

**DAILY NUTRITION
FOR A BETTER YOU**



Immunity Support -
Antioxidants



Natural Energy - Fight
Fatigue



Digestive Wellness -
Supports Gut Health



Healthy Skin & Hair -
Nourishes From Within



Healthy Bone -
High In Calcium



Socio Care

Tasty Moringa Health Mix

— Nature's Superfood —



Socio Care

NOURISHING

Product Purely Prepared
With Traditional Rice / Millet



🌿 Good For You, Good For The Planet 🌿

🌱 Sustainably Sourced 🌱 Environment Friendly 🌱 Supporting Communities

🌱 Plant Based Whole Food 🌱 No Preservatives, Gluten

Net.Wt: 200 Grams



Socio Care

Tasty Moringa - Health Mix

Ingredients

Moringa Leaves, Ragi, Kavuni Rice, Cashew, Almonds, Dry Ginger, Cardamom.

How to Prepare

1 Serving (20 G)

Mix 2 Table Spoon (20 G) With 150 Ml Water Or Milk. Simmer Gently For 4-5 Minutes, Stirring Continuously Until Smooth. Sweeten To Taste With Jaggery, Palm Sugar, Or Honey. Serve Warm.

Pro Tip: For A Rich Café-style Moringa Latte, Prepare With Milk And Your Preferred Natural Sweetener.



Mix

Mix 2 Table Spoon (20 G) Of Tasty Moringa Health Mix With 150 Ml Water Or Milk



HEAT

Heat The Mix On Low Flame For 4-5 Minutes. Stir Continuously.



BOIL & SERVE

Bring To a Gentle Boil While Stirring To Prevent Lumps. Sweeten To Taste & Serve Warm.

தயாரிக்கும் முறை

- ஒரு டம்ளரில் 150 மில்லி தண்ணீர் அல்லது பால் எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- அதில் 2 தேக்கரண்டி (20 கிராம்) டீஸ்ட்டி முருங்கை சத்து மாவு சேர்த்து, கட்டிகள் இல்லாதவாறு நன்கு கலக்கவும்.
- பின்னர் இந்தக் கலவையை அடுப்பில் வைத்து, தொடர்ந்து கிளறிக்கொண்டே 4-5 நிமிடங்கள் கொதிக்க விடவும்.
- சுகரி பதத்திற்கு வந்தவுடன் அடுப்பிலிருந்து இறக்கவும்.
- தேவைக்கேற்ப சர்க்கரை, பனங்கற்கண்டு அல்லது தேன் சேர்த்து கலந்து பருகலாம்.

*குறிப்பு: சிறந்த சுவை மற்றும் சீரான பதத்திற்கு, சத்து மாவை முதலில் குளிர்ந்த தண்ணீர் அல்லது பாலில் நன்கு கரைத்து, பின்னர் கொதிக்க வைப்பது பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.

Nutritional Value

Name Of The Test	Units	Results	RDA Contribution for 20 (Serving size)
Added Sugar	%	18.0	7.2
Calcium (as Ca)	mg / 100 gm	781	15.6
Energy	Kcal / 100 gm	417	4.2
Iron (as Fe)	mg / 100 gm	2.3	2.6
Magnesium (as Mg)	mg / 100 gm	112	5.6
Potassium (as K)	mg / 100 gm	233	-
Protein	% (m/m)	27.3	0.16
Sodium (as Na)	mg / 100 gm	40	16
Total Carbohydrates	%	59.4	0.59
Total Fat	%	7.8	0.52
Total Sugar (as Sucrose)	%	20.8	6.2

MRP :

Mfg. Date :

Exp. Date :

Batch. No :

Manufactured By

M/s. Socio Care International,

Office Address: No.A11, Jayabharath Metro City, Manalur, Thiruppuvanam(TK), Sivagangai, Tamil Nadu - 630 611.

Factory Address: No.A02, Jayabharath Metro City, Manalur, Thiruppuvanam(TK), Sivagangai, Tamil Nadu - 630 611.

☎ 99429 83167 | 82488 67138