

## "از کودکی تا پیری، لبنیات دوست سلامتی"

مصرف سه تا پنج واحد شیر و لبنیات در هرم غذایی روزانه افراد جامعه ضروری است که شامل شیر، ماست، پنیر، کشک و دوغ می‌شود.

