

»Ekyama ky'okuza enkoko z'ennyanya eziri mu mbeera ennungi«

Enkoko z'ennyama zisinga kuzibwa lwannyama , era zitera okufuna obuzitto bwezirina okusalirwanko wakati wa wiiki 7 ne 14.

Okwongerezaako, enkoko ezennyama tuzirabira ku byoya ebyeru n'omubiri gw'akyenvu. Okutumbula endisa yazo nga okozesa kasooli, soya, engano , ,kiyamba okugeza omubiri . Mu kwongerako, enkoko z'ennyama eziri mu mu mbeera ennungi ziba n'ebyoya ebiyonjo n'ekiwoonzi ekirina langi enkyamufu, wabula endwadde ziba naffu nga tezeyagala. Mu mbeera ya bulijjo enkoko ezennyama zirya kilo 1 n'obutundutundu 2era ku wiiki 4 ziba n'obuzitto bwa kilo 1 n'obutundutundu 4.

Ebirina okukolebwa

Bulijjo ebiyumba by'enkoko z'ennyama biwe akitaangala, kinno kiyamba ku kuziriza obutakoma emisana n'ekiro.

Okwongerezaako, mubudde obw'ebbugumu jako amataala mu biyumba nga tezinawera ssaawa mukaaga kiba kiyamba emibiri gy'enkoko okuwumula nga tezinebaka.

Mu kwongerezaako, ennaku 3 ezisooka yanika ekibinja kyo mu kitaangala okumala essaawa 23 ez'ekitaangala n'essaawa emu ey'ekizikiza kiziyambe okuzuula emmere n'amazzi era zimannyire n'ekiffo nga webidiringana.

Bulijjo enkoko z'ennyama ziwe emmere erimu ekiriisa n'amazzi era ziwe ebbanga eriwera zisobole okukula obulungi.

Era jjuza amazzi enkoko mwezinnywera n'okulira nga webidiringana, oluvannyuma onyike mu emimwa gy'enkoko mu

kaseera akagere zisobole okukula obulungi era n'amakungula geyongere.

Ekisembayo, ebinnyonyi bigabirire nga wekisoboka zisobole okukula amangu n'okwongera ku byozifuna mu.