ਪੀ.ਐਮ.ਪੋਸ਼ਣ,ਪੰਜਾਬ

ਪੰਜਾਬ ਸਿੱਖਿਆ ਭਵਨ (ਪੀ.ਐਸ.ਈ.ਬੀ.) ਈ ਬਲਾਕ, ਪੰਜਵੀਂ ਮੰਜਿਲ,
(ਮੋਹਾਲੀ) ਪੰਜਾਬ **E-mail id:mdmpunjab@punjabeducation.gov.in**
ਫੋਨ ਨੰ.0172-2210019

ਵੱਲ,

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

ਮੀਮੋ ਨੰ.ਪੀ.ਐਮ.ਪੋਸ਼ਣ/ਜੀ.ਐਮ./E-589752/2026/ 323516

ਮਿਤੀ 30 **/10/2026**

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

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਪੀ.ਐਮ. ਪੋਸ਼ਣ ਸਕੀਮ ਅਧੀਨ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਮੀਨੂੰ ਸਬੰਧੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਨੱਥੀ ਕਰਕੇ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ 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 ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਦੀ ਨਿਰੋਲ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਮੀਨੂੰ ਮਿਤੀ 01/11/2026 ਤੋਂ 30/11/2026 ਤੱਕ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇਗਾ।

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

ਜਨਰਲ ਮੈਨੇਜਰ

ਪਿੱ.ਅੰ.ਨੰ.ਪੀ.ਐਮ.ਪੋਸ਼ਣ./ਜੀ.ਐਮ./2026/ 323517 **ਮਿਤੀ** 30 **/09/2026**

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 , Chapatti and Seasonal Fruit
2	Tuesday	Rajmah and Rice
3	Wednesday	Black Channe/ white Channe (mixed with potato) , Puri/ Chapatti
4.	Thursday	Karhi (mixed with Potato and Onion Pakoras) and Rice
5	Friday	Seasonal Vegetable and Chapatti
6.	Saturday	Dal and Rice

ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਦਾ ਮੀਨੂੰ

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

"Kheer as sweet dish is provided on any day of a week to all the students.

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।