

**El propósito de esta tarjeta es ayudarlo/a a encontrar las marcas permitidas de pan y tortillas. Las marcas mencionadas pueden que no se encuentren en todas las tiendas. Se pueden comprar otras marcas en caso que la etiqueta coincida con el texto especificado en esta tarjeta y con la *Guía de Alimentos Aprobados por WIC*.**



## **PAN • PANECILLOS**

### **SE PERMITE:**

Cualquier marca con la etiqueta “100% trigo integral”  
Bolsas de 16 onzas (1 libra) o menos

Los siguientes son ejemplos de marcas permitidas:

- Cualquier marca de tienda (por ejemplo, Food Club, Our Family)
- La marca de la panadería de la tienda
- Arnold Sandwich Thins (incluyendo “Fill’ems”)  
(Pan en rodajas finas para emparedados Arnold)
- Bimbo Bread
- Bunny Bread (Pan Bunny)
- Butternut Bread (½ paquete)
- EarthGrains Thin Buns (Pan en rodajas finas EarthGrains)
- Family Choice Bread (Pan Family Choice)
- Healthy Life Bread y Buns (Original, Blando)
- Pepperidge Farm Bread (Stone Ground (Molido por piedras),  
Very Thin Sliced Soft (Blando en rodajas muy finas), Soft (Blando),  
Cinnamon with Raisins Swirl (Canela con rociado de Pasas de Uva),  
Deli Flats (Rodajas Finas para Emparedado), Thin Rolls (Panecillos finos)
- Sara Lee Bread (Clásico), Pan de hamburguesas y para salchichas
- Village Hearth Bread (Pan Village Hearth)
- Weight Watchers Bread
- Wonder Bread (Blando)

### **NO SE PERMITE:**

- Pan bagel, panecillos, pan de pita
- Muffins Inglés, muffins
- Masas congeladas, pan congelado y bollería
- Sin azúcar o con Splenda, Doble-Fibra o con Linaza (Flaxseed)
- Orgánico



## TORTILLAS/ARROLLADOS

### SE PERMITE:

Paquete de 16 onzas (1 libra) o menos

#### Blandas de Maíz:

- Cualquier marca
- Blanca o amarilla

#### Trigo Integral:

- Cualquier marca con la etiqueta "Trigo Integral"

#### Los siguientes son ejemplos de marcas permitidas:

- Cualquier marca propia de la tienda (por ejemplo, Roundy's)
- Bucky Badger
- Chi Chi's
- El Rey
- Frescados
- La Banderita
- Mission (excepto Life Balance)
- Ortega

### NO SE PERMITE:

- Tortillas crujientes de maíz/tortillas para tacos
- Bajas en carbohidratos
- Orgánicas