



మృదువైన ఇడ్డీలకు

చెన్నై ఎక్స్ ప్రెస్

మినపగుళ్లు

ఫోర్ - పి ఇంటర్నేషనల్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్

చెన్నై H.O. ❖ హైదరాబాద్ B.O. ❖ గుంటూరు B.O.



బలమైన పోషక పదార్థాలను మినపగుళ్లు చేస్తే ఎక్స్ ప్రెస్ మినపగుళ్లు

4P



తేది	సూ.ఉ.	సూ.అ.
1	5.54	5.51
7	5.55	5.46
15	5.57	5.41
22	5.59	5.36

2022 అక్టోబర్ OCTOBER

శ్రీ శుభకృత్ నామ సంవత్సర ఆశ్వీజ శుద్ధ పక్షి శనివారం నుండి కార్తీక శుక్ల సప్తమి సోమవారం వరకు శాలిశకం 1944 ఆశ్వీజ 8 నుండి కార్తీక 8 వరకు

ఆది SUN రాహు సా. 4.30 ల 6.00 యమ ప. 12.00 ల 1.30 దు.సా. 4.25 ల 5.13	30 పంచమి ఉ. 8.08 పక్షి తె. 5.51 మూల ఉ. 10.30 వర్జం ఉ. 9.00 ల 10.30 పున: రా. 7.26 ల 8.56	2 సప్తమి సా.6.25, మూల రా.2.30, వర్జం ఉ.11.33ల 1.03, పున: రా.1.01ల2.31	9 పూర్ణిమ రా.2.12 ఉత్తరాభాద్ర సా.5.13 వర్జం తె.5.07ల	16 సప్తమి పూర్తి ఆర్ద్ర రా.1.43 వర్జం ఉ.8.31ల10.17	23 త్రయోదశి సా.4.45 ఉత్తర మ.2.15 వర్జం రా.10.55ల12.33
సోమ MON రాహు ఉ. 7.30ల 9.00 యమ. ఉ. 10.30 ల 12.00 దు.ప. 12.24 ల 1.12 దు.సా. 2.46ల3.34	31 సప్తమి తె.3.24 పూర్వాషాఢ. ఉ.8.51 వర్జం సా.4.17ల5.47	3 అష్టమి సా.4.02 పూర్వాషాఢ రా.12.50 వర్జం ఉ.11.38ల1.08	10 బ. పాడ్యమి రా.1.31 రేవతి సా.5.02 శే.వర్జం ఉ.6.41,పున:లేదు	17 సప్తమి ఉ.7.35 పునర్వసు తె.4.40 వర్జం మ.2.37ల4.23	24 చతుర్దశి సా.4.47 హస్త మ.3.01 వర్జం రా.11.05ల12.41
మంగళ TUE రాహు సా. 3.00 ల 4.30 యమ ఉ. 9.00 ల 10.30 ఉ.ఉ. 8.24 ల 9.12 పున:రా. 10.48ల11.36	పండుగలు 2 మహాత్మాగాంధీ జయంతి 2 మూలాశ్వుత సర్వతీర్థాలు 3 దురాష్ట్రుడు 4 మహానామి 5 విజయదశమి - దసరా 6 గోపదానాభ ద్వాదశి 7 ఆశోకాత్మిరాత్రివ్రతము 8 మిలాదినబీ 9 కోజాగర్ పూర్ణిమా 11 చిత్రకారై ప. 3.56 12 అటవీదే, చంద్రోదయ వ్రతం 13 సరికట్టవార చతుర్థి 14 ఇదుల్ మాలత్ 17 దుర్గోత్సవము 18 పీఠాసానా సమాధిపూజ 22 ధన్వంతరీ జయంతి 23 మాస శివరాత్రి 24 నరక చతుర్దశి స్వాతి కార్తీకా.1.32 25 దీపావళికదారేశ్వర వ్రతము 26 కార్తీక సానారంభం 26 చంద్రోదయము, ఆకాశదీపారంభం 27 భగినీ హస్త భోజనము 27 చిత్రగుప్త జయంతి 28 నాగుల చవితి వర్మిక పూజ 30 మహాష్టమి 31 శ్రీమతి ఇందిరమ్మ వర్ణం	4 నవమి మ.1.37, ఉత్తరాషాఢ రా.11.08, వర్జం ఉ.8.16ల 9.46, పున:రా.2.51ల4.21	11 విదియ రా.1.19, అశ్వినీ సా.5.19, వర్జం మ.1.16ల 2.52, పున:రా.3.11ల4.49	18 అష్టమి ఉ.9.42 పుష్యమి పూర్తి వర్జం మ.1.12ల2.58	25 అమావాస్య సా.4.20 చిత్త మ.3.14 వర్జం రా.8.46ల10.20
