

কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডার

এখনই অর্ডার করুন

মূল্য- ১৮০০ টাকা মোট ওজন - ৫০০ গ্রাম





আমরা সবাই যেধরনের স্বাস্থ্যজনিত সমস্যার মুখোমুখি হই

- 📕 ধকল
- বিপাকীয় সমস্যা
- অতিরিক্ত অস্বাস্থ্যকর খাবার
- অস্বাস্থ্যকর জীবনযাত্রা
- 📮 অক্রিয় সময়সূচী
- জিনগত সমস্যা
- ওজন বৃদ্ধি এবং স্থুলতা
- পরিবেশের গুণগত মান











ভারতে স্থুলতার প্রভাববিস্তার

ভারতে, ১৩৫ মিলিয়নেরও বেশি মানুষ স্থুলতা জনিত সমস্যায় আক্রান্ত

এখনকার সময়ে স্থূলতা জনিত সমস্যা সরকারের জন্য এক অন্যতম প্রধান চিকিৎসা এবং আর্থিক সমস্যা অস্বাস্থ্যকর খাদ্যাভাস, উপবাসজনিত জীবনযাপন, স্বাস্থ্যজনিত সঠিক পরিষেবার অভাব এবং আর্থিক সহায়তার অভাবের কারণে ভারত স্থুলতা জনিত সমস্যায় উচ্চমাত্রায় সন্মুখিন

Almost 3 out of 4 Indians are overweight

73%
of urban Indians are overweight

Max Risk Age: 28 – 38 yrs

Highest risk of weight gain, for men & women

Average person goes from healthy at 26 to obese at 38 yrs.





স্থুলতা জনিত স্বাস্থ্য সমস্যা







খাদ্য ও পুষ্টি

ক্ষিদে পেলে অথবা ক্ষিদে না পেলেও তখনও খাবারগুলি আমরা খাই!

পুষ্টি হল আমাদের দেহকে সুস্থ রাখতে প্রতিদিনের প্রয়োজনীয় চাহিদা









পুষ্টি ভারসাম্যতা



সুস্থ জীবনযাপনের জন্য আমাদের দৈনন্দিন খাদ্যাভাস থেকে পর্যাপ্ত পরিমাণ পুষ্টির পরিমাপ-

रिमनिमन शुष्टि ठाशिमा:-

প্রোটিন ভিটামিন ও খনিজ কার্বোহাইড্রেট প্রয়োজনীয় ফ্যাট ফাইবার ঔষধি जन देगामि



শরীরে সঠিক পুষ্টি চাহিদা

একটি স্বাস্থ্যকর ওজন ভারসাম্য বজায় রাখা দীর্যস্থায়ী রোগের যেমন- হাদরোগ এবং ক্যান্সারের মতো রোগের ঝুঁকি হ্রাস করে

সামগ্রিক স্বাস্থ্যের উন্নতি



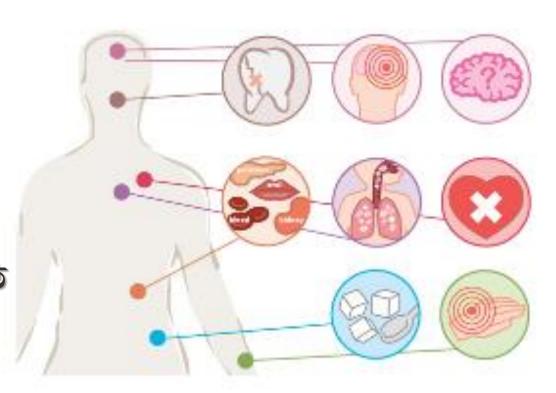






এটির গুরুত্বপূর্ণতা

- 🗕 উচ্চ রক্তচাপ হ্রাস করুন
- কোলেস্টেরলের মাত্রা হ্রাস
- অসুস্থতার সাথে লড়াই করার ক্ষমতার উন্নতি
- অসুস্থতা বা আঘাত থেকে পুনরুদ্ধার ক্ষমতার উন্নতি
- দৈহিক শক্তি বৃদ্ধি







