

อาหารต้านหวัด



กินอะไรดีที่เสริมภูมิคุ้มกัน

โยเกิร์ตธรรมชาติ

เครื่องเทศร้อน

ผลไม้ ที่มีวิตามินซีสูง



ภาพเอาเป็นอาหาร 3 อย่างนั้น ขอภาพจริงสวยๆ

วางคล้ายๆ Ref เลย