



సత్యమేవ జయతే

సాక్షి

WWW.SAKSHI.COM
పేజీలు: 14+16 వెల: ₹ 5.00ప్రజల రూపం తీర్పుకులేందుకు
ఎంత క్షమి చేయడానిక్కొని నీను సిద్ధం*

శనివారం

25-1-2020

ఖుజానా జ్యోవల్

సంపుటి: 12
సంఖిక: 804

ఖుజానాకు రండి మెల్లిడెస్ను* గెలుచుకోండి

ఉచితంగా పోమ్ అప్లైన్

ప్రతి కొనుగోలుతో

లేక

మీరు కొనే బంగారు
నగల పై ప్రతి గ్రాముకు
1 గ్రాము వెండి ఉచితం



ఎతిహా కలెక్షన్

బెస్ట్ సెల్లర్
డైమండ్ నెక్కెన్
₹1,26,340

వెండి

25%* తగ్గింపు
వెండి పసుపుల
మజార్పై (VA).



ఒడ్డుణంపై ప్రత్యేక ఆఫర్



₹200*

వరకు తగ్గింపు
ప్రతి గ్రాముకు

ఈ అఫర్ జనవరి 11 నుండి 31 మార్చి, 2020 వరకు

ఖుజానా జ్యోవల్

KHAZANA JEWELLERY

www.khazanajewellery.com

INTERNATIONAL
GEMOLOGICAL
INSTITUTEసర్టిఫైడ్
డ్రైమండ్బైబ్యూక్
గ్లోబ్జీవితాంతం ఉచిత
మొబైన్ సెన్స్ఖుజానాలో అన్ని బంగారు అభరణాలపై
BIS పశీల్మార్క్ ముద్ర ఉంటుంది.

రంగంపేట, (పశీల్మార్క్ సిటీ గ్రాండ్ డగ్గర), వరంగల్ రోడ్ 2444900 | వైరా రోడ్ (RTC బస్ స్టోండ్ డగ్గర) భావ్యం రోడ్ 228900
CVRN రోడ్ (పెటర్స్ పశీల్మార్క్ ఎదురుగా), కలీంగర్ రోడ్ 2248900. (అన్ని రోజులు పాపు తెరచి ఉండును. కార్ పాల్సుంగ్ కలదు.)

* దుర్వాసలు విధివిధి.

జయ జయ ధాన్యలు

సాక్షి
ప్రామీలీ

సెల్ఫోం || శస్త్రారం

25-1-2020

జనవరి 26 భారత గణతంత్ర దినోత్సవం.

ప్రజలందరూ భరతమాత్రకు జయ జయ

ధాన్యాలు అలంచే రోజు. మన దేశానికి

ఒక రాజ్యాంగాన్ని మనం సమర్పించుకున్నాం.

మరి.. మన అపరి విధానాలకు కూడా

ఒక రాజ్యాంగం ఉండితి కదా! ఈ అపరి

రాజ్యాంగంలో మొదట తారసపదెది సిలి ధాన్యాలే.

దేశం చేపగా ఉండాలన్నా సిలి ధాన్యాలను

స్వాక్షరించాలిందే!

వీటిని చేసుకాని

భూజంచండి.

జయ జయ.

ధాన్యాలు కొట్టాడి.

100 ర్మలు రాగులలో ఉండే
ప్రామీలీ, పీచు పదార్థం

రాగులు (Finger Millet)

నియాసిన్ (Niacin)mg (B3) 1.1

అబోఫ్లావిన్ (Riboflavin)mg (B2) 0.19

థియామిన్ (Thiamine) mg (B1) 0.42

కరోటైన్ (Carotene)ug 42

ఐన్ (Iron)mg 5.4

కాల్చియం (Calcium)g 0.33

ఫోఫోఫ్సిన్ (Phosphorous)g 0.27

ప్రోటీన్ (Protein)g 7.1

ఖనిజాలు (Minerals) g 2.7

పండి పదార్థం (Carbohydrate) g 72.7

పీచు పదార్థం (Fiber) g 3.6

పిండి పదార్థము హిచు నష్టుకి (Carbohydrate Fiber Ratio) 20:19

100 ర్మలు జొన్నల్లో ఉండే
ప్రామీలీ, పీచు పదార్థం

జొన్నలు (Great Millet)

నియాసిన్ (Niacin)mg (B3) 1.8

అబోఫ్లావిన్ (Riboflavin)mg (B2) 0.13

థియామిన్ (Thiamine) mg (B1) 0.37

కరోటైన్ (Carotene) ug 47

ఐన్ (Iron)mg 4.1

కాల్చియం (Calcium)g 0.03

ఫోఫోఫ్సిన్ (Phosphorous)g 0.28

ప్రోటీన్ (Protein)g 10.4

ఖనిజాలు (Minerals) g 1.6

పండి పదార్థం (Carbohydrate) g 72.4

పీచు పదార్థం (Fiber) g 1.3

పండి పదార్థము హిచు నష్టుకి (Carbohydrate Fiber Ratio) 55:69

100 ర్మలు సజ్జలలో ఉండే
ప్రామీలీ, పీచు పదార్థం

సజ్జలు (Pearl Millet)

నియాసిన్ (Niacin)mg (B3) 2.3

అబోఫ్లావిన్ (Riboflavin)mg (B2) 0.25

థియామిన్ (Thiamine) mg (B1) 0.33

కరోటైన్ (Carotene) ug 132

ఐన్ (Iron)mg 8.0

కాల్చియం (Calcium) g 0.05

ఫోఫోఫ్సిన్ (Phosphorous) g 0.35

ప్రోటీన్ (Protein) g 11.6

ఖనిజాలు (Minerals) g 2.3

పండి పదార్థం (Carbohydrate) g 67.1

పీచు పదార్థం (Fiber) g 1.2

పండి పదార్థము హిచు నష్టుకి (Carbohydrate Fiber Ratio) 55:91

జయ జయ
ధాన్యలు

సజ్జలు

పెసరట్టు

పెసరట్

