ໝອດແມ່ໄມ້, ສັດປ໋ຳ ແລະ ນົມ

ເປັນໝອດອາຫານທີ່ເຕັມໄປດ້ວຍສານອາຫານທີ່ຊ່ວຍ
ເສີມສ້າງກະດູກ ແລະ ແຂ້ວໃຫ້ແຂງແຮງ.