



فست فودها بدون گوشت و مرغ
هم طعم دلپذیری دارند



برای سالمندان و نوزادان هم
می‌توانید انواع غذا با حبوبات بپزید

همیشه‌ری ویژه‌نامه روز شنبه • ۳۰ دی ۱۴۰۲ • شماره یک

آشپزی



بُشن رامی‌توانیم به راحتی
جایگزین گوشت و مرغ کنیم

حبوبات سحرا میز