পুক্নিং পৌশিং | য়াম্নোন অমুমচা

অপীকপা ৱাখলগী শক্তি

ঐখোয় অয়াম্বনা মেগদোনাল বর্গরগী মরমদা তাবিরম্লগনি। ইন্দিয়াগী য়াউনা মালেমগী লৈবাক ৭০ হেনবগী সহরশিংদা মেগদোনাল বর্গরগী রেষ্টুরেন্ট শোইদনা থেংনবীগনি। মসি য়াম্না হাউবগী ৱারা ? মদুখক্তা ৱাসু নত্তে। মসিগী পোৎ খুৎয়োন্দুসু মসিবু মীয়াম্না পান্নহনবগী শরুক অমনি।

ঙসি ঙসিমক লৈবাক ৭০ রোমদা মেগদোনালগী রেষ্টুরেন্ট ১৪,০০০ হেন্না হাংদুনা মীওই লাক্ষ তরা হেন্না থবক পীরি।

অসুক চাউবা করবারগী সংসার অসি শাগৎপা ঙমলক্লিবা সুপুগী চহী ২০ খক্ত ঙাইরিবা চেগী কপ য়োনবা নহা অমগী ৱাখল অমখক্তগী পোকখিবনি। রে ক্রোকনা ঐচম চমবা ফাষ্ট ফুদ অমা ওইনা লৈজরম্না মেগদোনালগী বর্গর অসি মহাক্কী মার্কেটিংগী হৈ–শিংবনা মালেম পূম্বদা পাম্নবা চীঙ্গাক অমা ওইহনখিবনি।

রে ক্রোকনা চহী ২০ শুরকপা ১৯৯২ দা মহাক্কী শিনফম লিলি ব্রান্দ পেপর কপ য়োনবগী শিনফম অদু থাদোক্লগা মহাক্কী লৈজবা মাল চাং পূম্নমক য়োনথোক্লগা অহানবদা আচা অথক শাবদা শীজিন্নবা মলটি মিক্সিং মেচিন অমা লৈরগা রেষ্টুরেন্টশিংদা সপ্লাই তৌবা হৌরক্লম্মী। মহাক্কী অনৌবা শিনফম অসিদনি মহাক্না মেগদোনালগী রেষ্টুরেন্ট থেংনরুরিবসি। খুদক্তা মহাক্না ফাওরকপা ৱাখল অমনা মাঙওইনরগা মেগদোনাল ব্রদরসতা মখোয়গী বর্গর অদু ফ্রাইচ তৌরগা চপ মান্নবা মওংদা য়ুনাইটেড ষ্টেটসকী মফম খুদিংমক্তা মার্কেটিং তৌগে হায়বা ৱাফম হৌদোক্লম্মী। মহাক্কী ৱাফম অদু মখোয়নসু য়ারম্মী।

রে ক্রোকনা ১৯৫০ দা অহানবা ওইনা চপ মান্নবা বর্গর শাদুনা পুথোকহনলগা য়োনবা ফ্রনটাইজ হাংলম্মী। চহী মঙাগী মতুংদা ১৯৬০ দা য়ুনাইটেড ষ্টেটস ওফ অমেরিকাদা মেগদোনালগী বর্গরগী আউটলেট ২০০ হেন্না হাংলম্মী।

থুনমক রেনা মেগদোনাল ব্রদরসতা দোলর মিলিয়ন ২৭ পীদুনা করবার পূম্নমক লৌশিনখিরম্মী। অসুম্না মালেমগী মফম পূম্নমক্তা চপ মান্নবা মওংদা, চপ মান্নবা মহাওদা, চপ মান্নবা খুৎয়োলদা মেগদোনালগী বর্গর রেষ্টুরেন্ট ১৪,০০০ থবক তৌরি। ঙসিদি মেগদোনাল য়ুনিভর্সিটি ফাওবা লিংদুনা নৌনা রেষ্টুরেন্ট মপু ওইরক্লদৌবা ফ্রনটাইজশিংদা করম্না ফাষ্ট ফুদ বুজিনেস তৌগদগে, মেগদোনালগী আর্ট ওফ মার্কেট তৌদুনা করম্না অথুবা মতমদা শেল পায়গদগে হায়বদু তম্বীরি। ৱারী অসিদগী খঙবদি ঐখোয়গী ৱাখলদা ফাওরকপা অনৌবা জ্ঞানশিং অসি ঐখোয়না লুম্না অমদি লুনা লৌদুনা থবক্তা ওত্থোক্লবা হোৎনরবদি কনানা খঙবা মালেমসিদা অচৌবা অহোংবা পুরকপা ঙম্বা য়াওরম্বসু।

