

# User Manual



"Milveta Millet Powder: Crafted with Care and Love"





Thank you for choosing

“**MILVETA**”

Your Trust, Our Promise.



“Select your preferred language to continue”

- English
- ಕನ್ನಡ (kannada)
- हिंदी (Hindi)
- తెలుగు (Telugu)
- தமிழ் (Tamil)
- മലയാളം (Malayalam)
- मराठी (Marathi)
- ગુજરાતી (Gujarati)
- Bengali (বাংলা)
- Punjabi (ਪੰਜਾਬੀ)
- Odia (ଓଡ଼ିଆ)



Our Achievements  
&  
Recognition





## A circular logo with a black border. Inside the border, the words "MADE IN INDIA" are written in a semi-circle at the top and bottom. The center of the logo features the Indian national flag, which consists of three horizontal stripes of equal width: saffron at the top, white in the middle, and green at the bottom. In the center of the white stripe is a navy blue wheel with 24 spokes, representing the Ashoka Chakra. The logo is set against a background of a wooden surface with a vertical grain.

# Usage Methods

- Mix 1 tablespoon powder
- In cold or lukewarm water
- Add jaggery for taste (optional)

- **When milk starts boiling**
- **Add 1 teaspoon powder and mix well**

- Chapati, roti, paratha, puri
- Samosa, bread, rusk, pizza base
- 👉 Add 1 tablespoon powder

- **Add 1 tablespoon to batter**

- 2 tablespoons + water
- 👉 Keeps you full for 3–5 hours

- **3 tablespoons daily with water**
- **👉 Can skip breakfast**

- **1-2 tablespoons with milk**
- **👉 Helps in weight gain**



## “ User Guide Video”

**click here**





# ಮಿಲ್ವೇಟಾ ಮಲ್ಟಿ ಮಿಲ್ಲೆಟ್ ಪೌಡರ್ ಬಳಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ “ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸಮೃದ್ಧಗೊಳಿಸಿ”



## ಬಳಕೆ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನಗಳು

ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ:

- ಒಂದು ಟೇಬಲ್ ಸ್ಪೂನ್ ಪೌಡರ್
- ತಂಪಾದ ಅಥವಾ ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ.
- ರುಚಿಗೆ ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಬಹುದು

ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ:

- ಹಾಲು ಕುದಿಯುವಾಗ
- ಒಂದು ಟೇ ಸ್ಪೂನ್ ಪೌಡರ್ ಸೇರಿಸಿ

ಗೋಧಿ ಆಹಾರಗಳಲ್ಲಿ:

- ಚಪಾತಿ, ರೋಟಿ, ಪರೋಟ, ಪೂರಿ
- ಸಮೋಸ, ಬ್ರೆಡ್, ಪಿಜ್ಜಾ
- 👉 ಒಂದು ಸ್ಪೂನ್ ಪೌಡರ್ ಸೇರಿಸಿ

ದೋಸೆ / ಇಡ್ಲಿ:

- ಹಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸ್ಪೂನ್ ಪೌಡರ್ ಸೇರಿಸಿ

ತ್ವರಿತ ಉಪಹಾರ:

- 2 ಸ್ಪೂನ್ ಪೌಡರ್ + ನೀರು
- 👉 3-5 ಗಂಟೆ ಹಸಿವು ಇಲ್ಲ

ತೂಕ ಕಡಿಮೆ:

- 3 ಸ್ಪೂನ್ ಪೌಡರ್ + ನೀರು

ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು:

- 1-2 ಸ್ಪೂನ್ ಪೌಡರ್ + ಹಾಲು



ಬಳಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ವಿಡಿಯೋ

ಇಲ್ಲಿ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ





# मिल्वेटा मल्टी मिलेट पाउडर उपयोग मार्गदर्शिका “अपने स्वास्थ्य को समृद्ध बनाएं”



## उपयोग करने का तरीका

पानी के साथ:

- 1 टेबल स्पून पाउडर
- ठंडे या गुनगुने पानी में मिलाएं
- स्वाद के लिए गुड़ डाल सकते हैं

दूध के साथ:

- दूध उबलने लगे तब
- 1 टी स्पून मिलाएं

गेहूं के आटे में:

