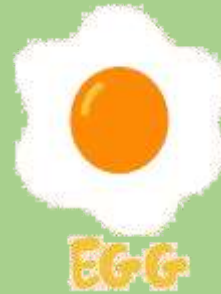




Rekomendasi Menu Sarapan Untuk Anak

Masa perkembangan otak dan pertumbuhan tubuh terjadi paling pesat di usia anak – anak berikut rekomendasi menu sarapan untuk anak

Protein dalam telur dapat membantu pertumbuhan tinggi badan anak



Buah – buahan
Sumber anti oksidan yang mencegah kerusakan sel dan mempercepat penggantian sel yang rusak



Susu
Protein , kalsium, dan vitamin b12 dalam susu berperan penting dalam proses pertumbuhan fisik anak mulai dari tulang hingga otak



#berbagaisumber