Healthy Milk *Choices*

Opciones saludables de leche

Starting with checks issued September 29, women and children 2–5 years old can buy **only 1% lowfat milk or nonfat (fat free, skim) milk.**

A partir de que se emitan los cheques el 29 de septiembre, las mujeres y los niños de entre 2 y 5 años podrán comprar **únicamente leche baja en grasa al 1% o leche sin grasa (descremada).**

1% lowfat and nonfat milk have:

Lots of flavor. Lots of calcium, protein and vitamin D.
Less fat and calories.

La leche baja en grasa al 1% y la leche descremada tienen:

Mucho sabor. Mucho calcio, proteína y vitamina D.
Menos grasa y calorías.

CALIFORNIA WIC
WOMEN, INFANTS & CHILDREN
Families grow healthy with WIC

California WIC Program, California Department of Public Health
This institution is an equal opportunity provider.
1-800-852-5770 #940208

CDPH