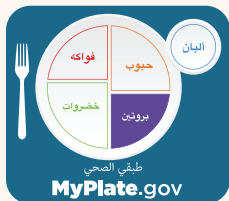




اختيار اللحم قليلة الشحوم

الدجاج أختيار عظيم!

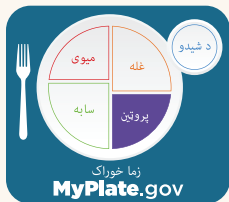
تحتوي لحوم الدجاج على نسبة عالية من البروتين وفيتامين بي والقليل من الدهون المهدرجة.



تیت غورغوشه غوره كړئ

چرگ یو شه انتخاب دی

چرگ په زیاته اندازه پروتین ویتامین B لري او غور په کي کم دی



ان دليل المواد الصحية المقدمة لك تأتي استنادا على برنامج نبراسكا اكستنشن.

د شواهدو پر بنسټ روغتيايي توکي د نيبراسکا توسيع لخوا تاسو ته وړاندي شوي