# [redacted]

[redacted]

[redacted]

[

টমেটোর সালাদ নিয়মিত খেলে কিডনিতে পাথর হওয়ার ভয় থাকবে না।

ভালো দৃষ্টিশক্তি
ভিটামিন-এ সমৃদ্ধ হওয়ায় টমেটো দৃষ্টিশক্তি ভালো রাখে। যাদের রাতকানা রোগ রয়েছে তাদের জন্য টমেটো ভালো ওষুধ।

সূত্র- বিডি-প্রতিদিন