ষনবী হাৎপগী মিংদা মীহাৎ মীপুন তৌবশিংগী মথক্তা অকনবা এক্সন লৌনবা মোদি লৈঙাক্লা ষ্টেটশিংদা খঙহনখ্রে

নিউজ এজেন্সি

নিউ দিল্লি জুলাই ১৬ ঃ

ষ্টেট খরদা ষনবী হাৎপগী মায়োক্তা চথবনি হায়বা খোঙজং খরদা ইন্দিয়াগী ষ্টেটশিংদা অচৌবা রাথোক ওইরে হায়না ওপোজিসয়া এটেষ্ট তৌরকখিবা অদু ঙাকথোক্লবগীদমক অমসু অদুগুম্বা মথোঙ হুক্তবা থৌওং মখা তানা চথহন্দনবা ষ্টেট গভর্ণমেন্টশিংদা অকনবা ৱার্নিং অমা পীবগা লোয়ননা লৈঙাকশিং অসিনা মথোঙ হুক্তবা থবকশিং অদু তৌরিবা মীওইশিংগী মথক্তা অকনবা এক্সন লৌগদবনি হায়না খঙহনখ্রে হায়রি।

ষনবীশিং ঙাক শেন্না থমগদবনি হায়না ইন্দিয়াগী ইদিওলোজি অসিগী মরম পুগ্লগা কাঙলুপ মশেলগী মরক্তা নিঙইশ শদান্নবা থোকহয়বা থৌরাংশিং পায়খৎলিবা মীওইশিং অদুগী থৌশিনশিংদুগী কনবিনবা ওপোজিসন পার্টিশিংসু লৈঙাক্লা পায়খৎলিবা থৌরাংশিংদা মতেঙ পাবিয়ু হায়না ফোঙদোকপগা লোয়ননা করিসুনক্তবা ইশু অসিদা পোলিটিকেল নৎত্রগা কাঙলুপ নাইবগী রাখল্লোন অমা পুরক্লবা হোৎনরিবসি চপ মান্নবা থেংনম্নাসি হায়না অপিল তৌখি।

ষনবী কন্নবগী পায়খৎপা থৌশিন্দা মিচৎ থিহয়বা মখল মখা কয়াগী হিংশাগী থবকশিং থোকহল্লকপগা হায়বসি পোলিটিকেল পার্টি খুদিংমক য়ানিংকম থোক্তে অমসু মসিগী মায়োক্তা লৈগদবনি হায়না মোদিনা মরী লৈনবা পূম্নমক্তা খঙহনখি।

পালিয়ামেন্টকী ওইনা হয়েংদগী হৌগদৌরিবা নোংজু মীফম অসিগী মাঙওইননা পার্টি পূম্নমক্কী ওইবা মীফম অমা ঙসি ফমখিবা অদুদা লো এন্দ ওর্দরগী ফিডম ঙাক শেনবা হায়বসি ষ্টেট গভর্ণমেন্টকী মথোনি। মসিদা শিংনরকপা পূম্নমক্কী মায়োক্তা অকনবা এক্সন শোইদনা ষ্টেট গভর্ণমেন্টশিংনা লৌগদবনি হায়না মীফম অদু হৌদোকপা মতমদা প্রাইম মিনিষ্টরনা ফোঙদোকখি।

