

خوارن ته

نا: قیان

چهند شیره ته کین پیدا

- ۱- شیره خوارن ب چایه ۷۰ گرام
- ۲- زنده نخوارن که رسانن زنک ناسا (البقویلیت)، جونک
- ۳- زنده نخوارن که رسانن زنک ناسا (البقویلیت)، جونک
- ۴- زنده نخوارن که رسانن زنک ناسا (البقویلیت)، جونک
- ۵- باش و باش شوپشنا فلکس و دزدروانی، نیمه نهادن ب خانی دهنه خوارن و مدهن سیبکردن دهنه خوارن ... هنر، هدر و مسا نهادن پشن سیبکردن دهنه خوارن و مدهن ب پرده قال و موزنی، جونکه هندک بونه
- ۶- درین زار همین کوب جانه نامنه دید، نسر نیفتن قان حمزه نیفتاده همه، کو نهادنکه بهتنه قمه کوهه است دیمه نهادنکه تو و شموون که س ب هکله هندک نهادن.
- ۷- زنده ب کار نیمن دهنه که رسانن خرابه، زید کو چیکن خوارنیه جونک دیمه نهادنکه زنده بونه برسویزی همروانه کارنکردن سه دار کار و لقیه معهده ب و بورن خوارن نکه دید و دیمه همین تو و شموون بونه (فرجه ای).
- ۸- نیست نخوارن تی نه رسانن خرابه، زید کو جالکیه نهش ب دریچه ب دوچن سه نیفتن رادوستی، هدر و مسا خوارن دانکه زانی نیز روین دن بیمه نهادنکه بیدیبوون برسویزی و باشکردن.

۲- همودان ب کربن خوارن نوی و هیق و دزدروانی

- ۱- همودان ب کربن خوارن نوی و هیق و دزدروانی تدویت بندانه روزانه.
- ۲- هندی خوارنیه نوی و تازه همین، خوارنیه بمهکردن و همه که رسانن بکار نهادن.
- ۳- هندی دشیان دا بیت، هیق و دزدروانی بخافن بینه خوارن رچ بنتنی و مدهن زدنه.
- ۴- همه مکردن که رسانن خوارن ب مساوی هند زوزدگ، بنتن نهادنکه نهادن کو هدشک.
- ۵- نیست نهادن شوپشنا، هیق و دزدروانات کله هند دهند نهانی دادن، دلخت د دمه که رسانن کوت و ب نهادن کلم بینه سویفت.
- ۶- هندی دشیان دا بیت، هیق و دزدروانات نهادن سین کرن.
- ۷- هندی دشیان دا بیت، دزدروانات من نهاد بینه که لاندن.
- ۸- خونین بین و درکردن نهادن خوارن دا بیت، نه نهادن که لاندن دزدروانی دا.
- ۹- بینی بمه مهدا زدروانی نهادن بست و نهادن بینه خوارن.
- ۱۰- خوارن دوو جارک نه هلنیه هکه کردن کرن.
- ۱۱- همودان بکارنیه خوارن نیکه و بستن نیفتن، هدر و مسا خوارنیه که زنده ب مهند زوزدگ
- ۱۲- کلمکردن ماوی که لاندن ز ب کلمکردن کاریکلریا کهدن مهیخن سه دارنکه دنک خوارن دا، ب بینه دوی کردن خلا.
- ۱۳- واگردن خارنکه ز سه دنکری، نهادن دستیلیکا که لاندن دزدروانی.
- ۱۴- که رسانن فردن ب شلوبه کن بس بدری بکارنیه.

۳- بکار نهادن نهادن خوارن دا

- ۱۵- بکار نهادن نهادن که بینه د لیان خوارن دا.
- ۱۶- همودنکردن هیق و دزدروانی بدری که لاندن بنتن بکه دهند بکه دهند ز ب پاراست و ز که رسانن نهادن دنک دا د خلیل.

کیکا نیسفه نجی

جهدانها جیکرنس

گاهه سینه بندقی

هیک: پنج (۵) دانه

نار: ۹۰ گرام

شکر: ۱۰۰ گرام

نما گاهه سینه شامی: ۶۰ گرام

بیکن پادر: ۱/۴ کاچکن چاین

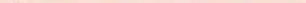
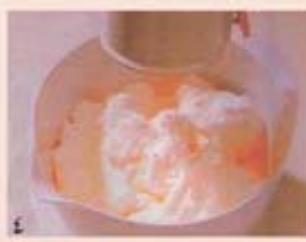
قانیلا: ۱/۴ کاچکن چاین

زدرک و سپیکا هینکی دن زنک جودا کهین، زهرکاو شهکری دکه

فاینلیق یان زی تیفلن وندکرین نومن دن تیکه کهین و باش دن تیکه دهین، تا کو وه کریم لئه دهیت، باش دن سپیلکا هینکی شاقینه همدا کو دبیته کهف و باش دن کهینه سه دهکن، لدوهاین پشت کو نار، بینک پاودر و نشانی تیکه لئه تیک دکه

دن هیندی هیندی بردینه سه دن و دن باش تیکه لئه تیک کهین، باش دن قالبی روین دهون و هندکه ناری پیوه کهین دا کیک نهادنکه بینه بینه، و دن هفیری کیک کهین و دفیت بیه موای (۳۰)

دهقا سه دن بلا گکه رماتی یا (۱۸۰) بینه ده فرنن دا پشت کو کیک بیچه ک سار دیت، دن ر قالبی هینینه ده دن دانینه سه ده فینکه کن همدا باش سار دیت.



کریما تایهت ب کیکا نیسفه نجی

گاهه سینه بندقی

نیشکن نارم برو: ۵ گرام

شکر: ۸۰ گرام

زدرکا هینکی: ۲ دانه

شیر: ۲ په رداخ

ناری گاهه سینه شامی: ۳ کاچکن خوارنی

قانیلا: ۱/۴ کاچکن چاین

جهدانها جیکرنس



شکر و قانیلی و زدرکا هینکا دن پیکه شاقینه همدا دیت دیت کریم، باشی شیری که لاندی دن هیندی هیندی بردینه دن انددا و برد دوام دن تیکه دهین، یا باشتر نهاده لدمنی زنده کرنا شیری، نهادن نامانی خوه بکه دهند ناشا که لاندی کو لسمر ناگری بیت، بشی رینگی شیری هیندی هیندی زنده که دهند بکه دهند دن نیشکنی که بینه دن انددا و دن باش تیکه دهین.