2025507331
ਸੀ/1

ਪੰਜਾਬ ਸਟੇਟ ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਸੋਸਾਇਟੀ

ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਕੰਪਲੈਕਸ, ਪੰਜਵੀਂ ਮੰਜਿਲ, ਜਿਲ੍ਹਾ ਐਸਏ.ਐਸ. ਨਗਰ (ਮੋਹਾਲੀ).

ਫੋਨ ਨੰ :0172-5212307,2210019

E-mail-id-mdmpunjab@punjabeducation.gov.in

ਵੱਲ,

ਸਮੂਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈ.ਸਿ.)
ਸਮੂਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਐ.ਸਿ.)
ਪੰਜਾਬ।

ਮੀਮੋ ਨੰ.ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਐਸ./ਜੀ.ਐਮ./E-589752/2025/ 85173
ਮਿਤੀ 28/03/2025

ਵਿਸ਼ਾ:- **ਪੀ.ਐਮ. ਪੋਸ਼ਣ ਸਕੀਮ ਅਧੀਨ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਮੀਨੂੰ ਸਬੰਧੀ ਹਦਾਇਤਾਂ।**

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਪੀ.ਐਮ. ਪੋਸ਼ਣ ਸਕੀਮ ਅਧੀਨ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਮੀਨੂੰ ਸਬੰਧੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਨੱਥੀ ਕਰਕੇ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾ ਕੇ ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਇੰਚਾਰਜ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਮੀਨੂੰ ਅਨੁਸਾਰ ਦੁਪਹਿਰ ਦਾ ਭੋਜਨ ਖੁਆਉਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ, ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਮੀਨੂੰ ਅਨੁਸਾਰ ਭੋਜਨ ਨਹੀਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਭਾਵ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਪਾਈ ਗਈ ਤਾਂ ਉਸਦੀ ਨਿਰੋਲ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਮੀਨੂੰ ਮਿਤੀ 01/04/2025 ਤੋਂ 30/04/2025 ਤੱਕ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਕਤ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਇੰਨ-ਬਿੰਨ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ।

ਜਨਰਲ ਮੈਨੇਜਰ

ਪਿੱ.ਅੰ.ਨੰ.ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਐਸ./ਜੀ.ਐਮ./2025/ 85174 ਮਿਤੀ 28 /03/2025

ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ/ਯੋਗ ਕਾਰਵਾਈ ਹਿੱਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:-

1) ਸਮੂਹ ਉੱਪ ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਐ.ਸਿ.)
2) ਸਮੂਹ ਸਹਾਇਕ ਬਲਾਕ ਮੈਨੇਜਰ/ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਇੰਚਾਰਜ

ਜਨਰਲ ਮੈਨੇਜਰ

ਦਫਤਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈ:ਸਿ) ਬਠਿੰਡਾ
ਪਿ.ਅੰਕਣ ਨੰ: ਜੀ-1/1(2025)/1420 ਮਿਤੀ: 02/04/25
ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਸਮੂਹ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀਆਂ ਨੂੰ, ਉਕਤ ਸਿੱਖਿਆ ... ਕਿ ਉਕਤ ਪੱਤਰ ਅਨੁਸਾਰ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਇੰਨ-ਬਿੰਨ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ।

2/4/25
ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈ:ਸਿ)
ਬਠਿੰਡਾ।

Weekly Menu is as under:-

S.No.	Day	Menu
1	Monday	Dal (Seasonal vegetables), Chapatti and Seasonal Fruit
2	Tuesday	Rajmah and Rice
3	Wednesday	Black Channe/white channe (mixed with potato) and Puri/ Chapatti
4.	Thursday	Karhi (mixed with Potato and Onion Pakoras) and Rice
5	Friday	Seasonal Vegetable and Chapatti
6.	Saturday	Dal, Rice and Kheer

ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਦਾ ਮੀਨੂੰ

ਲੜੀ ਨੰ.	ਦਿਨ	ਮੀਨੂੰ
1	ਸੋਮਵਾਰ	ਦਾਲ (ਮੌਸਮੀ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਮਿਲਾ ਕੇ), ਰੋਟੀ ਅਤੇ ਮੌਸਮੀ ਫਲ
2	ਮੰਗਲਵਾਰ	ਰਾਜਮਾਹ ਅਤੇ ਚਾਵਲ
3	ਬੁੱਧਵਾਰ	ਕਾਲੇ ਚਨੇ/ਚਿੱਟੇ ਚਨੇ (ਆਲੂ ਮਿਲਾ ਕੇ) ਅਤੇ ਪੂਰੀ/ਰੋਟੀ
4	ਵੀਰਵਾਰ	ਕੜ੍ਹੀ (ਆਲੂ ਅਤੇ ਪਿਆਜ ਦੇ ਪਕੋੜਿਆਂ ਸਮੇਤ) ਅਤੇ ਚਾਵਲ
5	ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	ਮੌਸਮੀ ਸਬਜ਼ੀ ਅਤੇ ਰੋਟੀ
6	ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਦਾਲ, ਚਾਵਲ ਅਤੇ ਖੀਰ

<u>ਨੋਟ:-</u>

ੳ) ਮੀਨੂੰ ਵਿੱਚ ਹਰ ਹਫਤੇ ਬਦਲ ਕੇ ਦਾਲ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ ਭਾਵ ਇੱਕ ਹੀ ਦਾਲ Repeat ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਅ) **ਤਿੱਥੀ ਭੋਜਨ ਸਬੰਧੀ**

ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਰਪੰਚ, ਦਾਨੀ ਸੱਜਣ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪੱਤਵੰਤੇ ਸੱਜਣਾ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਰੋਹ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਨ ਜਾਂ ਤਿਉਹਾਰ ਤੇ ਕੋਈ ਸਪੈਸ਼ਲ ਭੋਜਨ, ਫਲ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਮਠਿਆਈ ਆਦਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਦੇਣ ਸਬੰਧੀ ਉਪਰਾਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣ।

ਜਨਰਲ ਮੈਨੇਜਰ