ষনবী হায়বসি লৈবাক অসিদদি পূম্নমক্কী মমা অমা ওইনা লৌনরিবনি। মসিগী মথক্তা ষনবী হাৎতনবা আইন কয়া অমা লৈঙাকশিংনা শেমদুনা থমলি হায়বসি খঙবা তাবনি। লৈবাকসিগী মীয়াম্নমু ষনবী হাৎপা থিংনবা থমলিবা আইন অসিগী মায়োক্তা থবক তৌবা তারগদি মখোয়বু কয়বা অতোপ্পা আইন অমা লৈতে হায়বসি খঙবা কৈ। এন্টি সোসিয়েল ওইবা মীওই খরনা ষনবীবু ঙাক শেনবা হায়বা আইন অসিগী মায়োক্তা লেপ্লগা আইন অসি বি জে পি না পাল্লকপা মতমদা শীজিন্নবা খুৎলাই অমনি হায়না তোকঙা শব্দোক্লবা হোৎনৈ। মসিমক মপান্দগী লাকপা লৈবাকসিবু মচেৎ তানা থুগায়বা পান্না মীওই কাঙলুপ খরনা খুদোং চাবা লৌরগা মীয়ামবু চমম্নহয়বা হোৎনরি হায়না প্রাইম মিনিষ্টরনা ফোঙদোকখি।

মপালগী নৎত্রগা মনুংগী মীওই কাঙলুপ শিংনা থৌশিলসিগী মনুং চন্না শব্দোক্লিবা তোকঙাশিং অসি লৈবাকসিগী মিংচৎ থিহয়বা হোৎনবনি। অসিঙম্বা তাঙক অমা লাক্লবা মতমসিদা আইন খুগাইরিবা মীওইশিংদুগী মথক্তা অকনবা এক্সন লৌখৎপা হায়বসি ষ্টেটশিং অদুগী লো এন্দ ওর্দর অদু ঙাক্তা থম্নবা থৌশিনশিংগী মনুংদা অমা ওইগদবনি। আইন থুগাইরবা মীওই অদুগী মথক্তা এক্সন লৌবদা কিনিংঙাই অমত্তা লৈতে হায়নসু মোদিনা পোলিটিকেল পার্টিগী মিফম অদুদা ফোঙদোকখি হায়না ওফিসিয়েস ওইবা পাউ অমনা হায়রি।

ওপোজিসন পার্টি শিংনা মমাঙদগী বি জে পি তৌঙাক অসিনা ষনবী হাৎপা থিংনবা হোৎনরকপা অসিদগী মুম্রিম অমসুং দলিট মীওই কাঙলুপশিংদা এতেক্তে কয়া চথরে হায়না ওপোজিসন পার্টিশিংনা ফোঙদোরকখিবনি হায়রিবা রাফম অসিমক ওপোজিসন পার্টিশিংনা হন্দক চথগদৌরিবা নোংজু মীফম অসিদা পুথোক্লবা থৌরাং তৌরিবনি।

মখা তানা হৌজিক লৈরিবা ইশুশিং অসিগী মথক্তা লৈঙাক অসিনা শেঙ্গা–থুমজা মুথংনবা পাইখৎলিবা থৌশিল কয়া অসিদা ওপোজিসন্দা লৈরিবা পার্টি পূম্নমক্লা মতেঙ পাঙশিনবিয়ু হায়না প্রাইম মিনিষ্টরনা অপিল তৌখি। মহাক্কী রারোল অদু শেঙ্গা–থুমজাগী মতাংদা ট্রিনামুল কন্ত্রেস অমসুং আর জে দি না পুথখলকপা মথোঙ হুক্তবা থৌশিনশিংগী মায়োক্তা হায়খিবনি অমদি পোলিটিকেলগী ওইবা লৌতুনবা কয়াদা গ্রাফট কেস লৈরিবশিং অদুদগী নাম্থোক্লবা লৈঙাক অসিদা এতেক্তে তৌরকপনি।

করিগুম্বা লৈবাকঅসিবু মাঙহয়বা হোৎনরকপা তারগদি মখোয়গী মথক্তা আইনগী ওইবা এক্সন লৌখৎপা হায়বসি মশানা তাবনি। রাজনিটিগী লৌতুনবা খোঙথাং কয়া অমনা মরম ওইরগা মখোয় মশা মরালদগী নাম্থোকখিনবা হোৎনরকপা মতমদা মখোয়গী মথক্তা পোলিটিকেল পার্টি পূম্নমক্লা পুনশিল্লগা মরালদগীদমক ঠৌরাক পীনবা হোৎনবা হায়বসি য়াম্না তঙাই ফদবনি হায়না প্রাইম মিনিষ্টরনা ফোঙদোকখি।