- रोटी, पराठा, पूरी
- ब्रेड, समोसा, पिज़्ज़ा
- 👉 1 टेबल स्पून मिलाएं

डोसा / इडली:

- बैटर में 1 स्पून

जल्दी नाश्ता:

- 2 स्पून + पानी
- 👉 3-5 घंटे भूख नहीं लगेगी

वजन घटाने के लिए:

- रोज 3 स्पून पानी के साथ

वजन बढ़ाने के लिए:

- 1-2 स्पून दूध के साथ



उपयोग मार्गदर्शिका वीडियो

यहाँ क्लिक करें





# మిల్వేటా మల్టీ మిల్లెట్ పౌడర్ వినియోగ మార్గదర్శిని “మీ ఆరోగ్యాన్ని సమృద్ధిగా చేసుకోండి”



## ఉపయోగించే విధానం

నీటితో:

- 1 టేబుల్ స్పూన్ పౌడర్
- చల్లని లేదా వెచ్చని నీటిలో కలపండి
- రుచికి బెల్లం వేసుకోవచ్చు

పాలతో:

- పాలు మరిగేటప్పుడు
- 1 టీ స్పూన్ కలపండి

గోధుమ ఆహారంలో:

- రోటీ, చపాతీ, పూరీ
- బ్రెడ్, పిజ్జా
- 👉 1 స్పూన్ కలపండి

దోసె / ఇడ్లీ:

- పిండిలో కలపండి

తక్షణ అల్పాహారం:

- 2 స్పూన్లు + నీరు
- 👉 3-5 గంటలు ఆకలి ఉండదు

బరువు తగ్గడానికి:

- రోజుకు 3 స్పూన్లు

బరువు పెరగడానికి:

- 1-2 స్పూన్లు పాలతో



వినియోగ మార్గదర్శిని వీడియో

ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి





மில்வேட்டா மல்டி மில்லெட் பவுடர்  
பயன்பாட்டு வழிகாட்டி  
“உங்கள் ஆரோக்கியத்தை  
செழிப்பாக்குங்கள்”



## பயன்படுத்தும் முறை

தண்ணீருடன்:

- 1 டேபிள் ஸ்பூன்
- குளிர் அல்லது வெதுவெதுப்பான தண்ணீர்
- வெல்லம் சேர்க்கலாம்

பாலுடன்:

- பால் கொதிக்கும்போது
- 1 டீ ஸ்பூன் சேர்க்கவும்

கோதுமை உணவில்:

- சப்பாத்தி, ரொட்டி, பரோட்டா
- 👉 1 ஸ்பூன் சேர்க்கவும்

தோசை / இட்லி:

- மாவில் சேர்க்கவும்

விரைவு காலை உணவு:

- 2 ஸ்பூன் + தண்ணீர்

எடை குறைக்க:

- 3 ஸ்பூன் தினமும்

எடை அதிகரிக்க:

- 1-2 ஸ்பூன் பாலுடன்



பயன்பாட்டு வழிகாட்டி  
வீடியோ

இங்கே கிளிக்  
செய்யவும்





# മിൽവേറ്റാ മൾട്ടി മില്ലറ്റ് പൗഡർ ഉപയോഗ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം “നിങ്ങളുടെ ആരോഗ്യം സമൃദ്ധമാക്കൂ”



## ഉപയോഗിക്കുന്ന വിധം

വെള്ളത്തോട് കൂടെ:

- 1 ടേബിൾ സ്പൂൺ
- തണുത്ത/ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കലക്കുക
- ബെല്ലം ചേർക്കാം (Cherkkam)

പാലിൽ:

- പാൽ ചൂടാകുമ്പോൾ
- 1 ടീ സ്പൂൺ ചേർക്കുക

ഗോതമ്പ് ഭക്ഷണം:

- ചപ്പാത്തി, പരോട്ട
- 👉 1 സ്പൂൺ ചേർക്കുക

ദോശ / ഇഡലി:

- മാവിൽ ചേർക്കുക

വേഗത്തിലുള്ള പ്രഭാതഭക്ഷണം:

- 2 സ്പൂൺ + വെള്ളം

ഭാരം കുറയ്ക്കാൻ:

- 3 സ്പൂൺ ദിവസവും

ഭാരം കുട്ടാൻ:

