

Curd Consumption Compliance Diary

Parnami and Sheth 2010	339
------------------------	-----

દહી ખાવાની યાદી

તારીખ	દિવસ	દહીની યાદી		માત્રાનું પ્રમાણ			દહી ના લેવાનું કારણ
		હા	ના	આખું	અડધું	ચોથો ભાગ	
૧૧.૧.૦૮	શુક્રવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૧૨.૧.૦૮	શનિવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૧૩.૧.૦૮	રવિવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૧૪.૧.૦૮	સોમવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૧૫.૧.૦૮	મંગળવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૧૬.૧.૦૮	બુધવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો



રોજ એક કપ દહી ખાવો, અને જીવનભર સ્વસ્થ રહો



દહી ખાવાની યાદી

તારીખ	દિવસ	દહીની યાદી		માત્રાનું પ્રમાણ			દહી ના લેવાનું કારણ
		હા	ના	આખું	અડધું	ચોથો ભાગ	
૧૭.૧.૦૮	ગુરુવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૧૮.૧.૦૮	શુક્રવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૧૯.૧.૦૮	શનિવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૨૦.૧.૦૮	રવિવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૨૧.૧.૦૮	સોમવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો
૨૨.૧.૦૮	મંગળવાર						● શરટી અને ખાંસી ● ખાપાની ઈચ્છા ના થવી ● બીજા કારણો



રોજ એક કપ દહી ખાવો, અને જીવનભર સ્વસ્થ રહો

