

मिड-डे सप्ताहिक आहार योजना (मीनू)

क्र.सं.	दिन	नवीन मीनू	व्यंजन के प्रकार
1	सोमवार	रोटी - सब्जी जिसमें सोयाबीन अथवा दाल की बड़ी दलिया	150 ग्राम गेहूं की रोटी एवं दाल की बड़ी (दाल की बड़ी में मौसमी सब्जियों का स्वाद अनुसार मिश्रण) अथवा मौसमी सब्जी सोयाबीन
2	मंगलवार	चावल सब्जा युक्त दाल अथवा चावल सांभर	150 ग्राम चावल एवं सब्जी (मौसमी) मि दाल, अरहर की दाल सांभर मसाला एवं मौसमी सब्जी
3	बुधवार	कढ़ी चावल अथवा खीर	150 ग्राम चावल, वसन, मट्ठा, दही मि कढ़ी 150 ग्राम चावल मानकानुसार दूध चीनी मेवे का मिश्रण
4	गुरुवार	रोटी - सब्जा युक्त दाल दलिया	150 ग्राम गेहूं रोटी एवं दाल में मौसमी सब्जियों का स्वादानुसार मिश्रण अथवा मौसमी सब्जी एवं सोयाबीन
5	शुक्रवार	तहरी	150 ग्राम चावल एवं सब्जी (आलू) सोयाबीन एवं समय-2 पर (उपलब्ध) मौसमी सब्जिया
6	शनिवार	सब्जी - चावल - सोयाबीन अथवा खीर	150 ग्राम चावल एवं सोयाबीन तथा मसाले एवं ताजी सब्जिया, 150 ग्राम चावल मानकानुसार दूध, चीनी मेवे का मिश्रण