کورونا اور میں-20

مقوی غذا : صحت اور بیماریوں کے متعلق بیداری

صحت مند جسم کے لئے مقوی غذا لینا ہماری اہم ترین ضرورت ہے تاکہ کسی بھی مرض کو حاوی نہ ہونے دیں۔ نیچے دئے گئے باکس میں غذا کی پانچ چیزوں کی تصویر بنائیں جن سے آپ صحت مند اور مضبوط رہ سکیں۔ اپنے والدین سے گفتگو کر کے دریافت کیجئے۔

	ہم ---------- غذا تناول کریں گے کیونکہ یہ ----------
	ہم ---------- غذا تناول کریں گے کیونکہ یہ ----------
	ہم ---------- غذا تناول کریں گے کیونکہ یہ ----------
	ہم ---------- غذا تناول کریں گے کیونکہ یہ ----------
	ہم ---------- غذا تناول کریں گے کیونکہ یہ ----------