

# Ang Vita Mix ay:

- Dagdag sustansyang inihahalo sa lutong pag kain ng mga batang may edad 6-59 buwan.
- Tumutulong sa tamang paglaki at pag-iwas sa micronutrient deficiency.
- Pinalalakas ang resistensya
- Pampagana
- Binubuo ng 15 na bitamina at mineral:

## ***Mga Bitamina***

1. **Bitamina A** pinapalakas ang resistensya at pampalinaw ng mata
2. **Bitamin B12** pampagana
3. **Bitamina C** pampalakas ng resistensya
4. **Bitamina D** pampalakas ng mga buto at ngipin
5. **Bitamina E** tagapag-alaga ng body tissues
6. **Folic Acid** mahalaga sa pagbuo ng red blood cells

***Mga bitaminang tumutulong sa carbohydrates, taba at protina upang maging enerhiya:***

7. **Bitamina B1**
8. **Bitamina B2**
9. **Bitamina B3**
10. **Bitamina B6**

## ***Mga Mineral***

11. **Iron** nagdadala ng oxygen sa iba't ibang bahagi ng katawan
12. **Iodine** nagpapatalas ng isipan
13. **Copper** tumutulong sa wastong pag gamit ng iron sa katawan
14. **Zinc** panlaban sa impeksyon
15. **Selenium** pinapalakas ang resistensya

***Ang Vita Mix ay hindi gamot sa anumang uri ng sakit.***

# Paraan ng paggamit



Mula sa nilutong pagkain ng pamilya, kumuha ng tamang dami ng pagkain para sa isang kainan ng inyong anak na edad 6-59 na buwan. Karaniwang binibigay sa mga bata ay semi-solid



Kunin ang isang pakete ng Vita Mix. Siguruhing selyado ang pakete bago buksan, huwag gamitin kung may punit o sira.



Ibudbod ang laman ng Vita Mix sa pagkain.



Haluin ng mabuti ang pagkain at Vita Mix.



Isubo sa inyong anak ang pagkaing may Vita Mix at tiyaking kumportable at masaya sya habang kumakain.