হয়েং প্রসিদেন্ট খয়নগী মীখল পাঙথোক্লদৌরিবা অসিমক য়াম্না মুম্না খল্লগা ওপোজিসন অমদি রুলিং পার্টি অনীমক্লা য়ানবা মীরেপ অমখক থাদোক্লহনা য়াম্না ফবা ওইগদবনি হায়না মোদিনা ফোঙদোক্লদুনা মীরেপ অনী থাদোক্ল বসু রুলিং অমসুং ওপোজিসনগী মায়েক্তদগী শিংনবা অমত্তা য়াওদনা অমসুং অকায়বা রাফম অমত্তা ফোঙদোক্লদুনা মীখলসিগী কেম্পেল চথখিবসি খাগৎনিংঙাইনি। মরম অসিনা মীয়ামগী মীহুৎ খুদিংমক্লা শোইদনা পোলিটিকেল পার্টিশিংগী মহুৎ শিল্লগা মশাগী ভোট অমত্তা মাঙহন্দনা প্রসিদেন্ট অমা খন্নবা হোৎনবিবা হায়না ফোঙদোকখি।

পনবা য়াবদি বি জে পি না লুচিংবা এন দি এ লৈঙাক্লা হন্দক ইন্দিয়াগী প্রসিদেন্ট কেন্দিদেন্ট অমা ওইনা রাম নাথ কোভিন্দবু পুথোকখিবনি অমদি কন্ত্রেসনা লুচিংবা ওপোজিসন পার্টিশিংনা হায়দগী লোক সভা স্পিকর ওইরঙী মৈরা কুমারবু প্রসিদেন্সিয়েল কেন্দিদেন্টে ওইনা পুথোরকখিবনি। অদুবু মীখলসিদা কোভিন্দনা সোইহনা ময় পাক্কনি হায়বগী থাজবা অমদি মীয়ামদা লৈরবনি।

বোফর্স স্কান্দেলগী মতুং আর্মিনা অলত্রা–লাইট হোৱিটজর নোংমৈশিং য়ু এস তগী ফংখিবদু হন্দক্তা চাংয়েং তৌখ্রে

নিউজ এজেন্সি

নিউ দিল্লি জুলাই ১৬ ঃ

বোফর্সকী ৱাথোক লৈখিবা মতুং চহী ৩০ হৌগ্রবা মতমদা য়ু এস তগী ইন্দিয়ান আর্মিনা লৈখিবা লোং–রেঞ্জ অলত্রা–লাইট হোৱিটজর নোংমৈশিং অদুগী মখল অনী পোগ্রানদা ফিন্ড ত্রায়েল মখং মখং চথগ্রে হায়না আর্মি ওফিসিয়েল অমনা ফোঙদোরক্লি।

নোংমৈশিং অদুগী ফিল্ড ত্রায়েল চথবক্লিবা অদু এম–৭৭৭ এ–২ হোৱিটজরশিং অদুগী স্পিদ অমদি কয়ারক হন্না কাপ্পা য়াবগে হায়বা অদু চাংয়েং চথবনি। মখল অসিগী নোংমৈশিং অসি মরু ওইনা চাইনাগা থংনরিবা ইন্দিয়াগী ঙমখৈদা শীজিন্নবনি হায়রি।

চাংয়ে অসি ইন্দিয়ান আর্মিনা নৌনা লৈখিবা খুৎশু–খুৎলাইশিং অদুগী চাংয়েং পুম্না চথদুনা সেপ্টেম্বর থা ফাওবগী মনুংদা লৈঙাকসিগী লৈরিবা খুৎশু–খুৎলাইশিং অসি শীজিন্নবা ঙম্নবা পোরম অমা য়াংনবনি হায়না মশক মমিং তাকথোকনিংদবা ওফিসার অমনা ফোঙদোরকখিবনি।

