

蘋果哥哥跑步時跌倒受傷了，要臥床休息。啤梨媽媽需要陪伴在旁照顧，所以外出購物的重任落在鮮橙爸爸身上。

柑橘類 水果

待會兒你外出購物時，順道買些柑橘類水果回來吧。

1

買「金骨」？是不是「金沙骨」(肉排)？今晚餐吃的？

2

柑橘類水果，果肉多汁，特點是每瓣果肉之間都有薄膜。

是柑橘類水果，即橙、西柚和沙田柚那一類水果，跟肉排無關。

3

它們含豐富的維生素C，有助製造骨膠原體，能促進細胞、血管、骨骼的成長和修補，加速傷口癒合。

4

所以哥哥要多吃，可快點康復。

妹妹也應該天天吃水果，稍後一同吃柑橘類水果吧！

5