

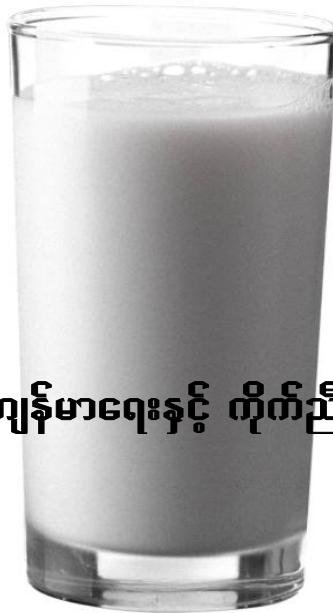
Low fat milk is a Healthy choice for you and your family.

အဆီနည်းနို့ရည်သည် သင်နှင့်သင့်မိသားစု အတွက် ကျန်းမာသော ရွေးချယ်မှုဖြစ်သည်။

Language: Burmese

နို့အားလုံးတွင်-

- အပူနည်းသွားခိုင်မာစေသော ကယ်လ်စီယမ်နှင့် ဗိုင်းတမင်ဒီ
- ကြွက်သားကြီးထွားစေသော ပရိုတိန်း
- နှလုံးခုန်နှုန်းမှန်စေသော ကယ်လ်စီယမ် ပိုတင်ရှမ် မက်နီဂျစ်တို့ပါဝင်သည်။



အဆီနည်းနို့တွင် -

- ကယ်လ်စီယမ်နှင့် ဗိုင်းတမင်ဒီ
- ပရိုတိန်း
- ဗိုင်းတမင်များနှင့် တွင်းထွက်မိတ်ပါဝင်ပြီး
- အဆီ နှင့် ကယ်လိုရီပိုနည်းသည်။

နှလုံးနှင့် ရင်းနှီးသော၊ ကျန်မာရေးနှင့် ကိုက်ညီသော နို့ ကိုသောက်ပါ။



အဆီနည်းသောနို့ရည် သောက်မလား။
အိန္ဒိယလုပ်ဖို့ အောက်ပါအတိုင်းအချိန်ယူပါ။

အဆင့် [၁] ပုံမှန်နို့ရည်နှင့် အဆီလျော့နို့ရည် [၂%]
ရောပြီးရက်အနည်းငယ်သောက်ပါ။

အဆင့် [၂] အဆီလျော့နို့ရည် [၂%] နှင့် အဆီနည်းနို့ရည် [၂%] ရောပြီး
အရက် နည်းငယ်သောက်ပါ။

အဆင့် [၃] ကြိုက်ရင်အဆီနည်းနို့ [၁%] ဆက်သောက်ပါ။
ဒါမှမဟုတ် အဆီလုံးဝကင်းသော နို့ကိုသောက်ပါ။

အဆင့် [၄]

အမျိုးသား နို့ထွက်ပစ္စည်း ကောင်စီ၏အဖွဲ့ဖြေဖြတ်ဖြင့် ပြန်လည်ပြုပြင်သည်။

"In accordance with Federal law and U.S. Department of Agriculture policy, this institution is prohibited from discriminating on the basis of race, color, national origin, sex, age, or disability. To file a complaint of discrimination, write USDA, Director, Office of Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410 or call (800) 795-3272 or (202)720-6382 (TTY). USDA is an equal opportunity provider and employer."

ဗဟိုဥပဒေနှင့် U.S. စိုက်ပျိုးရေးဌာနပေါ်မိမိအရာ၊ ဤအဖွဲ့အစည်းသည် လူမျိုးအရောင်း၊ နိုင်ငံ၊ လိင်၊ အသက်နှင့် မသန်မစွမ်းခြင်းကြောင့် လူတန်းစားခွဲခြားမှု တားမြစ်သည်။
လူတန်းစားခွဲခြားမှုကို တိုင်ရန် USDA, Director, Office of Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington DC 20250-9410 သို့စာရေးပါ။ ဒါမှမဟုတ် (၈၀၀) ၇၉၅-၃၂၇၂(သို့) (၂၀၂) ၇၂၀-၆၃၀၂ [မျက်မမြင်များအတွက်] ဖုန်းအိမ်ပါ။ USDA သည် တန်းထူအခွင့်အရေး ပေးသူခန့်သူဖြစ်သည်။