

ಸಂಜೆಯ ಮೋಜಿಗಾಗಿ ಕೆಲಾಗ್ ಚೋಕೋಸ್

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಬಗೆಬಗೆಯ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಗ್ಯಾಜೆಟ್ಸ್ ಮತ್ತು ಗೇಮಿಂಗ್ ಪಾರ್ಲರ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬಗೆಬಗೆಯ ಆಟಗಳು, ಇಂದಿನ ಮಕ್ಕಳ ಮೋಜಿನ ಅರ್ಥವನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಿಬಿಟ್ಟಿವೆ. ಈಗ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಫೋನ್ ಯಾವುದೆಂದು ನೀವು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಮಗನಿಗೆ ಅಥವಾ ಮಗಳಿಗೆ ಅದು ಆಗಲೇ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿನ ಹೊಸ ಹೊಸ ಗ್ಯಾಜೆಟ್‌ಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ಮಾಹಿತಿ ಒದಗಿಸುವರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಪರಿವಾರದ ಅತ್ಯಂತ ಕಿರಿಯ ಸದಸ್ಯರೇ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಈಗಿನ ಮಕ್ಕಳು ಮುಂಚಿನವರಂತಲ್ಲ. ಇವರು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ, ಟೆಕ್ನಾಲಜಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಸವಾಲುಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಶಾಲೆಯ ಕ್ರಿಯಾಕಲಾಪಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ತದನಂತರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹವ್ಯಾಸ, ಹೋಮ್‌ವರ್ಕ್, ಆಟೋಟಿ, ಪಠ್ಯೇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಹಾಗೂ ಮಿತ್ರರೊಂದಿಗೆ ಕಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಹೊಸ ಪೀಳಿಗೆಯ ಹೊಸ ಯುಗದ ಜೀವನಶೈಲಿ. ಇದು ಎಷ್ಟೆಲ್ಲ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಹಾಗೂ ಸಾಧನೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ!

ಹೀಗಿರುವಾಗ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಯುವ ಸಾಧಕನಿಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲೂ - ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಪೋಷಕ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ - ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದನ್ನೇ ನೀಡುವ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು ತಾನೇ! ಏಕೆಂದರೆ, ದಿನದ ಉತ್ತರಾರ್ಧ ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ಮಹತ್ವದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಮಗ ಅಥವಾ ಮಗಳು ಅಪರಾಹ್ನ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಅಷ್ಟೇ ಚೈತನ್ಯಶೀಲರಾಗಿರಲು ಅವರ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಯ ಪೂರೈಕೆ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ದಾರ್ಡ್ನತೆ, ಮಾನಸಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಚುರುಕುತನ ಎದ್ದುಕಾಣಲು, ಅವರಿಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದದ್ದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ರಾಜಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಹಾಲು, ಬೇಳೆಕಾಳು, ನಟ್ಸ್ ಮತ್ತು ಹಣ್ಣುಹಂಪಲು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಲಭ್ಯವಿರುವುದರಿಂದ, ಇವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಸಂಜೆಯ ಉಪಹಾರವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ತಯಾರಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಅಲ್ಲದೆ, ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿಗೆ ಬೇಳೆಕಾಳುಗಳ ಮೂಲಕ ಧಾನ್ಯಗಳ ಪೋಷಕಾಂಶವನ್ನು ಕೂಡ ನೀಡಿರಿ. ಇವು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯವಾದ ವಿಟಮಿನ್‌ಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಖನಿಜಾಂಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ರಿಫೈನ್ಡ್ ಕಾಳುಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಸ್ಟ್ರಾಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಈ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ನಾಶಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕೆಲಾಗ್ ಚೋಕೋಸ್ ಪ್ಯಾಕ್ ಕೇವಲ ರೂ. 10ಕ್ಕೆ ಲಭ್ಯವಿದ್ದು, ಇದನ್ನು ಧಾನ್ಯದಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಇದು ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಈ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ, 11 ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕ ವಿಟಮಿನ್ಸ್ ಮತ್ತು ಖನಿಜಾಂಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಚೋಕೋಸ್ ಅನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದು ಅತಿ ಸುಲಭ; ಇದು ಎಷ್ಟೊಂದು ರುಚಿಕರವೆಂದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರತಿದಿನ ಸಂಜೆಯ ಉಪಹಾರಕ್ಕೆ ಇದನ್ನೇ ಬಯಸುವುದು ಖಂಡಿತ! ಇದಕ್ಕೆ ಬರೇ ಹಾಲು ಸೇರಿಸಿದರಾಯಿತು, ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಇದನ್ನು ನಾಣುಂದು ತಾಣುಂದು ಎಂದು ಮುಗಿಸಿಬಿಡುವರು. ಚಿಕ್ಕ ಪ್ಯಾಕ್‌ಗಳು ಕೂಡ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪೋಷಕಾಂಶಭರಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ!



ಈಗ ಸಂಜೆಯ ತಿಂಡಿ ರುಚಿಕರ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಟಿಕ.

10/-

ಎಮ್ ಆರ್‌ಪಿ (ಎಲ್. ತೆರಿಗೆಗಳು ಸೇರಿ) ರೂ. 10/-, 30 ಗ್ರಾಮ್ ನಿವ್ವಳ ತೂಕಕ್ಕೆ.

ಈಗ ಹೋಲ್‌ಗ್ರೇನ್‌ನಿಂದ

ತಯಾರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ



* ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಸಂತುಲಿತ ಆಹಾರದ ಹಾಗೂ ಸಿಕ್ಕಿಯು ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಕೆಲಾಗ್ ಚೋಕೋಸ್ ಸೇವಿಸಿರಿ.