

# ਪੰਜਾਬ ਸਟੇਟ ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਸੋਸਾਇਟੀ

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

ਫੋਨ ਨੰ : 0172-5212307, 2210019

[E-mail-id-mdmpunjab@punjabeducation.gov.in](mailto:E-mail-id-mdmpunjab@punjabeducation.gov.in)

ਵੱਲ,

ਸਮੂਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈ.ਸਿ.)

ਸਮੂਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਐ.ਸਿ.)

ਮੀਮੇ ਨੰ.ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਐਸ./ਜੀ.ਐਮ./2024/ 8 4905

ਮਿਤੀ 28/03/2024

**ਵਿਸ਼ਾ:- ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਮੀਨੂੰ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ।**

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਇਸ ਦਫਤਰ ਦੇ ਪੱਤਰ ਨੰ.ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਐਸ./ਜੀ.ਐਮ./2022/314509 ਮਿਤੀ 30/11/2022 ਨੰ.ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਐਸ./ਜੀ.ਐਮ./2023/24466 ਮਿਤੀ 27/01/2023 ਅਤੇ ਨੰ.ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਐਸ./ਜੀ.ਐਮ./2023/339068 ਮਿਤੀ 27/12/2023 ਦੀ ਲਗਾਤਾਰਤਾ ਵਿੱਚ।

2.0 ਉਕਤ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਆਪ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਿਤੀ 27/03/2024 ਨੂੰ ਪੀ.ਐਮ.ਪੋਸ਼ਣ ਸਕੀਮ ਦੀ PAB (Planning Approval Board) ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਪੀ.ਐਮ. ਪੋਸ਼ਣ ਸਕੀਮ ਅਧੀਨ ਸਕੂਲ ਪੱਧਰ ਤੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਮੀਨੂੰ ਵਿੱਚ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਅਗਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਮੀਨੂੰ ਸਬੰਧੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ।

3.0 ਉਕਤ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਅਗਲੇ ਮਹੀਨੇ ਭਾਵ ਮਈ 2024 ਤੋਂ ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਮੀਨੂੰ ਵਿੱਚ ਫੇਰ-ਬਦਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

4.0 ਆਪ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਨੱਥੀ ਮੀਨੂੰ ਅਨੁਸਾਰ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਬਣਾਉਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਮੀਨੂੰ ਮਿਤੀ 01/04/2024 ਤੋਂ ਮਿਤੀ 30/04/2024 ਤੱਕ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਕਤ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਇੰਨ-ਬਿੰਨ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ।


  
ਜਨਰਲ ਮੈਨੇਜਰ

ਪਿ.ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਐਸ./ਜੀ.ਐਮ./2024/ 8 4906

ਮਿਤੀ 28/03/2024

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

- 1) ਨਿੱਜੀ ਸਕੱਤਰ ਟੂ ਸਿੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ, ਪੰਜਾਬ,
- 2) ਨਿੱਜੀ ਸਕੱਤਰ ਟੂ ਸਕੱਤਰ, ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ, ਪੰਜਾਬ,
- 3) ਪੀ.ਏ. ਟੂ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ, ਪੰਜਾਬ,
- 4) ਪੀ.ਏ. ਟੂ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ (ਸੈ.ਸਿ.)
- 5) ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ.
- 6) ਪੀ.ਏ. ਟੂ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ (ਐ.ਸਿ.)

  
ਜਨਰਲ ਮੈਨੇਜਰ

**Weekly Menu is as under:-**

S.No.	Day	Menu
1	Monday	Dal (Seasonal vegetables) and 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 (Mixed with Ghia or Kadu) and Rice

Note:- In addition to the regular menu "Kheer" as sweet dish is provided on any day of a week to all the students

**ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਦਾ ਮੀਨੂੰ**

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

ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹਫ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਿਨ ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਦੇ ਖਾਣੇ ਨਾਲ ਸਵੀਟਡਿਸ਼ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਖੀਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

