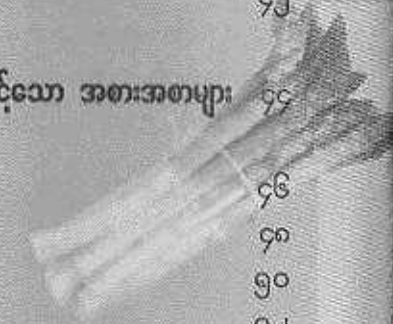


ကလေး ၄ လမှ ၈ လအထိ ဖြည့်စွက်အစားအစာများ ၂၄

- လိမ္မော်ရည် ၂၆
- စပျစ်ရည် ၂၇
- ပက်မွန်အနှစ် ၂၈
- ပန်းသီးအနှစ် ၃၀
- သဘောသီးအနှစ် ၃၂
- ဂေါ်ဖီရွက်ဟင်းချို ၃၄
- မုန်လာဥဟင်းချို ၃၆
- ကြက်ဥအနှစ်နှင့်အာလူး ၃၈
- ကြက်ဥအနှစ်နှင့်မုန်လာဥ ၄၀
- ငါးအဖြူအနှစ် ၄၂

ကလေး ၉ လမှ ၁၂ လအထိ ကျွေးသင့်သော အစားအစာများ ၄၄

- တို့ဟူးနှင့် ကြက်ဥအနှစ်ယာဂ ၄၆
- ဟင်းခုနွယ်နှင့် နို့ယာဂ ၄၈
- မုန်လာဥနှင့် ငါးကလေးယာဂ ၅၀
- ခရမ်းချဉ်သီးနှင့် တို့ဟူး ၅၂
- ဟင်းသီးဟင်းရွက်များနှင့် ကြက်သားစွပ်ပြုတ် ၅၄
- ခရမ်းချဉ်သီးနှင့် အသားပြုတ်ရည် ၅၆



ကလေးတစ်နှစ်ကျော်အရွယ် ကျွေးသင့်သော အစားအစာများ ၅၈

- ခေါက်ဆွဲအခေါင်းပွနှင့် နို့ ၆၀
- ချိုစ် ပေါင်မုန့်မီးကင် ၆၂
- ခေါက်ဆွဲအသားပြုတ်ရည် ၆၄
- ဂေါ်ဖီထုပ်နှင့် ကြက်သားနှစ် ၆၆
- ကြက်သားပဲကျပ်ချဉ် ၆၈
- သခွားသီးနှင့် ဒိန်ချဉ် ၇၀
- ကန်စွန်းဥနှင့် နှမ်း ၇၂
- ငါးအဖြူပေါင်း ၇၄
- နို့နှင့် ကြက်သားပူတင်း ၇၆
- ပူတင်းပေါင်မုန့် ၇၈
- ပန်းသီးအသုတ် ၈၀
- ဟင်းသီးဟင်းရွက်ဆင်းဒဝစ်ချို ၈၂
- ကြက်သားမလိုင်ဆော့စ် ၈၄



အပိုဆောင်း ဖြည့်စွက်သင့်သည့် အစားအစာ ၈၆

- နာနတ်သီးနှင့် ကြက်သား ၈၈
- မုန်လာဥနီကြက်အသည်းလုံး ၉၀
- ရောင်ရုံကြက်ဥပေါင်း ၉၂
- တို့ဟူးစွပ်ပြုတ် ၉၄
- တရုတ်ဆေးမြစ်နှင့် ငါးစွပ်ပြုတ် ၉၆
- အားဖြည့်စွပ်ပြုတ်ရည် ၉၈
- ဒွီဖြူစွပ် ၁၀၀
- မုန်လာဥနှင့် ချင်းစွပ် ၁၀၂
- သခွားသီးပျားရည် ၁၀၄
- တရုတ်ကန်စွန်းဥယာဂ ၁၀၆
- ကြက်သွန်ခြိတ်ဆန်ပြုတ် ၁၀၈
- အရိုးပြုတ်ရည်ယာဂ ၁၁၀
- စွပ်လုံသီးဆန်ပြုတ် ၁၁၂
- ပဲဆန်ပြုတ် ၁၁၄
- နှင်းပန်းပူးဆန်ပြုတ် ၁၁၆

