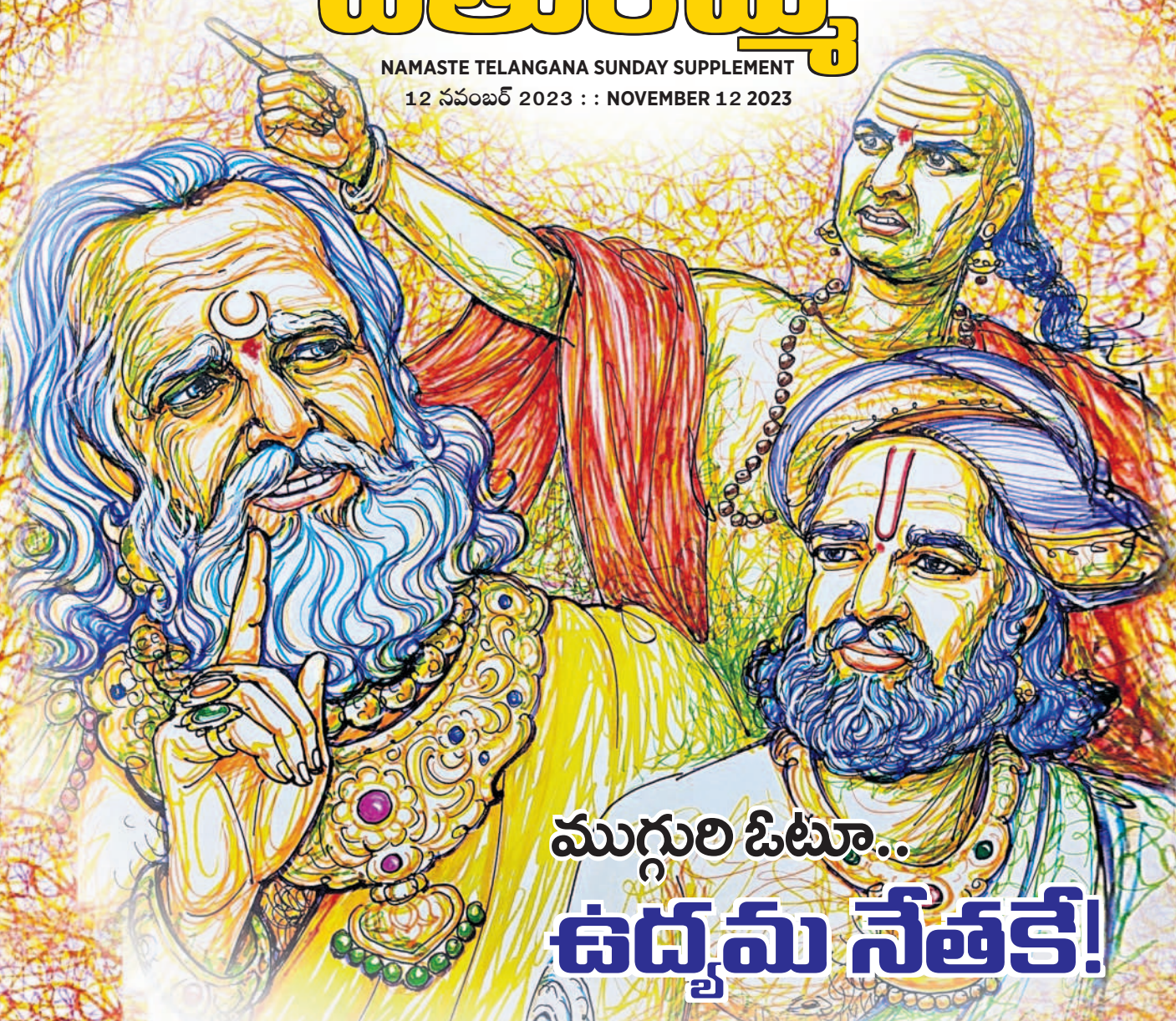


నమస్తే తెలంగాణ ఆదివారం

బతుకమ్మ

NAMASTE TELANGANA SUNDAY SUPPLEMENT

12 నవంబర్ 2023 :: NOVEMBER 12 2023



ముగ్గురి ఓట్టూ.. ఉద్దమ నేతకే!



**కెప్టెన్లలో బలమైన కష్టసుఖా
ఖ్యాతగాంచడానికి అసలైన రహస్యం**

కోట్లాది మంది అభిమానుల హృదయాలు దోచుకున్న భారత క్రికెట్ కెప్టెన్లు, దృఢత్వానికి రోజూ గుడ్డు తింటారు. గుడ్డలో హై క్యాలిబ్రీ ప్రోటీన్ తో పాటు, విటమిన్ ఎ, బి & డి, మినరల్స్ మైక్రో న్యూట్రియంట్స్ సమృద్ధిగా ఉన్నాయి. ఇవన్నీ మీలో వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచడంతో పాటు, మిమ్మల్ని బలంగా దృఢంగా ఉంచుతాయి. బలాన్ని, దృఢత్వాన్ని అందించే అసలైన కెప్టెన్ గుడ్డు. ప్రతి రోజూ గుడ్డు తినండి.



నేషనల్ ఎగ్ కో-ఆల్లియేషన్ కమిటీ
సండే హో యా మండే, రోజే ఖావ్ ఆండే.