



نارنگی

دکتر علیرضا یارقلی

تصویرگر: مهسا درت التاج تهرانی

در پاییز دستانت خشک می‌شود؟ لب‌هایت ترک می‌خورد؟ پس حتماً نارنگی بخور. اگر از افرادی هستی که در پاییز هوا خیلی برایت سرد نیست و گاهی احساس تشنگی می‌کنی، باز هم نارنگی بخور. اگر دلت می‌خواهد حافظه‌ی خوبی داشته باشی، حتماً این میوه‌ی نارنجی خوش‌رنگ را فراموش نکن. اگر با خوردن نارنگی احساس ضعف و خواب‌آلودگی می‌کنی، بعد از خوردن آن عسل بخور. چون نارنگی پر از ویتامین‌های جورواجور است و برای همه مفید است.

