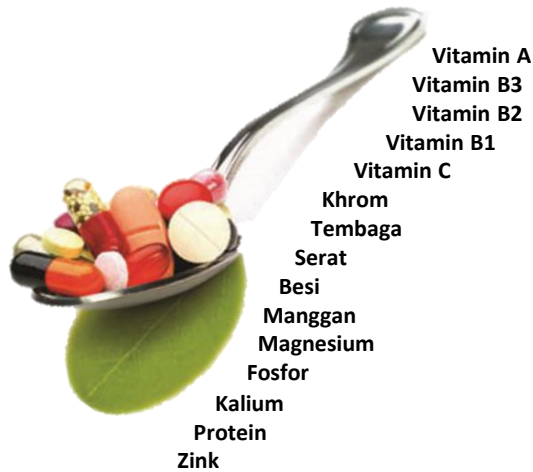


Ia seperti menanam tumbuhan hidup yang menghasilkan Multi-vitamin di ambang rumah anda



### Daun Moringa dibandingkan dengan makanan umum

Daun Moringa berbanding makanan biasa\*  
Semua nilai setiap 100 g yang boleh dimakan.

Nutrien makanan	Makanan Biasa	Daun Segar	Daun Kering
Vitamin A	1.8mg Lobak	6.8 mg	18.9 mg
Kalsium	120 mg Susu	440 mg	2003 mg
Kalium	88 mg Pisang	259 mg	1324 mg
Protein	3.1 g Yogurt	6.7 g	27.1 g
Vitamin C	30 mg Oren	220 mg	17.3mg

C. Gopalan, et al, dan nilai pemakanan makanan, Miracle Tree - Moringa oleifera : Pemakanan Asli untuk kawasan tropika, Oleh Lowell Fuglie , ed . Maklumat lanjut: [www.treesforlife.org/moringa](http://www.treesforlife.org/moringa)

### Mudah tumbuh:

- Dari biji atau stem
- Bahkan di tanah marjinal
- Perhatian yang sangat sedikit diperlukan
- Air sangat sedikit diperlukan
- Hasil buah dan daun dalam 8 bulan

### Mudah digunakan:

- Tambahkan daun segar atau kering untuk hidangan
- Kering daun (di bawah teduh) dan simpan

[www.treesforlife.org](http://www.treesforlife.org)

Trees for Life, 3006 W. Saint Louis St.  
Wichita, KS 67203-5129 USA

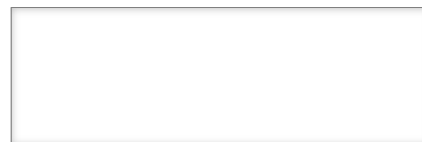
Phone: (316) 945-6929

Fax: (316) 945-0909  
[moringa@treesforlife.org](mailto:moringa@treesforlife.org)



Untuk salinan lebih, sila hubungi:

FRANCIS SAVIOUR:  
Email: [fspillay@yahoo.com](mailto:fspillay@yahoo.com)



# DAUN MORINGA YANG LUAR BIASA

*(Drumstick leaves)*

Ada pepatah lama yang mengatakan: "Daun Moringa dapat mencegah lebih daripada 300 jenis penyakit yang dihadapi oleh manusia"

## Menjadi luar biasa

- Tanaman pohon Moringa.
- Sertakan serbuk daun Moringa dalam makanan anda.
- Bagi informasi ini kepada orang ramai untuk membantu dunia kita menjadi tempat yang lebih sihat

Kongsi maklumat ini dengan orang yang mampu menjadikan kehidupan kita dalam dunia ini sihat sejahtera

Sekarang ilmu pengetahuan moden membuktikan bahawa daun kecil Moringa yang dibekalkan dengan nutrisi yang luar biasa, dapat memperkuatkan tubuh kita dan mencegah banyak penyakit.



## Menakjubkan, tetapi benar

Protein adalah blok binaan asas badan kita. Yogurt adalah sumber protein yang baik, tetapi daun Moringa mempunyai dua kali ganda kandungan protein.

**2 kali**  
**Protein Yogurt**



Vitamin C menguatkan sistem imun kita dan melawan penyakit berjangkit termasuk selesema dan flu. Buah-buahan sitrus seperti oren dan lemon penuh vitamin C. Daun Moringa mempunyai lebih daripada itu.

**7 kali**  
**Vitamin C daripada Oren**



Kalium adalah penting untuk otak dan saraf. Pisang adalah, sumber yang sangat baik dengan kalium. Daun Moringa mempunyai lebih daripada itu.

**3 kali**  
**Kalium daripada Pisang**



Kalsium membina tulang dan gigi yang kuat, dan membantu mencegah osteoporosis. Susu menyediakan banyak kalsium, tetapi Moringa daun menyediakan lebih lagi.

**4 kali**  
**Vitamin A daripada Lobak**



Jarang untuk sumber tumbuhan, Daun Moringa mengandungi semua asid amino (protein) yang penting untuk membina badan yang kuat dan sihat

