



An ISO 9001:2000 Company

DSIR Approved
IN-HOUSE R&D UNIT
by Government of India, Ministry of Science & Technology, New Delhi



www.vanchintaluru.co.in

పత్త్య నియమము

సర్వసాధారణముగ ఆవ, నూనె, గుమ్మడి, ముదురు వంకాయ, గోంగూర, బచ్చలి, పులుసు (దప్పళము), పనసకాయ మొదలగు ఆహారపదార్థములను తినిన యెడల ఔషధము గుణము చేయకుండుటయే కాక వ్యాధిని కూడ హెచ్చు చేయక మానదు. కాన అట్టి పదార్థములను విడువవలెను.

ఈ క్రింది పదార్థములు తినవచ్చును

1. కాయగూరలు : బీరకాయ, పొట్లకాయ, ఆనపకాయ (సొరకాయ), నక్కడోసకాయ, అరటికాయ
2. దుంపకూరలు : పెండలము, ముల్లంగిదుంపలు, నీరుల్లిపాయలు
3. ఆకుకూరలు : పొన్నగంటి కూర, కేబేజీ, చేతరాసికూర, పులిచెంచలికూర, కాలీవ్లవర్, మెంతికూర, కొత్తిమీరి, పెరుగుతోటకూర, కొయ్యతోటకూర, షికాయచిగురు, పుదేనాకు
4. పప్పులు : కందిపప్పు, కందికట్టు, పెసరపప్పు, పెసరకట్టు
5. ఊరుగాయలు మొ॥వి : ఆవకాయ తప్ప తక్కిన ఊరుగాయలు ఉపయోగించవచ్చును.
6. చారు, మజ్జిగ మొ॥వి : మిరియాల చారు, మజ్జిగ, పాలు, నెయ్యిపొగచిన మజ్జిగ
7. పొగపు సామానులు : ఎండు మిరపకాయలు, వచ్చి మిరపకాయలు, మినపప్పు, మెంతులు, జీలకర్ర, ధనియములు, వాము, వేపపువ్వు, కరివేపాకు
8. పండ్లు : బత్తాయి, తియ్యనారింజ, తియ్యదానిమ్మ, పచ్చిద్రాక్ష (తియ్యనివి), తియ్యమామిడి (దేశవాలీవి), కిసిమిస్, ద్రాక్ష, సపోటా, యాపిల్, బొప్పాయి.

