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./2025/25958
ਮਿਤੀ 28/01/2025

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 ਨੱਥੀ ਮੀਨੂੰ ਅਨੁਸਾਰ ਸਕੂਲੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾ ਕੇ ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਇੰਚਾਰਜ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ 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 01/02/2025 ਤੋਂ **28**/02/2025 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/ 25959 **ਮਿਤੀ** 28 **/01/2025**

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

Weekly Menu is as under:-

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

ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਦਾ ਮੀਨੂੰ

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

ਨੋਟ:-

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 ਪੱਤਵਤੇ 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।

General Manager

29/1/2015