

నమస్తే తెలంగాణ ఆదివారం

బతుకమ్మ

NAMASTE TELANGANA SUNDAY SUPPLEMENT

22 జూన్ 2025 : 22 JUNE 2025

చుక్కల్ని కొలిచి..
కాలాన్ని గెలిచి..



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 విజేతలుగా నిలబడతారు.



నేషనల్
ఎగ్ కో-ఆర్డినేషన్
కమిటీ

(Non-Govt. Public Charitable Trust)

సండే పవర్ యా మండే,
రోజ్ ఖావ్ అండే