

**WORLD BREAST FEEDING  
WEEK-2024**

---

**From Aug 01 to Aug 07**



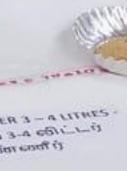






தாய்ப்பால் சுரக்க உதவும் உணவுகள்

FOODS THAT PROMOTE BREAST MILK SECRETION (GALACTOGOGUES)



2) GARLIC - கீரைகுரு 3) RAGI - கெழ்வரகு

4) OATS - ஓட்ஸ்

5) CHOW CHOW - செள செள காய்

7) BOTTLE GOURD - கரைக்காய்

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

11) GREEN GREEK - வெந்தயம்

12) SPINACH - கீரை

06/08/24 12:39 pm







திரு. எஸ்.என்.சி. மருத்துவமனை, திருநெல்வேலி  
உலக தாய்ப்பால் வாரம் - உலக சுகாதார மைய நோக்கம்

உலக தாய்ப்பால் வாரம் 1-7 அக்டோபர் 2024

WORLD BREAST FEEDING WEEK

CLOSING THE GAP

BREAST FEEDING SUPPORT FOR ALL

05/08/24  
12:05 pm



06/08/24  
12:33 pm





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 –  
செள செள 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