

کاهوو د بېلت هې بله زکړدنی بلرگری جېست...



کاهوو یلکککک ل و سوزا نې ل بلشکی زر زلات و ژم خراکیپکاندا بلکار دت، پگکی Cleveland
لوانش خستوو ت و سوودکا نی را پرتکدا ل Clinic

- د و م ن د ب دژ ن کسانکان

- یارم تی دا بلراندنی ک ش د دات

- ماسولککان بله ز د کات و رژی خوین زیاد د کات

- جېست بل ش داری د ه ت و.

- کاهوو س رچا وې س رکی فیتامین و کازاکا ن لوانش:

- فیتامین سی، ک یارم تی بله زکړدنی بلرگری جېست د دات.

- ترشی فلیک، ک یارم تی دروستبوون و نو بوون و وې خانکانی جېست د دات وک پست و قز و نینک.

- ریشا کان، ک سوودکی زری بل جېست ه ی ل گرتیرینیان پاراستنی تی ل ن خشی شکر.

- ئاسن، بلرگری جېست بله ز د کات و بلر ه م ه نانی خوین با شتر د کات و بله ی و ن کسجین با شتر

دښکات پر بش جيا وازځکاني جښت.