

నమస్తే తెలంగాణ ఆదివారం

బతుకమ్మ

NAMASTE TELANGANA SUNDAY SUPPLEMENT

19 జనవరి 2025 : : 19 JANUARY 2025



కమ్ సూన్ సునీతా



ప్రకృతిలో లభించే అత్యుత్తమ పాష్టికాహారం

గుడ్డు

వివిధ ఆహార వదార్థాల ద్వారా లభించే ఎన్నో ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు, మినరల్స్ ఇంకా ఎన్నో అత్యుత్తమ పోషకాలు కేవలం ఒక్క గుడ్డు తినడం ద్వారా లభిస్తాయి. కీలకమైన 14 పోషకాలతో పాటు, అధిక మాంసకృత్తులు అందించే గుడ్డు తక్కువ ధరకే లభించడం ఒక వరం. ప్రతి రోజు గుడ్డు తినడం ద్వారా మీరు బలంగా, పుష్టికరంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండటమే కాకుండా అన్నింటిలో విశేషాలుగా నిలబడతారు.



నేషనల్
ఎగ్ కో-ఆర్డినేషన్
కమిటీ

(Non-Govt. Public Charitable Trust)

సండే హాల్ యా మండే,
రెజిస్టర్డ్ థింగ్స్ అండ్