



एम.डी.एम प्राथमिक विद्यालय एवं उच्च प्राथमिक विद्यालय के मध्यमान (औसत) वर्तमान मेन्यू

दिन -	मेन्यू -	फल व दूध -	प्राथमिक विद्यालय -	उच्च प्राथमिक विद्यालय -
सोमवार	रोटी -सोयाबीन की बड़ी युक्त मौसमी सब्जी एवं ताजा मौसमी फल	मौसमी साबुत फल 4 रुपया प्रति छात्र /छात्रा	4.00	6.00
मंगलवार	चावल सब्जी युक्त दाल		4.40	6.60
बुधवार	मौसमी सब्जी एवं सोयाबीन की बड़ी युक्त तहरी तथा दूध एवं दूध	दूध -प्राथमिक -150 ML दूध -उच्च प्राथमिक- 200 ML	11.50	16.00
गुरुवार	रोटी एवं सब्जी युक्त दाल		4.40	6.60
शुक्रवार	मौसमी सब्जी एवं सोयाबीन की बड़ी युक्त तहरी		4.00	6.60
	अथवा RAJKUMAR PS-MAHIPALPUR ,SAHAR ,AURAIYA 9760712529			
	मूँग की दाल एवं मौसमी सब्जी युक्त बाजरा की खिचड़ी		5.00	7.50
शनिवार	सब्जी युक्त दाल एवं चावल		4.40	6.60
	साप्ताहिक औसत प्रति छात्र प्रति दिवस	18/08/2023	5.45/ 5.55	7.97/ 8.12

ताजा मौसमी फल हेतु राज्य सरकार द्वारा पृथक से वित्तीय स्वीकृति निर्गत की जाती है |

I/368147/2023

संख्या-489/अरसठ-4-2023

प्रेषक,

अवधेश कुमार तिवारी,
विशेष सचिव,
उ०प्र० शासन।

सेवा में,

समस्त जिलाधिकारी,
उत्तर प्रदेश।

बेसिक शिक्षा अनुभाग-4

लखनऊ : दिनांक 14 अगस्त, 2023

विषय:-पी०एम० पोषण (मध्याह्न भोजन) योजनान्तर्गत निर्धारित साप्ताहिक मेन्यू में परिवर्तन के संबंध में

महोदय,

उपर्युक्त विषय के संबंध में अवगत कराना है कि शासनादेश संख्या-1490/79-6-2015 दिनांक 02 दिसम्बर, 2015 के माध्यम पी०एम०पोषण योजनान्तर्गत वर्तमान में प्रचलित मेन्यू को तत्समय परिवर्तन लागत के अन्तर्गत निर्धारित किया गया था। तत्पश्चात प्रदेश सरकार द्वारा स्वयं के संसाधनों से मेन्यू में सप्ताह में 01 दिवस (सोमवार) ताजा एवं मौसमी फल सम्मिलित किया गया। भारत सरकार द्वारा चरणबद्ध रूप से परिवर्तन लागत की दर में वृद्धि की गयी है। सूच्य है कि दिनांक 02 मई, 2023 को सम्पन्न PAB की बैठक में मेन्यू में सब्जी/दाल के प्रयोग को प्रतिदिन सम्मिलित किये जाने तथा 'श्री अन्न' (Millets) को सप्ताह में एक दिवस सम्मिलित किये जाने का प्रस्ताव पारित किया गया।

2- इस संबंध में मुझे यह कहने का निदेश हुआ है कि शासन द्वारा सम्यक् विचारोपरान्त पी०एम० पोषण योजनान्तर्गत वर्तमान में प्रचलित परिवर्तन लागत की दर में छात्रों को और अधिक पोषक तत्व उपलब्ध कराये जाने के दृष्टिगत बाजार दर के आधार पर निम्नवत् नवीन मेन्यू निर्धारित किया जाता है:-