পনবা য়াবা অমনা ১৫৫ এম এম, ৩৯–কেলিবরগী নোংমৈশিং অসি ইন্দিয়াদা শাবা মরুশিং শীজিন্নগদবনি। ২০১৮ গী সেপ্টেম্বর থা ফাওবনা ইন্দিয়ান আর্মিনা ট্রেনিং তৌনবা অতোপ্পা মখলগী অশানবা নোংমৈ অহুম অমগসু সপ্লাই তৌগদৌরি। নোংমৈশিং অদু ২০২১ গী ময়াই চল্লকপা ফাওবদা লৈবাকসিনা পুন্না ফংগদবনি অদুবু হায়রিবা নোংমৈশিং অদুগী সপ্লাইশিং অদুগী ২০১৯ গী মার্চ থাদগী হৌরগা থা অমদা নোংমৈ মঙাগী চাংদা ইন্দিয়ান আর্মিদা খুৎশিন্নদুনা শীজিন্নহনগদৌনবি। অনৌবা নোংমৈ মখলশিং অসিগী চাংয়েং অদু মরু ওইনা আর্মিদা সপ্লাই তৌবদা থিহন্নবনা ওইনা পাঙথোকখিবনি। চাংয়েং অসিদগী লৌবা য়াবা দাটা পুম্না লৌগ্রে। মসিগী মথক্তা খুৎলাইশিং অসিগী তঙাই ফদবা লৈরবসি চাইনাগা য়ুমথংনরিবা লমদমশিংদা চথরকপা য়াবা এতেক্তে কয়া অদুগী মতাংদা মীয়ামদা খঙহয়বা সেক্যুরিটিগী পাউ অসি ফোঙখিবনি।

EMPLOYMENT NEWS

থবক্কী পাও

Oil India Limited recruitment 2017 – Senior Officer, Senior Engineer

Oil India Limited released new notification on their official website oil-india.com for the recruitment of total 42 (forty two) jobs out of which 07 (seven) vacancies for Senior Officer, 07 (seven) for Senior Engineer & Various Vacancies. Job seekers should apply from 13th July 2017 and before 12th August 2017.

Government Organization:- Oil India Limited
Post info:- Senior Officer, Senior Engineer
Posting:- Assam
Official website: oil-india.com
Oil India Limited careers 2017
Senior Officer: 07 Vacancies
Qualification:- Candidates who wanted to participate for Oil India Limited Senior Officer job should have Post Graduate degree in Management/ Business Administration / Personnel Management. / Social Welfare / Social work / Industrial Relations.
Salary Structure:- Rs. 32900 – 58000/- Per Month
Senior Engineer: 07 vacancies

Qualification:- Aspirants who decided to join Oil India Limited Senior Engineer posts should have Graduate or Post Graduate in relevant Engineering.
Salary breakup:- Rs. 32900 – 58000/- Per Month
Age Limit:-

Senior Officer: 34 years
Senior Engineer: 32 years
Selection Process:- Selection will be made on through Written Test, GD, Viva Voce and Pre Employment Medical Examination.

Fee charges:- Applicants who wanted to participate for Senior Officer, Senior Engineer vacancies should pay the below charges through Online.
SC/ST/PWD: Nil
Others: Rs. 500/- (Rupee five hundred only)
How to apply for Oil India Limited vacancies 2017:- Eligible applicants may apply Online through the website www.oil-india.com from 13.07.2017 to 12.08.2017.
Important Dates to remember:-
Starting Date: 13.07.2017
Closing Date: 12.08.2017
Fee Last Date: 16.08.2017

KRCL recruitment 2017 – Graduate Engineers

Konkan Railway Corporation Limited released new notification on their official website konkanrailway.com for the recruitment of 12 (twelve) vacancies for Graduate Engineers. Job seekers should register till 13th August 2017.

Govt. Agency Name:- Konkan Railway Corporation Limited
Job Name:- Graduate Engineers
Location:- All India
Advt No.:- CO/P-R/06/ 2017
Official Web portal: konkanrailway.com
KRCL recruitment 2017 apply online
Graduate Engineers: 12 Vacancies
Qualification:- Candidates who wanted to participate for KRCL Graduate Engineers job should have Full time regular Bachelor's Degree in Engineering or Technology with not less than 65% marks in aggregate taking average of all the Semesters/Years.
Salary Structure:- Rs. 9300 – 34800/- Grade pay – 4800/- Per Month
Age Limit:- 25 years as on 01/01/2017 (relaxed by 5 years for SC/ST, 3 years for OBC)

Hiring Process:- Selection will be based on GATE Score, GD and Interview.
Fee charges:- Applicants who wanted to participate for Graduate Engineers vacancy should pay the below charges through Demand draft in favour of FA & CAO/KRCL and payable at Navi Mumbai.

