

**DAILY NUTRITION  
FOR A BETTER YOU**



Immunity Support -  
Antioxidants



Natural Energy - Fight  
Fatigue



Digestive Wellbeing -  
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



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: 100 Grams



Approved



Products Tested By  
NABL Lab

## 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 பாஸ் எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- அதில் 2 தேக்கரண்டி (20 கிராம்) டேஸ்டி மூலாங்கை சத்து மாவு சேர்த்து, கட்டிகள் இல்லாதவாறு நன்கு கலக்கவும்.
- பின்னர் இந்தக் கலவையை அடுப்பில் வைத்து, தொடர்ந்து கிளறிக்கொண்டே 4-5 நிமிடங்கள் கொதிக்க விடவும்.
- உருசி பதத்திற்கு வந்தவுடன் அடுப்பிலிருந்து இறக்கவும்.
- தேவைக்கேற்ப சர்க்கரை, பனங்கற்கண்டு அல்லது தேன் சேர்த்து கலந்து பருகலாம்.

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

#### Nutritional Value

| Name Of The Test         | Units            | Results | RDA<br>Contribution<br>for 20<br>(Serving size) |
|--------------------------|------------------|---------|-------------------------------------------------|
| Added Sugar              | %                | 18.0    | 7.2                                             |
| Calcium (as Ca)          | mg /<br>100 gm   | 181     | 15.6                                            |
| Energy                   | Kcal /<br>100 gm | 417     | 6.2                                             |
| Iron (as Fe)             | mg /<br>100 gm   | 2.3     | 2.6                                             |
| Magnesium (as Mg)        | mg /<br>100 gm   | 112     | 6.6                                             |
| Potassium (as K)         | mg /<br>100 gm   | 333     | -                                               |
| Protein                  | %<br>(m/m)       | 27.3    | 8.16                                            |
| Sodium (as Na)           | mg /<br>100 gm   | 46      | 16                                              |
| Total Carbohydrates      | %                | 20.4    | 8.08                                            |
| Total Fat                | %                | 7.8     | 6.02                                            |
| Total Sugar (as Sucrose) | %                | 28.8    | 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