क्र०सं०	दिवस	नवीन मेन्यू	100 बच्चों हेतु वांछित सामग्री (प्राथमिक स्तर) हेतु	100 बच्चों हेतु वांछित सामग्री (उच्च प्राथमिक स्तर) हेतु
1	सोमवार	रोटी-सोयाबीन की बड़ीयुक्त मौसमी सब्जी एवं ताजा मौसमी फल	आटा 10 कि०ग्रा०, सोयाबीन की बड़ी 01 कि०ग्रा०, सब्जी 05 कि०ग्रा०, तेल/घी 500 मि०ली० व ताजा मौसमी फल	आटा 15 कि०ग्रा०, सोयाबीन की बड़ी 1.5 कि०ग्रा०, सब्जी 7.5 कि०ग्रा०, तेल/घी 750 मि०ली० व ताजा मौसमी फल
2	मंगलवार	चावल-सब्जी युक्त दाल	चावल 10 कि०ग्रा०, दाल 02 कि०ग्रा०, सब्जी 05 कि०ग्रा०, तेल/घी 500 मि०ली०	चावल 15 कि०ग्रा०, दाल 03 कि०ग्रा०, सब्जी 7.5 कि०ग्रा०, तेल/घी 750 मि०ली०
3	बुधवार	मौसमी सब्जी एवं सोयाबीन की बड़ी युक्त तहरी तथा दूध	चावल 10 कि०ग्रा०, सब्जी 05 कि०ग्रा०, सोयाबीन की बड़ी 01 कि०ग्रा०,	चावल 15 कि०ग्रा०, सब्जी 7.5 कि०ग्रा०, सोयाबीन की बड़ी 1.5 कि०ग्रा०,

I/368147/2023

			तेल/घी 500 मि०ली० एवं 15 लीटर दूध	तेल/घी 750 मि०ली० एवं 20 लीटर दूध
4	बृहस्पतिवार	रोटी एवं सब्जी युक्त दाल	आटा 10 कि०ग्रा०, दाल 02 कि०ग्रा०, सब्जी 05 कि०ग्रा०, तेल/घी 500 मि०ली०	आटा 15 कि०ग्रा०, दाल 03 कि०ग्रा०, सब्जी 7.5 कि०ग्रा०, तेल/घी 750 मि०ली०
5	शुक्रवार	मौसमी सब्जी एवं सोयाबीन की बड़ी युक्त तहरी	चावल 10 कि०ग्रा०, सब्जी 05 कि०ग्रा०, सोयाबीन की बड़ी 01 कि०ग्रा०, तेल/घी 500 मि०ली०	चावल 15 कि०ग्रा०, सब्जी 7.5 कि०ग्रा०, सोयाबीन की बड़ी 1.5 कि०ग्रा०, तेल/घी 750 मि०ली०
अथवा				
		मूंग की दाल एवं मौसमी सब्जी युक्त बाजरा की खिचड़ी	बाजरा 10 कि०ग्रा०, सब्जी 05 कि०ग्रा०, मूंग की दाल 02 कि०ग्रा०, तेल/घी 500 मि०ली०	बाजरा 15 कि०ग्रा०, सब्जी 7.5 कि०ग्रा०, मूंग की दाल 03 कि०ग्रा०, तेल/घी 750 मि०ली०
6	शनिवार	चावल-सब्जी युक्त दाल	चावल 10 कि०ग्रा०, दाल 02 कि०ग्रा०, सब्जी 05 कि०ग्रा०, तेल/घी 500 मि०ली०	चावल 15 कि०ग्रा०, दाल 03 कि०ग्रा०, सब्जी 7.5 कि०ग्रा०, तेल/घी 750 मि०ली०

3- उल्लेखनीय है कि ताजा मौसमी फल हेतु सरकार द्वारा पृथक से वित्तीय स्वीकृति निर्गत की जाती है। भारत सरकार द्वारा बाजरा उपलब्ध कराये जाने पर क्रम सं० 05 पर शुक्रवार हेतु निर्धारित मेन्यू के अन्तर्गत मूंग की दाल एवं मौसमी सब्जी युक्त बाजरा की खिचड़ी उपलब्ध करायी जायेगी। उक्त मेन्यू से प्रतिदिन प्राप्त होने वाले पोषक तत्वों तथा प्रयुक्त होने वाली सामग्री का अनुमानित आंकलित व्यय का विवरण संलग्न है।