SC/ST: Nil
Others: Rs. 500/- (Rupee five hundred only)
How to apply for KRCL jobs 2017:- Interested and Eligible applicants may apply Online through the website www.konkanrailway.com on or before 13.08.2017 and send hard copy of online application along with all requisite documents to Senior Recruitment Officer, Konkan Railway Corporation Ltd, Belapur Bhavan, Sec-11, CBD/ Belapur, Navi Mumbai-400614 on or before 14.08.2017.
Important Dates to remember:-
Closing Date: 13.08.2017
Last Date of Submission Hard Copy of Online Application: 14.08.2017

SCTIMST notification 2017 – Research Nurse

Sree Chitra Tirunal Institute for Medical Science and Technology released new notification on their official website sctimst.ac.in for the recruitment of 03 (three) vacancies for Research Nurse. Walk-in-Interview 25th July 2017.

Government Organization:- Sree Chitra Tirunal Institute for Medical Science and Technology
Post info:- Research Nurse
Posting:- Thiruvananthapuram (Kerala)
Official Web portal: sctimst.ac.in
SCTIMST latest recruitment
Research Nurse: 03 vacancies
Qualification:- Aspirants who decided to join SCTIMST Research Nurse posts should have B.Sc Nursing.
Salary breakup:- Rs. 24000/- Per Month
Age Limit:- 35 years as on 31/07/2017

Selection Process:- SCTIMST will be conduct the Interview for Research Nurse vacancy.
How to apply for SCTIMST vacancies 2017:- Candidates may appear for Interview along with bio-data, original & attested copies of certificates to prove age, qualification, experience at the time of interview.
Venue:- Mini Conference Hall, 3rd Floor, AMC Building Sree Chitra Tirunal Institute for Medical Sciences and Technology, Medical College Campus, Trivandrum-11.
Important Dates to remember:-
Date & Time of Interview: 25.07.2017 at 10:00 AM

NRHM Recruitment 2017 apply for 909 Medical officer vacancies

The National Rural Health Mission (NRHM), now under National Health Mission is an initiative undertaken by the government of India to address the health needs of under-served rural areas. Launched in April 2005 by Indian Prime Minister Manmohan Singh, the NRHM was initially tasked with addressing the health needs of 18 states that had been identified as having weak public health indicators.
741 Medical officer in NRHM:- 27th July 2017

National Rural Health mission released new notification on their official website for the recruitment of total 741 (Seven Hundred Forty One) jobs for Medical officer. Job seekers should apply online / offline before 27th July 2017.

Govt Department:- National Rural Health mission
Post Name:- Medical officer
Job Location:- Jharkhand
Last Date:- 27th July 2017
NRHM Career 2017 Alert
Medical officer:- 741 vacancies
Qualification:- Aspirants who wanted to participate for Medical officer should have BAMS / CAMS / BLIMS / GUMS from recognized university / college with completion of compulsory internship or BHMS / DHMS from recognized university / college with completion of compulsory

Salary Structure:- Rs 22000/- Per Month
Age Limit:- Maximum 45 years as on 1st August 2017.
Selection Process:- On the basis of Merit.
How to apply for recruitment NRHM 2017:- Applicants may apply online through official website www.sams.co.in or hard copy of application form send to SAMS post box no 9780, New Delhi on or before 27th July 2017.
Important Dates to remember:-
Closing Date: 27/07/2017

ঈ এস সুন্দর

ফ্রেঙ্গেম কাওশীং

(লমদম অসিদা লৈরিবা গভর্ণমেন্ট অমদি লালহৌবা অনীগী মরক্তা লৈরিবা মুক্লবা মরকসিদা বাংলাদেশকী মৈতৈ চনু অমনা থেংনবা থৌদোক ৱাথোকশিংদা য়ুম্নম ওইদুনা শাগৎপা, রিন্দা পব্লিকেসন্সনা ফোঙবা নোভেল অসি হৌজিক মীয়াম্না খ্বাইদগী পাম্না পানবা লাইরিক অমা ওইরি।)

২

ঙরাংগী মখা...