পুষ্টি এবং ওজন স্থিতির গুরুত্ব

অতিরিক্ত ওজন এবং স্থুলতা

ঘাটতিজনিত রোগ এবং অপুষ্টি স্বাস্থ্যকর

ডায়েটের ফলে

ঝুঁকি হ্রাস

কার্ডিয়াকের সমস্যা হ্রাস

ডায়াবেটিস, ক্যান্সার এবং ডিস্লিপিডেমিয়া (দুর্বল লিপিড প্রোফাইল) ডায়েট এবং শরীরের ওজন স্বাস্থ্য স্থিতির সাথে সম্পর্কিত। শরীরের পূর্ণ বৃদ্ধি এবং বিকাশের জন্য ভাল পুষ্টি গুরুত্বপূর্ণ।



খাদ্যাভাসের সাথে পুষ্টি এবং ওজন স্থিতির সম্পর্ক



দৈনন্দিন খাদ্যাভাসের সাথে সাথে প্রতিনিয়ত কার্যস্থল, স্কুল, রেস্তোঁরা এবং বাড়িতে বিভিন্ন ধরণের খাবার এবং পানীয়গুলি প্রতিবিম্বিত করে

স্বাস্থ্যকর খাদ্যাভাস সামগ্রিক ভাবে স্বাস্থ্যের উন্নতিতে সহায়তা করে থাকে



স্বাস্থ্যের উন্নতিতে বিভিন্ন পছন্দগুলি ক্ষেত্রে মানুষের জ্ঞান এবং দক্ষতা বিচার



স্বাস্থ্যকর দ্রব্যগুলির সাশ্রয়ীকরন, বিকল্পতা এবং উপলব্ধতা

আমাদের দেহের প্রতিদিনের পুষ্টির চাহিদা পূরণে সহায়তা স্বরূপ

কেভা ইভাস্ট্রিজ খাবারের প্রয়োজনীয় পুষ্টি চাহিদা মেটানোর জন্য নিয়ে এসেছে কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডার









কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডার

প্রাতঃরাশ এবং মিল রিপ্লেসমেন্টের জন্য আদর্শ

- রয়েছে সোয় প্রোটিন
- ভিটামিন এবং খনিজের গুনে সমৃদ্ধ
- এতে রয়েছে প্রয়োজনীয় অ্যান্টি-অক্সিডেন্ট এবং ফাইবার
- রয়েছে কম মাত্রায় ক্যালোরি, ফ্যাট এবং লবন





মিল রিপ্লেসমেন্ট বলতে আমরা কী বুঝি

ক্যালোরি, ফ্যাট এবং চিনি অতিরিক্ত মাত্রায় নেই এবং খাবারের সমস্ত রকমের পুষ্টি উপাদান সরবরাহ করে সর্বোত্তম প্রোটিন ও গুরুত্বপূর্ণ খনিজ এবং ভিটামিন উপাদান সরবরাহ করে যা সুস্থ শরীরের জন্য অত্যন্ত প্রয়োজনীয়

সঠিক ওজন ব্যবস্থা বজায় রাখতে সহায়ক





এতে রয়েছে বিভিন্ন পুষ্টি উপাদান যেমন- প্রোটিন, ফ্যাট, ফাইবার, কার্বোহাইড্রেট, ফ্যাটি
অ্যাসিড, কোলেস্টেরল, লিনোলিক অ্যাসিড, ভিটামিন- এ, ভিটামিন- বি (বি ১, বি ২, বি ৩, বি
৫, বি ৬, বি ৯, বি ১২), ভিটামিন সি, ভিটামিন ডি-২, ভিটামিন- ই, বায়োটিন, ক্যালসিয়াম,
আয়রন, ম্যাগনেসিয়াম, দস্তা, তামা, ক্রোমিয়াম, পটাসিয়াম, কফি, শিমের নির্যাস এবং তরমুজের
নির্যাস।

 এটিতে রয়েছে বিভিন্ন সোয় প্রোটিন, হুই প্রোটিন (৮০%), চিনি, কর্ন ডেক্সট্রিন, সয়া ফ্যাট পাউডার (৫০%)।





কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডার (% ডিভি)