कृपया उपरोक्त निर्देशों का अनुपालन कराने का कष्ट करें।

संलग्नक: यथोक्त।

भवदीय,
Signed by अवधेश कुमार
तिवारी
Date: 14-08-2023 15:37:48
Reason: Approved

संख्या एवं दिनांक तद्वत।

प्रतिलिपि- निम्नलिखित को सूचना एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित:-

- 1- निजी सचिव, मा० मंत्री बेसिक शिक्षा, मा० मंत्री पंचायती राज विभाग, मा० मंत्री ग्राम्य विकास विभाग के संज्ञानार्थ।
- 2- स्टाफ आफिसर, मुख्य सचिव, उ०प्र० शासन।
- 3- महानिदेशक, स्कूल शिक्षा, उ०प्र० लखनऊ।

I/368147/2023

- 4- निदेशक, मध्याह्न भोजन प्राधिकरण, उ०प्र० को इस निर्देश के साथ प्रेषित कि कृपया उपर्युक्त निर्देशों का अनुपालन कराने का कष्ट करें।
- 5- शिक्षा निदेशक (बेसिक), उ०प्र० लखनऊ।
- 6- समस्त मण्डलीय सहायक शिक्षा निदेशक (बेसिक) उ०प्र०।
- 7- समस्त जिला बेसिक शिक्षा अधिकारी, उ०प्र०।
- 8- गार्ड फाइल।

आज्ञा से,
(अवधेश कुमार तिवारी)
विशेष सचिव,

प्रस्तावित मेन्यू से प्रतिदिन प्राप्त होने वाले पोषक तत्वों तथा प्रयुक्त होने वाली सामग्री का अनुमानित आंकलित व्यय का विवरण

रोटी एवं सोयाबीन की बड़ी युक्त सब्जी एवं ताजा मौसमी फल (सोमवार)

खाद्य पदार्थ	प्राथमिक स्तर				उच्च प्राथमिक स्तर			
	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि० कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि० कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)
1. गेहूँ का आटा	100 ग्राम	341	12	—	150 ग्राम	511.5	18	—
2. सोयाबीन की बड़ी	10 ग्राम	43	4.3	1.00	15 ग्राम	64.8	6.48	1.15
3. सब्जी	50 ग्राम	30	—	1.00	75 ग्राम	45	—	1.50
4. घी/तेल	5 मिली	45	—	0.80	7.5 मिली	67.5	—	1.20
5. मसाले व नमक	03 ग्राम मसाले एवं 02 ग्राम नमक	9	—	0.60	4.5 ग्राम मसाले एवं 03 ग्राम नमक	13.5	—	0.90
6. ईंधन	—	—	—	0.60	—	—	—	0.90
कुल योग		468	16.3	4.00		702	24.5	6.00

चावल- सब्जीयुक्त दाल (मंगलवार)

खाद्य पदार्थ	प्राथमिक स्तर				उच्च प्राथमिक स्तर			
	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि० कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि० कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)
1. चावल	100 ग्राम	345	8	—	150 ग्राम	517.5	12	—
2. दाल	20 ग्राम	68-86	6-8	1.40	30 ग्राम	102-129	9-12	2.10
3. सब्जी	50 ग्राम	30	—	1.00	75 ग्राम	45	—	1.5
4. घी/तेल	5 मिली	45	—	0.80	7.5 मिली	67.5	—	1.20
5. मसाले व नमक	03 ग्राम मसाले एवं 02 ग्राम नमक	9	—	0.60	4.5 ग्राम मसाले एवं 03 ग्राम नमक	13.5	—	0.90
6. ईंधन	—	—	—	0.60	—	—	—	0.90
कुल योग		497-515	14-16	4.40		745.5-772.5	21-24	6.60

मौसमी सब्जी एवं सोयाबीन की बड़ी युक्त तहरी एवं दूध (बुद्धवार)

