

اوشاقلارین هوشون چوخالدان یئمه‌لیلر

اوشاقلاری هوشلو و عاغیللی بارا گتیرماق اوچون آیری مسائلدن علاوه اونلارین یئمکلرینه دقت یئتیرماق لازمدیر.

اوشاقلاری هوشلو و عاغیللی بارا گتیرماق اوچون آیری مسائلدن علاوه اونلارین یئمکلرینه دقت یئتیرماق لازمدیر.

بئیین دوستلاری:

1. کامل تاخیل لار
2. باغلی بالیق‌لار
3. بلوبری
4. بامادور
5. ب ویتامینلری و فولیک اسید
6. قره اوزوم
7. کدو توخومو
8. بروکللی کلمی
9. خام آجیل (بوسته، بادام، فیندیق و . . .)

بئیین دوشمنلری:

1. فست فودلار
2. شور یئمه‌لیلر
3. فراوری اولموش غذالار
4. قیزارتمالی غذالار
5. شیمیای کودونان تماسدا اولان غذالار
6. شیمیای یوخو گتیرن ترکیبلی یئمه‌لیلر
7. الکل
8. مصنوعی شیرینله‌دنلر
9. قیوبر زیوبر (پوفک و چیپس و . . .)



لینک مطلب در سایت : <http://torki.tebyan-tabriz.ir/?MID=21&Type=News&id=1395>