রাখল লৌশিং তারকঙৈদগী অহল–লমম্না হায়বতা ইল্লকখি। মাতা নত্তে, বাংলা লৈবাকসিগী মীতৈ চনু খুদিং নৎত্রগা নহা ওইরিবা খুদিং মথক থোংশিংনা হায়বদা হিত্তোক্লদে। পূম্নমকসি ওইদুনসু গঙ্গা পূফম অসিদদি মমা মপাগী য়াথংগী ৱামদা লৈখি। মাগী পাবানা মরক মরক্তা হায়খিবা ৱা মহাক্না করিগী কাউথোক্লরি ? বাংলাগী ঙসি লৈরিবা মীতৈশিং মতম অমদা সনা লৈবাক মণিপুরদগী লাকখিবা মীতৈশিংদুগী চারোন শুরোম্নি হায়বা নৎত্রা ? মখোয় মশাগী ওইবা নাৎ, পুৱারী, লাইনীং অমদি লোয়নশিল্লোনগী পুঁক্লে চোম্না লৈজবতা নত্তনা মতিক–মথৌনাসু লৈজরকপা ফুরুপ অমনিসু হায়খিবা নৎত্রা ? মসিগী থকশি–খাশি, হৌনা–লোনচঙ অমদি পুকচল চাউবগী মতৌ য়ুম্লোন কৈরোম্নবা লৈবাকশিংনা তমজখিবা ঙাক্লি। অদুঙম্না ফুরুপ অদুগী চাদা নাউদানি মখোয়। মরম অদুনা ঙসিগী মীরোয়া অতোপ্পা খুয়াই কয়াগী মরক্তা মসিগী ফিদা অসিবু মাঙহল্লোইদবনি। ফুরুপ অমনা, মা মশাগী ফুরুপমক্কী মায়াদা কৈদৌঙৈদসু হামুক তৈশিনফদে। পূম্নমকসিগী মহৈদুরা ঙসি গঙ্গাগী ফিজি ফিনাদা মৈ রায়রকপগুম থোক্লিবা ? মীতৈ অমা ওইনা পোক্লগা করিগী মীতৈগী চৎনবী ঙাকখিদ্রিবা ?

বাংলোগী পুৱারীনা হায়রি মীতৈ নিংথৌ নৎত্রগা মচা মশুশিংনা মনাই মশলশিংগা করিগুম্বদা য়ুম্লোন্নবা লৈবাকশিংদা শাইদাংলবা নত্তনা, মীতৈশিং বাংলাগী নোংপোক থংবা শরুক্তা খুদাবা হৌরকপদি খৃষ্টকী কুম ১৭৬৮ অদুরাইদগীনি। মদু মতম অমদা তেখাউ হায়না খঙনরম্না ঙসিনা ভারতকী শরুক অমা ওইখ্রবা লৈবাক্তগী নিংথৌ রাজেশ্বরনা পানবা মতম, মানা মাগী লাঞ্জিংবা হরনাট প্রাবাত্তিয়া বারুৱাবু অচৌবা লাম্নী তেঙ্গোল অমগা লোয়ননা মণিপুরগী নিংথৌ ভাগ্যচন্দ্রগী লান পাংবা থারকখি। মতম্ দুদা মণিপুরগী নোংপোক থংবা শরুক্তা খুৎকন–পাঙ্গম্না অৱা হায়বা লৈবাক্ত লৈরমই। লৈবাক্তগী নিংথৌ সিনবিয়ুসিনগর লাম্নীগী লুচিং পুরেল ছৱেবেখ্বননা লুচিংবা লাম্নীশিংনা মোইহাং নিংথৌ খেলৈনুংনাং তেলৈহেবগী খুজিন থৌরাংদগী মণিপুরদা লান্দারকপদু, ভাগ্যচন্দ্র অমদি রাজেশ্বরগী অপুনবা লাম্নীনা মায়থৌবা পীখি। মদুদা মণিপুরগী নিংথৌ ভাগ্যচন্দ্রনা পেল্লদুনা ময়াঙ্কু গৌরশ্যামনা পোকচবী মচানুপী কুরঙ্গনয়নীবু নিংথৌ রাজেশ্বরদা থাজখি। কুরঙ্গনয়নীগা লোয়ননা চৎখিবা মীতৈশিং অদুবু নিংথৌ রাজেশ্বরনা দেশোই তুরেলগী মপান্দা লৈবা মাগালুহতিদা খুন্দাহন্দুনা লৈহনখি। মসিগী মতুং তারকপদদি মণিপুরীশিংনা তেখাউ লৈবাক্তা নরুবা বাংলা লৈবাকসিগী মফম কয়াদা তপ্পা তপ্পা খুন্দাবা হৌরকখি।