खाद्य पदार्थ	प्राथमिक स्तर				उच्च प्राथमिक स्तर			
	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि० कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि० कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)
1. चावल	100 ग्राम	345	8	—	150 ग्राम	517.5	12	—
2. सोयाबीन की बड़ी	10 ग्राम	43	4.3	1.0	15 ग्राम	64.80	6.48	1.5
3. सब्जी	50 ग्राम	30	—	1.00	75 ग्राम	45	—	1.50
4. घी/तेल	5 मिली	45	—	0.80	7.5 मिली	67.5	—	1.20
5. मसाले व नमक	03 ग्राम मसाले एवं 02 ग्राम नमक	9	—	0.60	4.5 ग्राम मसाले एवं 03 ग्राम नमक	13.5	—	0.90
6. ईंधन	—	—	—	0.60	—	—	—	0.90
7. दूध	150 मि०ली०	176	6.45	7.50	200 मि०ली०	234	8.6	10.00
कुल योग		648	18.8	11.50		942.30	27.08	16.00

रोटी एवं सब्जीयुक्त दाल (बृहस्पतिवार)

खाद्य पदार्थ	प्राथमिक स्तर				उच्च प्राथमिक स्तर			
	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि०कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि०कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)
1. गेहूँ का आटा	100 ग्राम	341	12	—	150 ग्राम	511.5	18	—
2. दाल	20 ग्राम	68-86	6-8	1.40	30 ग्राम	102-129	9-12	2.10
3. सब्जी	50 ग्राम	30	—	1.00	75 ग्राम	45	—	1.50
4. घी/तेल	5 मिली	45	—	0.80	7.5 मिली	67.5	—	1.20
5. मसाले व नमक	03 ग्राम मसाले एवं 02 ग्राम नमक	9	—	0.60	4.5 ग्राम मसाले एवं 03 ग्राम नमक	13.5	—	0.90
6. ईंधन	—	—	—	0.60	—	—	—	0.90
कुल योग		493-511	14-20	4.40		740-767	27-30	6.60

मौसमी सब्जी एवं सोयाबीन की बड़ी युक्त तहरी (शुक्रवार)

खाद्य पदार्थ	प्राथमिक स्तर				उच्च प्राथमिक स्तर			
	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि०कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि०कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)
1. चावल	100 ग्राम	345	8	—	150 ग्राम	517.5	12	—
2. सोयाबीन की बड़ी	10 ग्राम	43.2	4.32	1.00	15 ग्राम	64.8	6.48	1.5
3. मौसमी सब्जी	50 ग्राम	30	—	1.00	75 ग्राम	45	—	1.50
4. घी/तेल	5 मिली	45	—	0.80	7.5 मिली	67.5	—	1.20
5. मसाले व नमक	03 ग्राम मसाले एवं 02 ग्राम नमक	9	—	0.60	4.5 ग्राम मसाले एवं 03 ग्राम नमक	13.5	—	0.90
6. ईंधन	—	—	—	0.60	—	—	—	0.90
कुल योग		472.2	12.32	4.00		708.3	18.5	6.00

अथवा

मूँग की दाल एवं मौसमी सब्जी युक्त बाजरा की खिचड़ी (शुक्रवार)

खाद्य पदार्थ	प्राथमिक स्तर				उच्च प्राथमिक स्तर			
	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि० कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि०कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)
1. बाजरा	100 ग्राम	363	11	—	150 ग्राम	545	16.5	—
2. मूँग दाल	20 ग्राम	68-86	6-8	2.00	30 ग्राम	102-129	9-12	3.00
3. मौसमी सब्जी	50 ग्राम	30	—	1.00	75 ग्राम	45	—	1.50
4. घी/तेल	5 मिली	45	—	0.80	7.5 मिली	67.5	—	1.20
5. मसाले व नमक	03 ग्राम मसाले एवं 02 ग्राम नमक	9	—	0.60	4.5 ग्राम मसाले एवं 03 ग्राम नमक	13.5	—	0.90
6. ईंधन	—	—	—	0.60	—	—	—	0.90
कुल योग		515-533	17-19	5.00		773-800	25.5-28.5	7.50

