

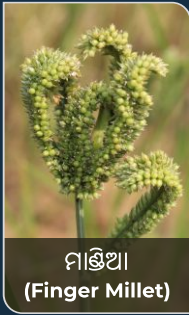


ମିଶନ
ଶକ୍ତି

ଆମ ଶକ୍ତି, ମିଲେଟ୍ ପୁଷ୍ଟି



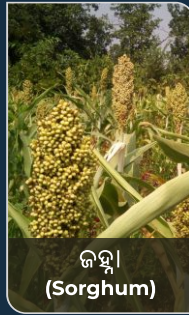
ଆସନ୍ତୁ ବିଭିନ୍ନ ପୁଷ୍ଟିଗଣ୍ୟକୁ ଜାଣିବା



ମାଣ୍ଡିଆ
(Finger Millet)



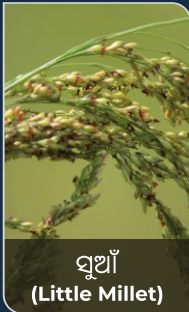
କାଞ୍ଜୁ
(Foxtail Millet)



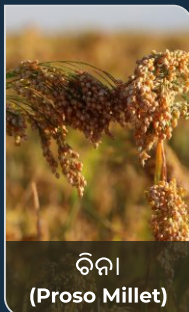
ଜହ୍ନୁ
(Sorghum)



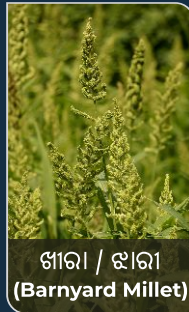
ବାଜରା
(Pearl Millet)



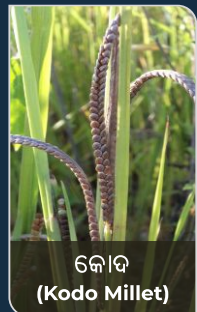
ସୁଆଁ
(Little Millet)



ଚିନା
(Proso Millet)



ଖୀରା / ଝାରୀ
(Barnyard Millet)



କୋଦ
(Kodo Millet)

ପୁଷ୍ଟିଗଣ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକର



ମାଣ୍ଡିଆ ରେ ରହିଛି କ୍ଷୀର ତୁଳନାରେ
୩ ଗୁଣା ଅଧିକ କ୍ୟାଲସିୟମ୍



ବାଜରା ରେ ରହିଛି ଚାଉଳ ତୁଳନାରେ
୬ ଗୁଣା ଅଧିକ ଲୌହ



କୋଦ ରେ ରହିଛି ଗହମ, ଚାଉଳ ଓ ମକା
ତୁଳନାରେ ୩ ଗୁଣା ଅଧିକ ତନ୍ନୁ



ଗ୍ଲୁଟିନ୍ ମୁକ୍ତ



ଅଧିକ ଏଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାନ୍ଟ୍ ଓ ମିନେରାଲ୍ ସୁକ୍ତ



କୋଲେଷ୍ଟେରଲ୍ କୁ କମ୍ କରିଥାଏ



ଚୂକକ୍ ଓ ଯକୃତର କାର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷମତା କୁ ବୃଦ୍ଧି
କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ



ସ୍ୱଳ୍ପ ଗ୍ଲାଇସେମିକ୍ ଇଣ୍ଡେକ୍ସ୍ ସୁକ୍ତ