

أفضل 9 أكلات للمساعدة في علاج فقر الدم





شوربة العدس



Reham Emam

Kids Clinic



الليمون



حمص مع فلفل أحمر



عصير الرمان والبرتقال



كرات اللحم



عصير رمان



الشمندر



البرتقال



الشوفان بالتوت والمكسرات



الشوفان مع التمر والزبيب



الكينوا بالتفاح



السبانخ والبيض المقلي



Reham Emam

Kids Clinic