सब्जी युक्त दाल एवं -चावल (शनिवार)

खाद्य पदार्थ	प्राथमिक स्तर				उच्च प्राथमिक स्तर			
	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि० कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)	मात्रा (प्रति छात्र)	ऊर्जा (कि० कैलोरी में)	प्रोटीन (ग्राम में)	दर (रूपये में)
1. चावल	100 ग्राम	345	8	—	150 ग्राम	517.5	12	—
2. दाल	20 ग्राम	68-86	6-8	1.40	30 ग्राम	102-129	9-12	2.10
3. मौसमी सब्जी	50 ग्राम	30	—	1.00	75 ग्राम	45	—	1.50
4. घी/तेल	5 मिली	45	—	0.80	7.5 मिली	67.5	—	1.20
5. मसाले व नमक	03 ग्राम मसाले एवं 02 ग्राम नमक	9	—	0.60	4.5 ग्राम मसाले एवं 03 ग्राम नमक	13.5	—	0.90
6. ईंधन	—	—	—	0.60	—	—	—	0.90
कुल योग		497-515	14-16	4.40		745.5-772.5	21-24	6.60

उक्तानुसार परिवर्तन लागत का साप्ताहिक औसत निम्नवत् है:-

दिन	मेन्यू	प्राथमिक स्तर में			उच्च प्राथमिक स्तर में		
		ऊर्जा	प्रोटीन	दर	ऊर्जा	प्रोटीन	दर
सोमवार	रोटी-सोयाबीन की बड़ी युक्त सब्जी एवं ताजा मौसमी फल*	468.2	12-16	4.00	702.3	18 - 24	6.00
मंगलवार	चावल- सब्जीयुक्त दाल	497-515	14-20	4.40	745.5- 772.5	21-30	6.60
बुधवार	मौसमी सब्जी एवं सोयाबीन की बड़ी युक्त तहरी एवं दूध (दूध प्रा०वि० हेतु-150 मि०ली० व उ०प्रा०वि० हेतु 200 मि०ली०)	648	18.8	11.50	942.3	27.08	16.00
बृहस्पतिवार	रोटी- सब्जीयुक्त दाल	493-511	14-20	4.40	740-767	27-30	6.60
शुक्रवार	मौसमी सब्जी एवं सोयाबीन की बड़ी युक्त तहरी	472.2	12.32	4.00	708.3	18.48	6.00
	अथवा मूँग की दाल एवं मौसमी सब्जी युक्त भाजरा की खिचड़ी	515-533	17-19	5.00	773-800	25.5-28.5	7.50
शनिवार	सब्जीयुक्त दाल एवं चावल	497-515	14-16	4.40	745.5	21 - 24	6.60
	साप्ताहिक औसत प्रति छात्र प्रति दिवस			5.45 / 5.55			7.97 / 8.12

* ताजा मौसमी फल हेतु राज्य सरकार द्वारा पृथक से वित्तीय स्वीकृति निर्गत की जाती है।



सर्व शिक्षा अभियान

सब पढ़ें सब बढ़ें

फल वितरण सूचना



प्राथमिक विद्यालय

वि०ख०-.....

जनपद-.....

UDISE CODE-.....

न्याय पंचायत-

सत्र-20....-20....

माह -.....

वर्ष-.....

क्रम संख्या	दिनांक एवं दिन	फल का प्रकार	नामांकित छात्र	लाभार्थी छात्र	व्यय धनराशि
1					
2					
3					
4					
5					
6					
कुल योग					

दिनांक-.....

हस्ताक्षर प्र०अ०

फल वितरण सूचना

विद्यालय का नाम -

संकुल-

विकास खण्ड-

जनपद-

माह -

वर्ष-

विद्यालय , यूडायस कोड -

क्रम संख्या	दिनांक	दिन	नामांकित छात्र	लाभार्थी छात्र	व्यय धनराशि
1					
2					
3					
4					
5					
6					
कुल योग					

हस्ताक्षर (प्र0अ0)