

# فطور الصباح

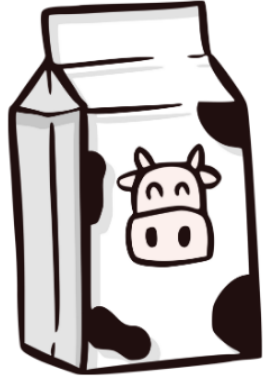
فطور الصباح هو وجبة مهمة لبدء اليوم بنشاط وحيوية. يمكن أن يتنوع الفطور حسب المكان والتقاليد، لكن بشكل عام يشمل الأطعمة التي تعطي طاقة وتساعد على تحسين التركيز.



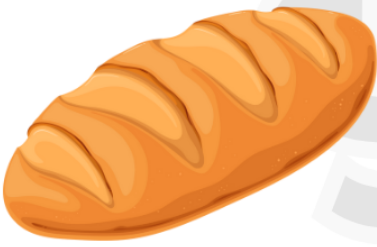
الزبدة



المربى



الحليب



خبز



تفاحة



ياغورت



بيض

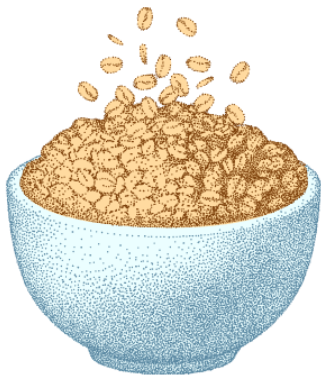


جبين



نَجَّحْنِي

www.najahni.tn



الشوفان



عصير



زيت الزيتون



التمر



القهوة بالحليب



المرطبات



البسيصة



العصيدة



العسل



نَجَّحْنِي

www.najahni.tn