

дінх чистх ве^зда^хх, и пра^ви^тх мн^ого о^упражненіе,
ймат^ь сок^ъ по лек^ъ, по т^ѣнак^ъ и на^й лесен^ъ за да
приими^{ти} в^ъ кр^ъвь-т^ѣ, месо-то и^мж с^ъ см^ъла по
лесно и за ради това є на^й здр^ъбо.

На кой-то добитацы месо-то є в^ъло, и мат^ь т^ѣ-
нак^ъ сок^ъ, и месо-то и^мж є кр^ъхко, за това и лесно
с^ъ см^ъла.

3. В^ъодна-та храна є млеко-то, ийца-та, с^ъколат^ъ-
ж^ъх, чорба-та на месо-то, ил^и на риб^ъ-т^ѣ, и проч.

Млеко-то (преснак^ъ-ж^ъх) є ёдно р^ѣдко исти^е б-
пред^ѣленно оть естество-то за хран^ъ на малки-т^ѣ
животни, и т^ѣх є ёдна храна ко^л-то не ѿе мн^ого прео-
готовленіе за стомах^ъ-ж^ъх. На^й х^ъбаво-то млеко
є кое-то и^ма ёдна х^ъбава и сладк^ъ мир^ѣзм^ъ, ёдна
вс^ѣх мн^ого в^ъл^ѣ, в^ъс^ѣх т^ѣрд^ѣ мн^ого сладк^ъ, и
не є нито мн^ого г^ѣсто, нито мн^ого р^ѣдко. Содержа-
ва мн^ого маслени и вальмани св^ѣщества, за ради то-
ва є хранители, док^ѣрва мн^ого добри произведенія
на разны болести, и є на^й здр^ъба-та храна на кой-
то и мат^ь безс^ѣлен^ъ стомах^ъ, и за д^ѣца-та.

Пресни-т^ѣ ийца и рефи-т^ѣ пра^ви^тх ёдна хран^ъ
мн^ого сладчители, и лесно с^ъ см^ъла, и є т^ѣрд^ѣ мн^ого
хранители. Т^ѣх храна є на^й полезна на онъя
кой-то с^ъ станови^{ти} безс^ѣлни и с^ъ с^ъ ис^ѣкали оть
и^ко^л болесть, и на старцы-т^ѣ кой-то и мат^ь и^к-
жд^ъ оть исти^е-та кой-то с^ъ см^ълат^ъ лесно. Ж^ѣл-
тин^а-та на ёдно ийце като с^ъ расм^ѣй в^ъ топл^ѣ во-
д^ѣ става ёдно и^кифо р^ѣдко, кое-то о^употребл^ѣва-
мы на мн^ого болест^ѣтельства, кое-то є и то сладчи^{во}