



5

Healthy Choices Count!

5 or more fruits and vegetables. Eat more fruits and vegetables.

Cabirka Dookhyada Caafimadka Leh.

5 (Shan) iyo in ka badan oo Miro iyo Khudaar ah. Cun Miro iyo Khudaar badan.



¡Opciones Saludables Son Importantes!

5 o más frutas y verduras. Come más frutas y verduras.

Choix Sains Comptent!

5 ou plus de fruits et légumes. Mangez plus de fruits et légumes.



Uchaguzi wa Afya njema

5 Matunda 5 au zaidi na mboga. Kula matunda na mboga Zaidi.



स्वस्थ विकल्पहरूको गणना !

५ वा अधिक फलफूल र तरकारीहरू। फलफूल र तरकारीहरू धेरै खानुहोस्।

ကျန်းမာရေးအတွက် လိုက်နာရမည့် နံပါတ်များ

၅ နေ့စဉ် အနည်းဆုံး အသီးများ နှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ ၅ မျိုး စားပါ။

