

ផ្លូវរូបភាពនៃពីរាង្គិសអាហារ

ការណែនាំ
ភេសជ្ជៈប្រចាំថ្ងៃ ៖

ទឹក/ទឹកតែ ៦កែវ



ស្រា ស្រាស ឬ
ស្រាបៀរល្អមៗ

សាច់



ប្រចាំខែ

បង្កើម



ប្រចាំសប្តាហ៍

ពង និងសាច់មាន់



ត្រី និងសត្វសមុទ្រ



ប្រចាំថ្ងៃតាមជម្រើស

បន្លែដែលមានជាតិប្រេង



ផ្លែឈើ



បន្លែអន្តក់
សណ្តែកបណ្តុះ
គ្រាប់បន្លែ



បន្លែ



ប្រចាំថ្ងៃ

បាយ គុយទាវ មី នំប៉័ង ស្រូវ ពោត
ធួញជាតិផ្សេងៗទៀត



សកម្មភាពហាត់ប្រាណប្រចាំថ្ងៃ

