



통곡물류 혜택 활용 팁

- 이제 더 다양한 포장 사이즈로 통곡물 옵션을 선택할 수 있습니다.
- 통곡물 혜택을 전체 다 사용하려면 별도의 계획이 필요할 수 있습니다.
- 본 가이드를 통해 어떤 통곡물을 구입할지 계획하고 쉽게 쇼핑하세요!

팁 1



WIC 승인된 통곡물 옵션 중 가장 선호하는 2-3가지 고르기

- WIC 장보기 가이드를 통해 통곡물 옵션 살피기
- 본 안내문 뒷면에서 통곡물 옵션과 일반 포장 사이즈 목록 확인하기
- WICShopper 앱에서 “Scan Barcode(바코드 스캔)” 버튼을 사용하여 승인된 통곡물 옵션인지 확인하기

팁 2



선택한 통곡물의 포장 사이즈 체크하기

- WIC 참여자라면 매달 16oz 또는 32oz의 통곡물 구입 가능
- 혜택을 최대한 활용하려면 합산해서 최대 16oz 또는 32oz 포장 사이즈 선택하기

팁 3



혜택 최대한 활용하기!

- ★ 통곡물 선택을 자유롭게 조합하기
- ★ 전체 혜택 금액에 맞춰 사이즈 선택하기

16oz 통곡물 혜택 최대한 활용하기:

- 16oz 통곡물 옵션(예: 16oz 파스타 한 박스 또는 토르티야 한 봉지) 1개 구매

참고: 12oz 또는 14oz 통곡물 옵션(예: 14oz 현미 한 봉지 또는 12oz 햄버거 빵 한 봉지) 구매 시 일부 통곡물 혜택이 남게 될 수 있습니다.

32oz 통곡물 혜택을 최대한 활용하는 방법에 대한 몇 가지 예:

- 32oz 통곡물 옵션 1개 구매 (예: 32oz 쌀 한 봉지)
- 16oz 통곡물 옵션 2개 구매 (예: 16oz 파스타 한 박스와 16oz 빵 한 봉지)

예시 A

MEENA는 통곡물 16OZ 혜택이 있습니다. MEENA는 자신의 16OZ 혜택을 사용할 수 있는 통곡물 옵션을 찾고 있습니다.

팁 1 Meena는 현미, 통밀 햄버거 빵, 옥수수 토르티야로 요리하는 것을 좋아합니다.

팁 2 그녀는 WICShopper 앱에서 14oz 현미 1봉지, 12oz 햄버거 빵 1봉지, 또는 16oz 옥수수 토르티야 1봉지를 구매할 수 있음을 확인합니다.



팁 3 Meena는 이번에 16oz 옥수수 토르티야 1봉지를 구매하기로 선택합니다.

Meena는 모든 혜택을 사용할 수 있어 만족해합니다.

16oz 통곡물 혜택
- 16oz 옥수수 토르티야
= 0oz 미사용

예시 B

MARTA는 32OZ의 통곡물 혜택을 사용할 수 있습니다.

MARTA는 자신이 가장 좋아하는 통곡물 옵션을 고르고 싶으며, 혜택을 모두 사용하지 않아도 괜찮습니다.

팁 1 Marta는 통밀빵을 좋아합니다.

팁 2 그녀는 가장 좋아하는 통밀빵이 24oz 포장 사이즈로 판매되는 것을 보았습니다. 즉, 이 빵을 구매하면 8oz의 통곡물 혜택이 남게 됩니다.

팁 3 이번에 Marta는 통밀빵을 구매하기로 합니다.



Marta는 일부 혜택을 사용하지 못하게 된다는 사실을 알고 있지만, 선호하는 빵을 살 수 있어 만족해합니다.

32oz 통곡물 혜택
- 24oz 통밀빵
= 8oz 미사용

일반 통곡물 포장 사이즈

곡물 종류	가장 일반적인 포장 사이즈:	일반적이지 않은 포장 사이즈:
빵류	24oz	16oz, 18oz, 20oz, 21oz, 22oz, 26oz, 27oz
햄버거 번	12oz, 14oz	16oz, 18.5oz, 21oz
핫도그 번	16oz	24oz
귀리	16oz, 24oz, 42oz	18oz, 25oz, 28oz
현미	14oz, 16oz, 32oz	42oz
토르티야	16oz	9oz, 10.84oz, 12.6oz, 25oz, 37.5oz
파스타	16oz	