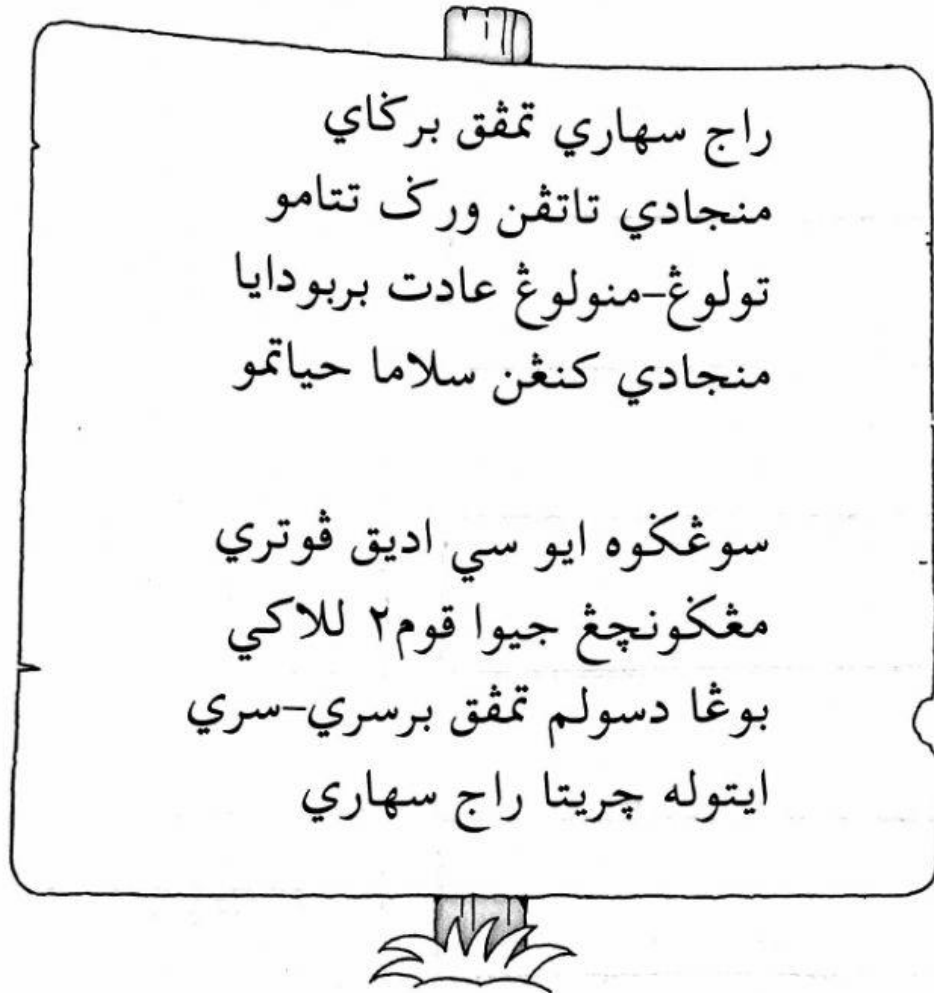
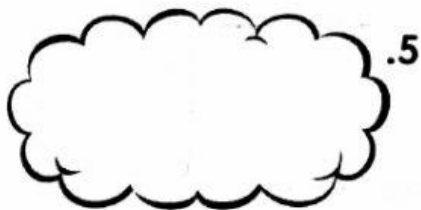
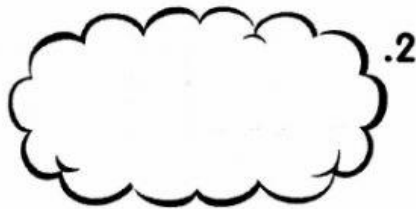
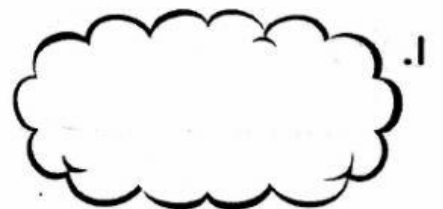


١٢ برداسرکن فنتون دباوه، سنارايکن انم فرکاتائن يڭ ترداقت ايمبوھن.



فرکاتائن يڭ ترداقت ايمبوھن



کلوارکن لیم فرکاتان یغ مغاندوغي کات فینجمن بهاس ایغکریس
درقد فتيقن دباوه.

10

عملن قماکنن سآیمبغ دان دیئت یغ تراتور ممبولیهکن توبوه
بادن ماعنسي منداقت خاصیت، نوترین دان ویتامین یغ ساغت
دفرلوکن. اولیه ایت، کیت دکهندقي مغاءوتاماکن ماکنن یغ
مغاندوغي فیبر سفرتي سایور-سایورن دان بواه-بواهن سرتا
مغورغکن ماکنن یغ برلمق اتاو برکولیسترول تیغکي.

کات فینجمن بهاس
ایغکریس