బుధ WED రాహు ప. 12.00 ల 1.30 యమ ఉ. 7.30 ల 9.00 దు.ఉ. 11.36ల12.24	5 దశమి ఉ.11.13 శ్రవణం రా.9.27 వర్జం రా.1.12ల2.42	12 తదియ రా.1.15 భరణి రా.6.05 వర్జం లేదు.	19 నవమి ఉ.11.46 పుష్యమి ఉ.7.57 వర్జం రా.9.01ల10.45	26 కార్తీక శు.పాడ్యమి మ.3.19 స్వాతి మ.2.59 వర్జం రా.8.27ల10.00	
గురు THU రాహు ప. 1.30ల3.00 యమ. ఉ. 6.00ల7.30 దు.ఉ. 10.00 ల 10.48 పున: ప. 2.48ల 3.36	6 ఏకాదశి ఉ.8.42 ధనిష్ఠ రా.8.01 వర్జం రా.2.51ల4.21	13 చవితి రా.2.28 కృత్తిక రా.7.22 వర్జం ఉ.6.43ల8.23	20 దశమి మ.1.37 అశ్లేష ఉ.9.20 వర్జం రా.10.23ల12.07	27 విదియ మ.2.01 విశాఖ మ.2.18 వర్జం సా.6.08ల7.39	
శుక్ర FRI రాహు ఉ. 10.30 ల 12.00 యమ. ప. 3.00 ల 4.30 ఉ.ఉ. 8.24 ల 9.12 పున: ప. 12.24ల 1.12	7 ద్వాదశి ఉ.7.13, త్రయోదశి తె.5.15, శతభిషం రా.6.46 వర్జం రా.12.56ల2.21	14 పంచమి రా.3.49, రోహిణి రా.8.42, వర్జం మ.12.15ల 1.56 పున:రా.2.34ల4.20	21 ఏకాదశి మ.3.06 మఖ ఉ.11.24 వర్జం రా.8.00ల9.42	28 తదియ మ.12.20 అనూరాధ మ.1.15 వర్జం సా.6.33ల8.03	
శని SAT రాహు. ఉ. 9.00 ల 10.30 యమ. ప. 1.30 ల 3.00 దు.ఉ. 6.00ల 7.36	1 షష్ఠి రా.8.40 జ్యేష్ఠ తె.4.06 వర్జం ఉ.6.19ల7.50	8 చతుర్దశి రా.3.17 పూర్వాభాద్ర సా.5.48 వర్జం రా.3.11ల4.44	15 షష్ఠి తె.5.32 మృగశిర రా.11.17 వర్జం లేదు.	22 ద్వాదశి సా.4.11 పుబ్బ మ.1.07 వర్జం రా.8.40ల10.20	
	29 చవితి ఉ.10.19 జ్యేష్ఠ మ.12.01 వర్జం రా.7.30ల9.00				

ప్రామాణిక పంచాంగకర్తలు : పంగిపురపు పరబ్రహ్మ సిద్ధాంతి గారు, అంగలకుదురు (పోస్ట్), గుంటూరు జిల్లా. సెల్ : 98492 96778

2022 SEPTEMBER						
Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa	Su
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



2022 NOVEMBER						
Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa	Su
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				