ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ,ਪੰਜਾਬ

ਪੰਜਾਬ ਸਿੱਖਿਆ ਭਵਨ (ਪੀ.ਐਸ.ਈ.ਬੀ.) ਈ ਬਲਾਕ, ਪੰਜਵੀਂ ਮੰਜਿਲ,
ਅਜੀਤਗੜ੍ਹ (ਮੋਹਾਲੀ) ਪੰਜਾਬ
ਫੋਨ ਨੰ.0172-5212307,

ਵੱਲ

ਸਮੂਹ ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸ਼ਰ (ਸੈ.ਸਿ./ਐ.ਸਿ.)
ਸਮੂਹ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ (ਵੈਬ ਸਾਈਟ ਤੇ)

ਮੀਮੋਂ ਨੰ. ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਸੀ./ਜੀ.ਐਮ./2013/2454-2475
ਮਿਤੀ 18/07/2013

ਵਿਸ਼ਾ:- ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਬਨਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਸਬੰਧੀ।

ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਸਕੀਮ ਅਧੀਨ ਸਮੂਹ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰੋਜਾਨਾਂ ਮੀਨੂੰ ਮੁਤਾਬਕ ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਬਨਾਉਣ ਸਮੇਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ:-

1) ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਬਨਾਉਣ ਵਾਲੀ ਰਸੋਈ ਦੀ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਦੀ ਜਿਥੇ ਕੱਚਾ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਦਾਲਾ ਪਈਆ ਹਨ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

2) ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਬਨਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕੁੱਕ-ਕਮ-ਹੈਲਪਰ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਨਹੁੰ ਕੱਟੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿਰ ਦੇ ਵਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੰਨੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕਿ ਖਾਣਾ ਬਨਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਵਾਲ ਖਾਣੇ ਵਿੱਚ ਨਾ ਪੈ ਜਾਣ। ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਕੁੱਕ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਵਰਤਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੱਥ ਧੋ ਕੇ ਹੀ ਖਾਣਾ ਬਨਾਉਣ।

3) ਮੀਨੂੰ ਮੁਤਾਬਿਕ ਉਸ ਦਿਨ ਬਣਨ ਵਾਲੀ ਦਾਲ ਅਤੇ ਚਾਵਲਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੁਣ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਬਨਣ ਵਾਲੀ ਸਬਜ਼ੀ ਨੂੰ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋ ਲਿਆ ਜਾਵੇ।

4) ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ ਕਿ ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣਯੋਗ ਰਾਸ਼ਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਣਕ ਅਤੇ ਚਾਵਲ ਪਨਸਪ ਤੋਂ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਮਿਕਦਾਰ ਦਾ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵਰਤਣਯੋਗ ਦਾਲ ਉੱਚ ਕੁਆਲਿਟੀ ਦੀ ਹੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਤਾਜੀ ਸਬਜ਼ੀ ਹੀ ਵਰਤੀ ਜਾਵੇ।

5) ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਦਾ ਖਾਣਾ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ **reputed** ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਸੀਲਡ ਰਿਫਾਇੰਡ ਤੇਲ ਹੀ ਵਰਤਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਮਸਾਲੇ ਵੀ ਉੱਚ ਕੁਆਲਿਟੀ ਦੇ ਹੀ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

6) ਇਹ ਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਹਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਡਬਲ ਫੋਰਟੀਫਾਈਡ ਨਮਕ ਯਾਨੀ ਕਿ ਆਈਰਨ+ਆਇਓਡੀਨ ਵਾਲਾ ਨਮਕ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਇਰਨ ਦੀ ਕਮੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਦੇ ਖਾਣੇ ਵਿੱਚ ਡਬਲ ਫੋਰਟੀਫਾਈਡ ਨਮਕ ਹੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇ। ਇੱਥੇ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਵੀ ਉਚਿਤ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਨਮਕ ਵਿੱਚ ਆਇਰਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਬਜ਼ੀ/ਦਾਲ ਬਨਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਖਾਣੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਇਆ ਜਾਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਜਿਆਦਾ ਪਕਾਉਣ ਤੇ ਨਮਕ ਵਿੱਚ ਆਇਰਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

7) ਇਸ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਦ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਸਾਬਣ ਨਾਲ ਹੱਥ ਧੋਣ।

8) ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣਯੋਗ ਸਾਰੇ ਬਰਤਨ ਸਾਫ਼ ਸੁਥਰੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਫ ਸੁਥਰੀ ਥਾਂ ਤੇ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ।

9) ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ, ਵਰਤਾਉਣ ਜਾਂ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾ ਵਾਲੇ ਬਰਤਨ ਜਾਂ ਡੱਬੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਨਾ ਵਰਤੇ ਜਾਣ।

10) ਮਿਡ-ਡੇ ਮੀਲ ਬੱਚਿਆ ਨੂੰ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਸਕੂਲ ਮੁਖੀ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ ਕਿ ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਖਾਣਾ ਸੁਆਦ ਅਤੇ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੀ ਬੱਚਿਆ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ।

ਉਪਰੋਕਤ ਹੁਕਮਾ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਹੁਕਮਾ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸਖ਼ਤ ਅਨੁਸਾਸ਼ਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਪ੍ਰਮੁਖ ਸਕੱਤਰ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਕਮ ਡੀ.ਜੀ.ਐਸ.ਈ.