

التَغْذِيَّةُ عِنْدَ الْإِنْسَانِ: الْأَغْذِيَّةُ الطَّازِجَةُ وَ الْأَغْذِيَّةُ الْمَطْبُوخَةُ



المأكولات الطازجة : السلطة



المأكولات الطازجة : المخللات



المأكولات الطازجة : الغلال



المشروبات الطازجة : العصائر



المأكولات المطبوخة: الأرز



المأكولات المطبوخة: كسكسي



المأكولات المطبوخة: البيتزا



المأكولات المطبوخة: المكرونة

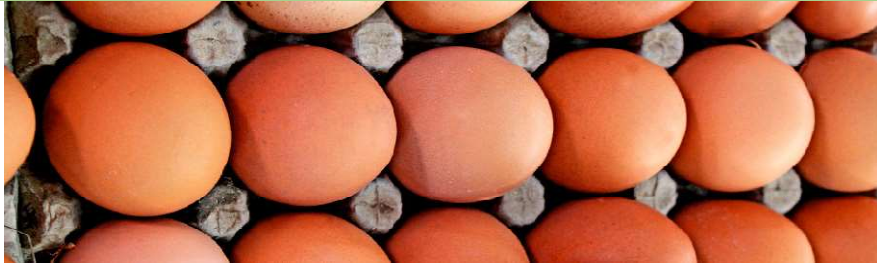
الأغذية المطبوخة



أغذية لا يمكن تناولها إلا مطبوخة: الدجاج



أغذية لا يمكن تناولها إلا مطبوخة: المكرونات وأنواع العجين



أغذية لا يمكن تناولها إلا مطبوخة: البيض



أغذية لا يمكن تناولها إلا مطبوخة: اللحم



أغذية لا يمكن تناولها إلا مطبوخة: السمك