- 1-2 സ്പൂൺ പാലിൽ



ഉപയോഗ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം  
വീഡിയോ







# मिल्वेटा मल्टी मिलेट पावडर वापर मार्गदर्शक “आपले आरोग्य समृद्ध करा”



## वापरण्याची पद्धत

पाण्यासोबत:

- 1 टेबल स्पून पावडर
- थंड किंवा कोमट पाण्यात मिसळा

दुधासोबत:

- दूध गरम होताना
- 1 टी स्पून पावडर घाला

गव्हाच्या पदार्थात:

- पोळी, पराठा, पुरी
- 👉 1 स्पून पावडर घाला

डोसा / इडली:

- पिठात मिसळा

जलद नाश्ता:

- 2 स्पून पावडर + पाणी

वजन कमी:

- 3 स्पून पावडर रोज

वजन वाढ:

- 1-2 स्पून पावडर दुधात



वापर मार्गदर्शक व्हिडिओ

येथे क्लिक करा





# મિલ્વેટા મલ્ટી મિલેટ પાઉડર ઉપયોગ માર્ગદર્શિકા “તમારું આરોગ્ય સમૃદ્ધ બનાવો”



## ઉપયોગ કરવાની રીત

પાણી સાથે:

- 1 ટેબલ સ્પૂન પાઉડર
- ઠંડા અથવા ગરમ પાણીમાં મિક્સ કરો

દૂધ સાથે:

- દૂધ ઉકળે ત્યારે
- 1 ટી સ્પૂન પાઉડર ઉમેરો

ગાંઠૂના ખોરાકમાં:

- રોટલી, પરાઠા, પૂરી
- 👉 1 સ્પૂન પાઉડર ઉમેરો

ડોસા / ઇડલી:

- બેટરમાં ઉમેરો

ઝડપી નાસ્તો:

- 2 સ્પૂન પાઉડર + પાણી

વજન ઘટાડવા:

- રોજ 3 સ્પૂન પાઉડર

વજન વધારવા:

- 1-2 સ્પૂન પાઉડર દૂધ સાથે



ઉપયોગ માર્ગદર્શિકા વિડિયો

અહીં ક્લિક કરો





# মিলভেটা মাল্টি মিলেট পাউডার ব্যবহার নির্দেশিকা “আপনার স্বাস্থ্যকে সমৃদ্ধ করুন”



## ব্যবহারের পদ্ধতি

পানির সাথে:

- ১ টেবিল চামচ পাউডার
- ঠান্ডা বা হালকা গরম পানিতে মিশিয়ে  
নিন
- স্বাদের জন্য গুড় যোগ করতে পারেন

দুধের সাথে:

- দুধ ফুটতে শুরু করলে
- ১ চা চামচ পাউডার মিশিয়ে নিন

গমের খাবারে:

- চাপাটি, রুটি, পরোটা, পুরি
- সামোসা, ব্রেড, পিজা
- 👉 ১ চামচ পাউডার যোগ করুন

দোসা / ইডলি:

- ব্যাটারে ১ চামচ পাউডার মেশান

দ্রুত প্রাতঃরাশ:

- ২ চামচ পাউডার + পানি
- 👉 ৩-৫ ঘণ্টা ক্ষুধা লাগবে না

ওজন কমাতে:

- ৩ চামচ পাউডার + পানি

ওজন বাড়াতে:

- ১-২ চামচ পাউডার + দুধ



ব্যবহার নির্দেশিকা ভিডিও

এখানে ক্লিক করুন





# ਮਿਲਵੇਟਾ ਮਲਟੀ ਮਿਲਟ ਪਾਊਡਰ ਵਰਤੋਂ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ “ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਸੰਪੰਨ ਬਣਾਓ”



## ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

ਪਾਣੀ ਨਾਲ:

- 1 ਟੇਬਲ ਚਮਚ ਪਾਊਡਰ
- ਠੰਡੇ ਜਾਂ ਗੁੰਮਗਰਮ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਓ
- ਸੁਆਦ ਲਈ ਗੁੜ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਦੁਧ ਨਾਲ:

- ਜਦੋਂ ਦੁਧ ਉਬਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇ
- 1 ਟੀ ਸਪੂਨ ਪਾਊਡਰ ਮਿਲਾਓ