ক্যালোরি গ্রহণের পরিমাণ কম : প্রায় ৯০ ক্যালোরি

ফ্যাট জাত সামগ্রী কম : প্রায় ১%

অল্প মাত্রায় কোলেস্টেরল

কার্বোহাইড্রেট সামগ্রী কম : প্রায় ৪%







⊂ি∕ ওজন হ্রাসে এবং ওজনের ভারসাম্য বজায় রাখতে সহায়তা

- কম ফ্যাট এবং শর্করাযুক্ত উপাদানগুলি খাদ্য থেকে অতিরিক্ত ক্যালোরি বঞ্চিত করে ওজন হ্রাসে সহায়তা করে।
- এই জাতীয় উপাদানগুলি ওজনের ভারসাম্য বজায় রাখতে সহায়তা করে।

সূতরাং, কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডার ওজন হ্রাসে এবং ওজনের ভারসাম্য বজায় রাখতে সহায়ক







কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডার (% ডিভি)

১১% ফাইবার ও ১৮% প্রোটিনের সমন্বয় গঠিত

প্রোটিনে উপস্থিত সোয় নির্যাসে ভাল পরিমাণে বিসিএএ রয়েছে। বিসিএএ লিউসিন পেশীতে প্রোটিন সংশ্লেষণকে উন্নত করে এবং পেশী গঠনে সহায়তা করে। সোয় নির্যাসে মোট ১৮% বিসিএএ এবং ৮% লিউসিন রয়েছে।





বিসিএএ-গুলি ওজন হ্রাসে এবং ভারসাম্য বজায় রাখতে সাহায্য করে

- চেইন অ্যামিনো অ্যাসিডগুলি ওজন বৃদ্ধি রোধ
 করে এবং শরীরে চর্বি হ্রাসে সাহায্য করে। এই
 প্রক্রিয়াটি ওজন বজায় রাখতে এবং প্রতিনিয়ত
 ওজন বৃদ্ধিতে সহায়তা করে
- বিসিএএগুলি আরও কার্যকরভাবে আপনার শরীরকে অ্যাচিত চর্বি থেকে মুক্তি পেতে সহায়তা করে





KEVA

সোয় প্রোটিন

- সোয় প্রোটিনগুলি জীবনের বিভিন্ন পর্যায়ে নানান রকমের সুবিধা প্রদান করে।এই সুবিধাগুলির মধ্যে
 রয়েছে উন্নত খাদ্যাভাস এবং কার্ডিওভাসকুলার ব্যবস্থার অবস্থা উন্নতি, ক্যান্সার প্রতিরোধক গুন,
 সামগ্রিক স্বাস্থ্যের উন্নতি, স্থুলত্ব প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ গুন এবং খাবারের বিভিন্ন বিকল্পের অন্তর্ভুক্তি।
- লবণ ছাড়া রান্না করা, ১০০ গ্রাম সবুজ সয়াবিনের মধ্যে রয়েছে :
 - ১৪১ কিলোক্যালরি
 - প্রোটিন ১২.৩৫ গ্রাম
 - 📮 চর্বি ৬.৪ গ্রাম
 - ১১.০৫ গ্রাম কার্বোহাইড্রেট
 - ৪.২ গ্রাম ফাইবার





KEVA

স্থুলত্ব ও ভারসাম্য বজায় রাখতে সোয়া প্রোটিনের ভূমিকা

- সোয়া আইসোফ্লাভোনে উপস্থিত যৌগগুলি চর্বি তৈরিতে বাধা দেয়।
- গবেষকরা এই সিদ্ধান্তে পৌঁছেছেন যে সোয়া আইসোফ্লাভোনে উপস্থিত যৌগগুলি স্থুলত্ব রোধক গুনে সমৃদ্ধ।
- সোয়া আইসোফ্লাভোনস ইনসুলিন সংবেদনশীলতা ক্ষমতাকে উন্নত করে যার ফলে অর্থ কোষগুলি ইনসুলিনের প্রতি দ্রুত সাড়া দেয় এবং সহজেই গ্লুকোজ শোষণ করে।









ভিটামিন এ:

₹€%

ভিটামিন ডি:

২৫%

ভিটামিন ই:

₹€%

ভিটামিন সি:

২৫%

ভিটামিন বি৬:

২৫%

রাইবোফ্লাবিন:

२७%

থিয়ামাইন:

ভিটামিন বি১:

২৫%

নিয়াসিন:

20%



KEVA

Net Weight: 500 g



খাদ্যের ক্ষেত্রে সম্পূর্ণ পুষ্টিকর প্রতিস্থাপনা বিচার

- 📮 ভিটামিন-এ: দৃষ্টি, স্বাস্থ্যকর ত্বক, হাড় এবং দাঁত বৃদ্ধি, ইমিউন সিস্টেম এবং সামগ্রিক স্বাস্থ্যের জন্য প্রয়োজনীয়।
- ভিটামিন-ডি: হাড়ের মধ্যে ক্যালসিয়ামের সঠিক শোষণের জন্য প্রয়োজন।
- ভিটামিন-ই: অ্যান্টিঅক্সিড্যান্টের গুনে সমৃদ্ধ এবং কোষ প্রাচীরগুলি রক্ষায় সাহায্য করে।
- ভিটামিন-কে : রক্ত জমাট বাঁধার জন্য প্রয়োজনীয়।
- 📮 নায়াসিন: বিপাকীয় প্রক্রিয়ার জন্য প্রয়োজনীয় একটি গুরুত্বপূর্ণ এনজাইম হিসেবে কাজ করে, স্নায়ুতন্ত্র, পাচনতন্ত্র এবং ত্বকের স্বাস্থ্যের জন্য এটি গুরুত্বপূর্ণ ।
- 📮 রিবোফ্লাভিন : বিপাকীয় প্রক্রিয়ার জন্য প্রয়োজনীয় একটি গুরুত্বপূর্ণ এনজাইম হিসেবে কাজ করে এছাড়াও সাধারণ দৃষ্টি এবং ত্বকের উন্নতিতে গুরুত্বপূর্ণ ।
- 📮 থায়ামিন : বিপাকীয় প্রক্রিয়ার জন্য প্রয়োজনীয় একটি গুরুত্বপূর্ণ এনজাইম হিসেবে কাজ করে এবং স্নায়ুতন্ত্রের উন্নতিতে এটির গুরুত্বপূর্ণ ভুমিকা রয়েছে।
- ভিটামিন-সি: অ্যান্টিঅক্সিড্যান্টের গুনে সমৃদ্ধ, প্রোটিন বিপাকের ক্ষেত্রে টির গুরুত্বপূর্ণ ভুমিকা রয়েছে এছাড়াও রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার উন্নতি, সামগ্রিক স্বাস্থ্যের উন্নতি এবং আয়রন শোষণে গুরুত্বপূর্ণ ভুমিকা রয়েছে।





কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডার (%ডিভি)

ক্যালসিয়াম - ৮%

আয়রন - ৮%

ফলিক অ্যাসিড - ২০%



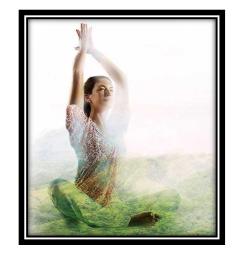




ফলিক অ্যাসিড, ক্যালসিয়াম এবং আয়রনে রয়েছে

- ফলিক অ্যাসিড, ডিএনএ এবং নতুন কোষ বিশেষত লোহিত রক্তকণিকা তৈরির জন্য প্রয়োজনীয় ।
- ক্যালসিয়াম, হাড় এবং দাঁতকে স্বাস্থ্যকর রাখার জন্য
 প্রয়োজনীয় ।
- আয়রন, রক্তের উৎপাদনের জন্য একটি অত্যাবশ্যক উপাদান এবং বিভিন্ন শারীরিক ক্রিয়াকে সমর্থন করে।









KEVA

কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডার (% ডিভি)

भागति। एथिनिक

অ্যাসিড: ৩০%

জিংক বা দস্তা :

90%

ফসফরাস:

>6%

সেলেনিয়াম:

20%

ম্যাগনেসিয়াম:

50%

কপার বা

তামা: ২৫%

ক্রোমিয়াম :

50%

মলিবডেগাম:

20%





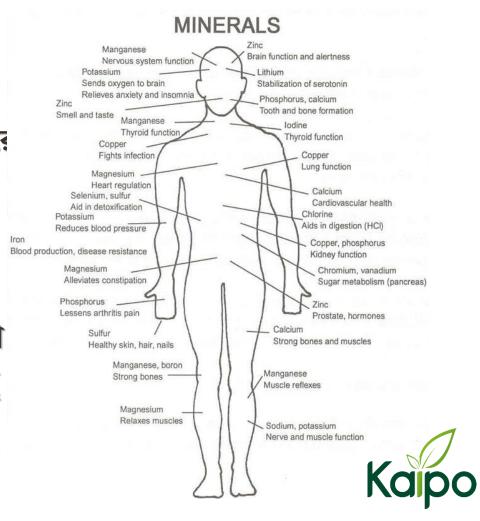


মানব শরীরে খনিজগুলির ভূমিকা

- পটাসিয়াম শরীরের পেশী এবং স্নায়ুতন্ত্রের কার্যক্ষমতা বজায় রাখে।
- জিংক বা দস্তা শরীরে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধিতে সহায়তা করে

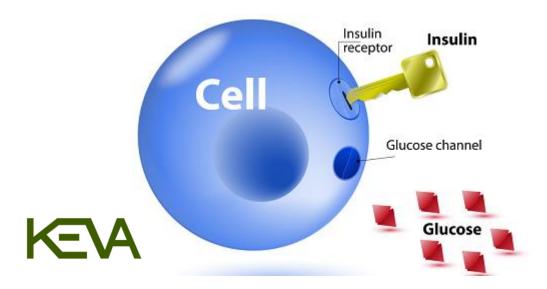
 যা অসুস্থতা এবং সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়তে সাহায্য করে। এটি

 কোষের বৃদ্ধি এবং ক্ষত নিরাময়ে সহায়তা করে।
- খনিজগুলি দেহের বৃদ্ধি, বিকাশ এবং সুস্থ রাখতে সহায়তা করে। শক্তিশালী হাড় তৈরি থেকে শুরু করে সায়ুতন্ত্রে সংক্রমণ প্রবণতা হ্রাস পর্যন্ত শরীরের বিভিন্ন প্রক্রিয়াকে সমর্থন করে, এমনকি কিছু খনিজ হরমোন তৈরি করতে সক্ষম, এছাড়াও সাধারণ হৃদয়ের কার্যক্ষমতা বজায় রাখতে সহায়তা করে।



কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডারে গ্লাইসেমিক সূচকের পরিমাত্রা

- কার্বোহাইড্রেটের এবং এতে শর্করাও কম। দেহে চিনির মাত্রা নিয়ন্ত্রনে সহায়তা করে।
- এছাড়াও এতে উপস্থিত প্রাকৃতিক উৎসগুলি ইনসুলিন সংবেদনশীলতা বাড়ায় এবং রক্তে
 চিনির স্তর নিয়ন্ত্রনে সহায়তা করে।







সবুজ কফি বিনের নির্যাস ওজন হ্রাসে সাহায্য করে

- সবুজ কফি বিনের নির্যাস, ক্লোরোজেনিক অ্যাসিড হিসাবে পরিচিত যাতে উচ্চ মাত্রায়

 অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট রয়েছে, এটি বহুপ্রকার সুবিধা প্রদান করে বলে মনে করা হয়।
- ক্লোরোজেনিক অ্যাসিডের উপস্থিতির কারণে, সবুজ কফি বিনের নির্যাস সঠিক খাদ্যাভাস এবং শারীরিক ক্ষমতা ব্যবস্থার সাথে ওজন হ্রাসের জন্য উপকারী।









কেভা মিল রিপ্লেসমেন্ট পাউডারের উপকারিতা

- শারীরিক গঠন নিয়ন্ত্রণ
- ক্যালোরি গ্রহণ নিয়ন্ত্রণ
- স্বাস্থ্যকর উপাদান প্রদান
- সঠিক মাত্রায় প্রোটিন সরবরাহ
- শারীরিক শক্তির স্তর বজায় রাখে

ওজন নিয়ন্ত্রণের জন্য দুর্দান্ত কৌশল





সেবন প্রনালী



২৫০ মি : লি : দুখের মধ্যে দুই চামচ অথবা ৩৫ গ্রাম পাউডার যোগ করুন। ভালভাবে মিশিয়ে নিয়ে পান করুন।







যোগাযোগের ঠিকানা



Keva Industries

Level 2, Prestige Omega, No. 104, EPIP Zone, Whitefield, Bangalore - 560066 (India)

Website: www.kevaind.org





