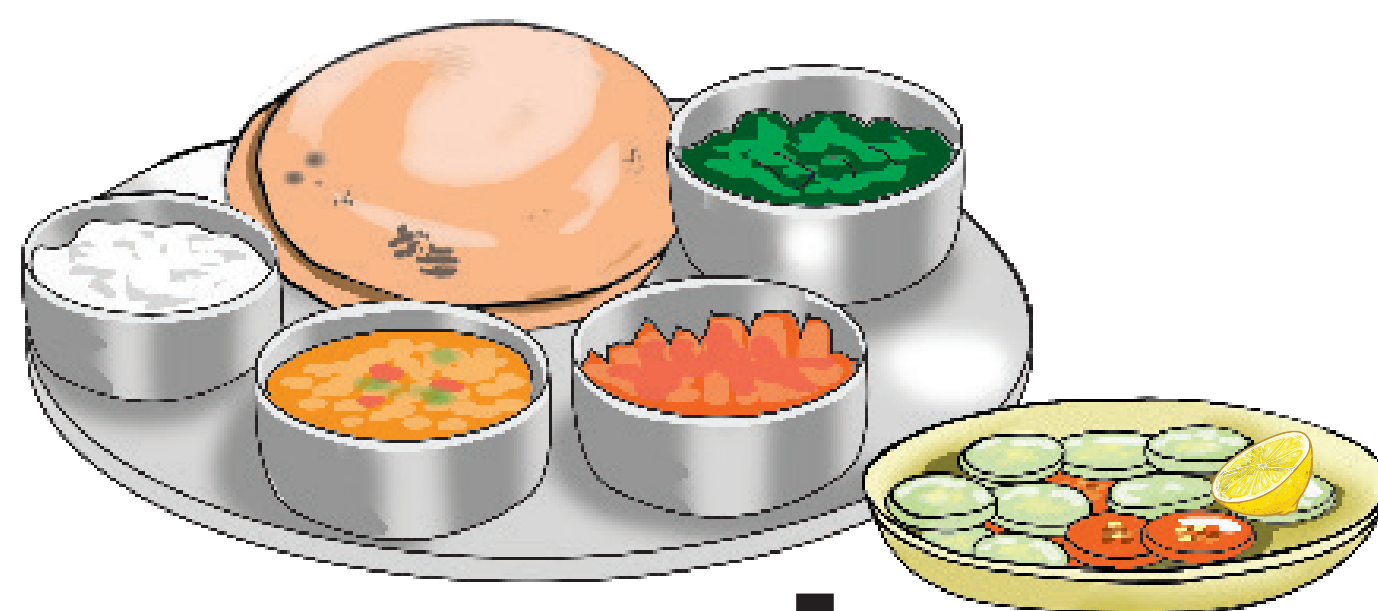




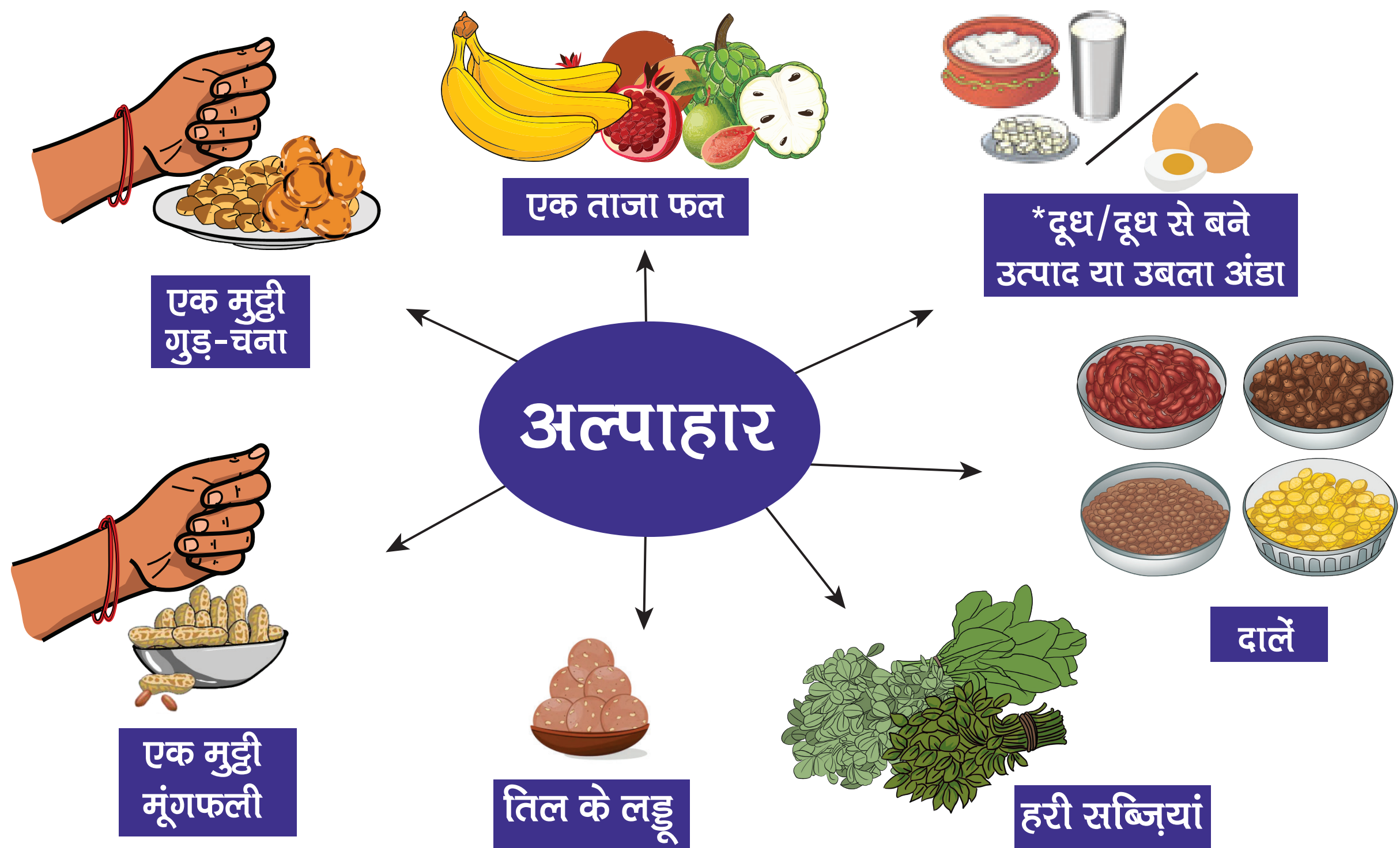
दो वक्त का खाना समझो अपने लिए,
बाकी खाओ आने वाली चैम्पियन के लिए



दिन में 3 बार
सामान्य भोजन



सामान्य भोजन के अलावा बीच-बीच में अल्पाहार लें



*शाकाहारी परिवारों को अतिरिक्त दूध और दूध के उत्पादों का सेवन करना चाहिए।

**चैम्पियन री माँ,
थोड़ी और खा, थोड़ी बेहतर खा!**

अधिक जानकारी के लिए
अपने निकटतम आंगनवाड़ी केंद्र पर संपर्क करें



महिला एवं बाल विकास विभाग, राजस्थान सरकार

IPE GLOBAL
Expanding Horizons. Enriching Lives.

CIFF
CHILDREN'S
INVESTMENT FUND
FOUNDATION