ਗੰਦੇਮ ਦੇ ਖਾਣੇ ਵਿੱਚ:

- ਚਪਾਤੀ, ਰੋਟੀ, ਪਰੋਠਾ, ਪੂਰੀ
- ਸਮੋਸਾ, ਬ੍ਰੈੱਡ, ਪਿੱਜਾ
- 👉 1 ਚਮਚ ਪਾਊਡਰ ਮਿਲਾਓ

ਡੋਸਾ / ਇਡਲੀ:

- ਘੋਲ ਵਿੱਚ 1 ਚਮਚ ਪਾਊਡਰ ਮਿਲਾਓ

ਤੁਰੰਤ ਨਾਸ਼ਤਾ:

- 2 ਚਮਚ ਪਾਊਡਰ + ਪਾਣੀ
- 👉 3-5 ਘੰਟੇ ਭੁੱਖ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗੀ

ਵਜ਼ਨ ਘਟਾਉਣ ਲਈ:

- 3 ਚਮਚ ਪਾਊਡਰ + ਪਾਣੀ

ਵਜ਼ਨ ਵਧਾਉਣ ਲਈ:

- 1-2 ਚਮਚ ਪਾਊਡਰ + ਦੁਧ



ਵਰਤੋਂ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ ਵੀਡੀਓ

ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ





# ମିଲ୍ଲେଟା ମଲ୍ଟି ମିଲେଟ ପାଉଡର ବ୍ୟବହାର ନିର୍ଦ୍ଦେଶିକା “ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ସମୃଦ୍ଧ କରନ୍ତୁ”



## ବ୍ୟବହାର ପ୍ରକ୍ରିୟା

ପାଣି ସହିତ:

- 1 ଟେବଲ ସ୍ପୁନ ପାଉଡର
- ଠଣ୍ଡା କିମ୍ବା ଗୁନଗୁନା ପାଣିରେ ମିଶାନ୍ତୁ
- ରୁଚି ପାଇଁ ଗୁଡ଼ ଯୋଗ କରିପାରିବେ

ଦୁଧ ସହିତ:

- ଦୁଧ ଫୁଟିବା ଆରମ୍ଭ ହେଲେ
- 1 ଟି ସ୍ପୁନ ପାଉଡର ମିଶାନ୍ତୁ

ଗହମ ଖାଦ୍ୟରେ:

- ରୋଟି, ପରୋଟା, ପୁରି
- ସମୋସା, ବ୍ରେଡ୍, ପିଜା
- 👉 1 ସ୍ପୁନ ପାଉଡର ଯୋଗ କରନ୍ତୁ

ଡୋସା / ଇଡ୍ଲି:

- ଘୋଳରେ 1 ସ୍ପୁନ ପାଉଡର ଯୋଗ କରନ୍ତୁ

ତୁରନ୍ତ ପ୍ରାତଃରାଗ:

- 2 ସ୍ପୁନ ପାଉଡର + ପାଣି
- 👉 3-5 ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁଖ ଲାଗିବ ନାହିଁ

ଓଜନ କମାଇବା ପାଇଁ:

- 3 ସ୍ପୁନ ପାଉଡର + ପାଣି

ଓଜନ ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ:

- 1-2 ସ୍ପୁନ ପାଉଡର + ଦୁଧ



## ବ୍ୟବହାର ନିର୍ଦ୍ଦେଶିକା ଭିଡିଓ

ଏଠାରେ କ୍ଲିକ୍ କରନ୍ତୁ





**“100% Made in India with Pride”**



**“Proudly Showcasing MILVETA at Arogya Utsav 2026,  
Pragati Maidan, New Delhi –  
Promoting Healthy Living”**



**“Trusted by Families for Daily Nutrition”**



**“Every business starts with an idea, but it grows with the right guidance and support.**

**MILVETA was not just created, it was carefully built with knowledge, dedication, and the help of modern tools that made this vision a reality. From a small step to a growing brand, this journey reflects the power of learning, consistency, and belief.**

**Thank you for being a part of our journey.”**

**Shreevatsava Srinivasan**

**— Founder, MILVETA**

**Thank You for Choosing MILVETA**

**“Your Trust, Our Promise”**

**Contact : +91 7892029691**

**Email : Milvetamakeyourhealthrich@gmail.com**