

WORLD BREAST FEEDING WEEK-2024

From Aug 01 to Aug 07





















1) MILK - பால்

2) GARLIC - பூண்டு 3) RAGI - கேழ்வரகு

4) OATS - ஓட்ஸ்

5) CHOW CHOW
செள செள ச

06/08/24
12:39 pm



4) OATS- ஓட்ஸ்

5) CHOW CHOW –
சௌ சௌ காய்

7) BOTTLE GOURD –
சுரைக்காய்

10) DAILY WATER 3 – 4 LITRES –
தினமும் 3-4 லிட்டர்
தண்ணீர்

11) FENUGREEK –
வெந்தயம்

12) SPINACH- கிரை

06/08/24
12:39 pm