UHT)

- * Sólo puede obtener leche con el contenido de grasa impreso en su recibo eWIC o en la lista de beneficios de comida.
- Usted puede elegir **cualquiera** de los tipos de leche indicados arriba (leche de vaca, leche agria, leche evaporada, leche en polvo o leche estable en almacenamiento [UHT] **leche entera** o **descremada/1%** solo si esta impresa en la lista de sus beneficios.
 - Solo puede obtener **el tipo específico de leche** impresa en la lista de sus beneficios. (leche de vaca, leche evaporada o leche estable [UHT]) **2%** solo si está impresa en su lista de beneficios.

Tamaños de leche permitidos:	Leche de vaca, leche agria, leche evaporada, leche estable (UHT):	Leche en polvo:
	<ul style="list-style-type: none"> • 1 galón = 1 galón • Medio galón = 0.5 galón • 1 cuarto = 0.25 galón • 1 (12 onzas) lata de leche evaporada = 0.25 galón 	<ul style="list-style-type: none"> • una (9.6 oz/3 cuartos) bolsa = 0.75 galón • una (25.6 oz/8 cuartos) bolsa = 2.0 galóns • una (32 oz/10 cuartos) bolsa = 2.5 galóns • una (64 oz/20 cuartos) bolsa = 5.0 galóns

Hay muchas combinaciones y diferentes formas en que puede usar sus beneficios de leche. Aquí hay unos ejemplos:

1.0 Galón		○		○		○	
	1 galón de leche		1/2 galón de leche + 1/2 galón de leche agria		4 latas de leche evaporada		9.6 oz leche in polvo + 1 cuarto de leche agria
0.75 Galón		○		○		○	
	1/2 galón de leche + 1 cuarto de leche		1/2 galón de leche + 1 cuarto de leche agria		3 latas de leche evaporada		9.6 oz leche en polvo
0.5 Galón		○		○		○	
	1/2 galón de leche		1/2 galón de leche agria		2 latas de leche evaporada		1 lata de leche evaporada + 1 cuarto de leche agria
0.25 Galón		○		○		○	
	1 cuarto de leche		1 cuarto de leche agria		1 lata de leche evaporada		1 cuarto de leche estable (UHT)

* En caso necesario, se puede adquirir leche sin lactosa, leche de soja y leche entera de cabra. Hable con un nutricionista de WIC si necesita una de estas opciones.