

Free or Low-Cost Food for San Mateo County Residents

Alimentos gratuitos o de bajo costo para los residentes del condado de San Mateo

San Mateo 县居民免费或低价食品本信

 smcgov.org/food



Meals for Students

Comidas para estudiantes

学生食物

Free Meal Pick-Up Locations for K-12 School Children

Locales de recolección de comida gratuita para niños en etapa escolar K-12

幼儿园至12年级儿童免费食物领取地点


As summer formally begins, meals should continue to be served at some locations for families with children under 18 during school closures. Some sites provide meals to any child, while others have certain eligibility requirements.

Muchas escuelas siguen proporcionando comidas para familias con niños menores de 18 años durante el cierre de las escuelas. Algunos locales le brindan comidas a cualquier niño, mientras que otros tienen ciertos requisitos de elegibilidad.

许多学校在闭校期间继续为18岁以下儿童的家庭提供食物。部分地点为所有儿童提供食物,而有些地点有资格要求。

Second Harvest of Silicon Valley:

 www.shfb.org/summermeals

 "FOOD" to 876-876

 1-800-984-3663

Food for College Students

Comidas para estudiantes universitarios

院校学生食物

San Mateo Community College District schools are making groceries available for college students.

En las escuelas del distrito de universidades comunitarias del condado de San Mateo, se ponen alimentos a la disposición de los estudiantes universitarios.

San Mateo 社区学院区学校正在为院校学生提供食物

 <https://hsa.smcgov.org/food-resources>

 SparkPoint at Cañada College: (650) 381-3550

 College of San Mateo: (650) 574-6396

 Foothill College: (650) 949-7241



COUNTY OF SAN MATEO

General Food Assistance

San Mateo County Resources to End Hunger

Get help putting food on the table. Find out which food programs you are eligible for.

<https://hsa.smcgov.org/food-resources>

Asistencia alimentaria general

Recursos del condado de San Mateo para poner fin al hambre

Obtenga ayuda para llevar comida a la mesa. Conozca para qué programas de alimentos es elegible.

- Daly City, Colma, Broadmoor: Daly City Community Services Center (650) 991-8007
- East Palo Alto, Menlo Park: Samaritan House South (650) 294-4312
- Montara, Moss Beach, El Granada: Coastside Hope (650) 726-9071
- Pacifica: Pacifica Resource Center (650) 738-7470
- San Mateo, Belmont, Burlingame, Foster City, Hillsborough, Millbrae, San Carlos: Samaritan House (650) 347-3648
- Pescadero, La Honda, Loma Mar, San Gregorio: Puente (650) 879-1691
- Redwood City, North Fair Oaks, Portola Valley, Woodside, Atherton: Fair Oaks Community Center (650) 780-7500
- South San Francisco, Brisbane, San Bruno: YMCA Community Resource Center (650) 276 4101

一般食物援助

San Mateo 县消除饥饿的资源

需要帮助获取食物。查看您有资格参加哪个食品计划。



SECOND HARVEST
of SILICON VALLEY

Second Harvest is committed to providing free healthy food to anyone in need at food distribution sites, regardless of citizenship or immigration status, ethnicity or sexual orientation.

Second Harvest se compromete a brindarle a cualquier persona necesitada alimentos saludables gratuitos en los sitios de distribución de alimentos, independientemente de su ciudadanía o estado migratorio, origen étnico u orientación sexual.

Second Harvest 将在食物分发点为所有有需要的人士提供免费健康食品，不分国籍或移民身份、种族或性取向。

www.shfb.org/get-food/



CalFresh provides nutrition assistance to people with low income. It can help buy nutritious foods for a better diet. If approved, a monthly dollar amount is placed on a debit-like card to help you add to your monthly food budget.

CalFresh brinda asistencia nutricional a personas de bajos ingresos. Puede ayudarlo(a) con la compra de alimentos nutritivos para tener una mejor dieta. Si recibe la aprobación, se carga un monto mensual en dólares en una tarjeta similar a una tarjeta de débito, para que pueda sumarlo a su presupuesto mensual de alimentos.

CalFresh 为低收入人群提供营养援助。此举有助于购买营养食品，以改善饮食。如获批准，借记卡每月将获得一笔美元，帮助您增加每月的食品预算。

<https://hsa.smcgov.org/calfresh>

(800) 223-8383



Are you pregnant or have kids under 5? We can teach you how to cook healthy, delicious food—and help you afford it. We can also help you learn how to breastfeed so your baby eats healthy too, all for free.

¿Está embarazada o tiene hijos menores de 5 años? Podemos enseñarle cómo cocinar alimentos saludables y deliciosos y ayudarla a pagarlos. También podemos ayudarla a que aprenda a amamantar, así su bebé también puede comer sano, todo de forma gratuita.

您是否怀孕或有5岁以下的孩子? 我们可以教您如何烹饪健康、美味的食物，使您能够买得起这些食物。此外，我们还可以为您提供母乳喂养指导，让您的宝宝吃得健康。这些服务全部免费提供。

<https://www.smchealth.org/wic>

(650) 573-2168

smcgov.org/food