

# 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 ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈ.ਸਿ.)

ਸਮੂਹ ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਐ.ਸਿ.)

ਪੰਜਾਬ।


ਮੀਮੇ ਨੰ. ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਐਸ./ਜੀ.ਐਮ./E-589752/2025/ 114204

ਮਿਤੀ 30/04/2025

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

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਪੀ.ਐਮ. ਪੇਸ਼ਣ 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 01/05/2025 ਤੋਂ 31/05/2025 ਤੱਕ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇਗਾ।

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

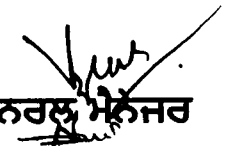
  
ਜਨਰਲ ਮੈਨੇਜਰ

ਪਿੰ.ਐ.ਨੰ.ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ.ਐਸ./ਜੀ.ਐਮ./2025/ 114205

ਮਿਤੀ 30/04/2025

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:-**

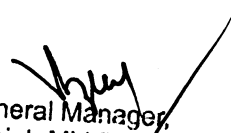
S.No.	Day	Menu
1	Monday	Dal (Seasonal vegetables), Chapatti and Seasonal Fruit
2	Tuesday	Rajmah and Rice
3	Wednesday	Black Channe/white channe (mixed with potato) and Puri/Chapatti
4.	Thursday	Karhi (mixed with Potato and Onion Pakoras) and Rice
5	Friday	Seasonal Vegetable and Chapatti
6.	Saturday	Sabt Mah di 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	ਕੜੀ (ਆਲੂ ਅਤੇ ਪਿਆਜ ਦੇ ਪਕੌੜਿਆਂ ਸਮੇਤ) ਅਤੇ ਚਾਵਲ
5	ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	ਮੌਸਮੀ ਸਬਜ਼ੀ ਅਤੇ ਰੋਟੀ
6	ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਸਾਬਤ ਮਾਹ ਦੀ ਦਾਲ, ਚਾਵਲ ਅਤੇ ਖੀਰ

**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।

  
General Manager,  
Punjab Mid-Day Meal Society,  
PSZS Building, E-Block, Phase-8,  
Sahibzada Ajit Singh Nagar.