

GIVE THE DONATION OF HEALTH THIS VAISAKHI

ਇਸ ਵੈਸਾਖੀ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਦਾਨ ਦੇਵੋ



VEGETABLES

ਸਬਜ਼ੀ



FRUIT

ਫਲ



1%

2%

MILK

ਦੁੱਧ



LENTILS / BEANS

ਦਾਲ / ਬੀਨਜ਼



GRAINS

ਕਣਕ