



COMPRE

Debe ser

Trozos de atún ligero en agua, peso neto 5 oz a 6 oz (sin escurrir)

Salmón rosado, 5 oz a 14.75 oz

Sardinas en agua, 3.75 oz a 4.4 oz



Puede escoger

Cualquier marca

Sin espinas

Bajo en sodio

Sin sal añadida

Sin piel

Capturado en medio silvestre

NO COMPRE

Adicionado con sabores, alimentos o especias

Atún albacor

Sardinas brisling

Seco

Especialidad

Filete

Bolsas o sobres de aluminio

Fresco

Congelados

En frasco de vidrio

Estilo gourmet

Macarela

Capturado con línea o poste

Orgánico

Plástico

Salmón rojo

Ahumado

Paquetes de refrigerio

Atún blanco sólido o en trozos

Salmón o filete de atún de especialidad

Atún tongol

Atún aleta amarilla

CONSEJO DE COMPRA

Puede escoger una combinación de atún ligero en trozo, salmón rosado o sardinas hasta la cantidad en onzas (oz) impresa en el cheque de WIC. Ejemplos:

