

هل يحصل طفلك على المستوى المناسب من الـدي إتش آيه؟

طبقاً للدراسات فإن الغذاء اليومي التقليدي لمعظم الأطفال
بين عمر 1 - 3 سنوات يعكس مستويات الـدي إتش آيه التي
يحصلون عليها والتي تكون عادة أقل من احتياجات الطفل.

كمية الـدي إتش آيه	نوع الطعام
0	الأرز 
0	الخبز الأبيض 
10 ملغ	البيض (بيضة كاملة ومقلية) 
0	الضراوات 
0	الفواكه 
25 ملغ	الدجاج المقلي 
0	دجاج الناعيت 
0	سجق الدجاج 

النتيجة: كمية غير كافية من الـدي إتش آيه.

**مقدار الـدي إتش آيه
المناسب 100 - 150 ملغ يومياً.**

الـدي إتش آيه: عنصر بناء أساسي وهام لدعم النمو الذهني للطفل.



الـدي إتش آيه هو أحد الأحماض الدهنية أوميغا 3، والذي
يشكل مكوناً أساسياً في تركيب الدماغ، وهو أحد عناصر
البناء الرئيسية التي تساعد في نمو الدماغ. وقد أثبت
الباحثون أهمية الـدي إتش آيه وفوائده الكبيرة في تنشيط
ودعم النمو العقلي.

بماذا ينصح الخبراء؟

وفقاً لتوصيات منظمة الغذاء ومنظمة الصحة العالمية تجدين
في الجدول الموضح أدناه الاحتياجات اليومية من الـدي إتش آيه
حسب عمر طفلك

توصيات الخبراء حول الكمية المناسبة للمدخول الغذائي النموذجي اليومي من الـدي إتش آيه	
100 - 150 ملغ/يوميأ	1 - 3 سنوات
150 - 200 ملغ/يوميأ	3 - 6 سنوات

لتأسيس ودعم قدرات طفلك على التعلم مدى الحياة



هل تعلمين بأن 85% من دماغ طفلك ينمو خلال السنوات الثلاثة
الأولى من عمره؟ خلال هذه السنوات الهامة يحتاج دماغ طفلك
إلى عناصر غذائية هامة تساعد بشكل كبير على اكتمال النمو
الذهني لديه. إن هذه المرحلة الأولى من عمر الطفل تتيح فرصة
هامة لنموه، ويتحقق ذلك من خلال الاختيار الصحيح للعناصر
الغذائية المناسبة والتي ستساهم بتأسيس ودعم قدرات
طفلك على التعلم مدى الحياة.

المراعي
Almarai
نيورالاك
Nuralac
PLUS

السنوات الثلاث
الأولى هي الأهم
في حياة طفلك

85% من ذهن الطفل ينمو خلال
السنوات الثلاث الأولى في حياته.
هل تمنحين طفلك العناصر الغذائية المناسبة التي
تساعد على اكتمال نموه الذهني؟



القدرة الواعدة
على التعلم



أطلق العنان لقدرات طفلك
الواعدة على التعلم مع
المستويات المناسبة من
الذي اتش ايه كل يوم

المراعي نيورالاك بلص
تركيبة الحليب المتكاملة بنظام
360 درجة الذي يمنح طفلك
القدرة على التعلم

حليب المراعي نيورالاك بلص حليب مرحلة النمو بالتركيبة
المتكاملة بنظام 360 درجة الذي يمنح طفلك القدرة على
التعلم، بالتركيبة المجربة والموثوقة عالمياً مع 27 عنصراً غذائياً
أساسياً منها الفيتامينات والبريبايوتكس (الألياف) والمستويات
الضرورية من الذي إتش أيه المطابقة لتوصيات خبراء التغذية
والتي تساعد على دعم جميع مراحل النمو الذهني لطفلك.

مزيج فريد من العناصر الغذائية لتطلق العنان
لقدرات طفلك على التعلم.

دعم التركيز
تقوية الذاكرة
حل المشكلات

لمزيد من المعلومات، الرجاء الاتصال على 800 116 7777
أو زيارة موقعنا على الانترنت www.nuralac.com