মণিপুরীশিংনা করিগীদমক অমদি মতৌ করম্না বাংলা লৈবাকসিদা লৈপ্রিবনো হায়বসিগী ৱারী–রাখোঙ বাংলাগী মণিপুরী অয়াম্বনা খঙনৈ। অদুবু পূম্নমক্তগী হেন্না কুপ্পা খঙবদি ভানুবিলাদগী য়ুম্নাম কৃষ্ণচন্দ্রনি হায়নৈ। মাগী অপোকপা মপাদু মণিপুরদগী মীয়াম্না মশক খঙনবা ইরাবত কৌবা মীয়ামগী লুচিংবা অমগা লুনা তিরখি। মখোয়গী য়ুমদা ইরাবত নুমিৎ কয়ানি ফাওবা লৈরমখি। করিগুম্বদা কৃষ্ণচন্দ্র ভাদদারিগাউদা লাক্তনা অহল লমনশিং অমদি মরূপ–মপাং কয়াগা ফম্নিমদুনা ৱারী শানৈ। লৌউ–শিংউবগী মরমদা, লম্বী থোংগী মরমদা, লাইনীংলোন অমদি বাংলা লৈঙাক্লোনগী অসিনচিংবা কয়া। মাগী অপোকপা মপানা মণিপুরীশিংগী অরিবা ৱারী কয়া মঙোন্দা লীবিরম্মী। শাগৈ নাতৈগী পারী–পুরি, চারোন–ঙরোন ফাওবগী ইরগা থম্নিরম্মী। পূম্নমক্তু তারুরগা গঙ্গাগী মপা ইন্দ্রমনিনা য়ুমদা অমুক লীগনি।

মথং মথং ...

য়ুমগী লায়য়েং

শখোলশেম ইন্দ্রমনি সিংহ

চাবা (চিঙ্গাক)

ঙরাংগী মখা...

কেলোরী ২৫০০	রাওবা	কেলসিয়ম	সেন্টিগ্রাম
সেলেরী	১০৫২	হৈবোং	১২৮
মাখোন মহি	৭৩৫	নেভীমিন্স	১১৮
খামেনশীনবা	৭২৫	য়েরুম	১১২
পালংশাগ	৭০২	চেংগুম	১০১
হঙ্গাম সলাদ	৫৬০	নবাম	১০০
ছানা	৫৩০	বাদাম	৯২
শঙ্গোম	৪৩৫	য়েরুম মমৎ	৯০
দেন্দেলীয়ন মনা	৪৩০	হৱাই থাঙপাক	৭৮
শাল্লগম	৪০২	হৱাইথরাক	৬৫
কোবী	৪৫৮	ইঃ ৱালনট	৬৫
গাজর	৩১০	থাংতুপ (date)	৪৮
এস্পোরেগস	৩০০	কিসমিস	৪৮
স্ট্রীংরিন্স (সিংয়েন)	২৭০	প্রুণ	৪৫
হৈজামপেৎ	২৬০	যোব	৪২
কমলা	২২০	আলু	৪০
ব্রান	১৩৫	পাকান	৩০
মস্ত্রা	৪০	আত্তা	২২
এপল	৩০	যনশা	১৬
লফোই	২২	চুঙাক	১২
ময়দা	১৫	ওকশা	৭
চোইদবা চেং	৮	চিনি	০
মাখোন	৫		
শেমদোকপা মহাও	০		

কেলসিয়ম অসি হকচাং শাবদা মরু ওইনা থুমগী মকল অমনি। শরু পূম্নমক কেলসিয়ম্না শাবনি। এসিদকী লায়না, তাং চিকপা, গাউত্তা আলকালি ৱাৎপা এসিদ মাঙহয়বা শরূদবী কেলসিয়ম লৌদুনা শীজিন্নথোকপদগী লাকপা লায়নানি।

মথং মথং ...