मध्याह्न भोजन योजना
Mid Day Meal Scheme

ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ

ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ

ବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ଗଣଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ

ଓଡିଶା ସରକାର

(MDM) ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ

ଓଡିଶା ସରକାରଙ୍କ, ବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ଗଣଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀଠାରୁ ଅଷ୍ଟମ ଶ୍ରେଣୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପ୍ରାଥମିକ ଓ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରାୟ ୫୪ ଲକ୍ଷ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରାଯାଇଛି । ଭାରତ ସରକାର ଓ ରଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ସହଭାଗୀତାରେ ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଦୈନିକ ଟ ୩.୭୯ ଏବଂ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଦୈନିକ ଟ.୫.୬୫ ର ଖର୍ଚ୍ଚ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇଛି ।

ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ପରିବର୍ତ୍ତିତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ ୦୧.୦୭.୨୦୧୩ ତାରିଖ ଠାରୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯାଉଛି । ଏହା ରାଜ୍ୟର ସମସ୍ତ ପ୍ରାଥମିକ, ଉଚ୍ଚ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଓ ସମସ୍ତ ଅନୁଦାନ ପ୍ରାପ୍ତ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଯେଉଁଠି ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଚାଲୁଛି ସେଠାରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେବ ।

ପରିବର୍ତ୍ତିତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀର ମୁଖ୍ୟ ଅଂଶ-

୧. ଚାଉଳ- ମୁଖ୍ୟତଃ ଭାରତ ସରକାର ଓ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କର ଖାଦ୍ୟ ନିଗମ ଦ୍ୱାରା ବ□ମାନ ଚାଉଳ ଯୋଗାଇଦିଆଯାଉଛି । ଜିଲ୍ଲାପାଳମାନେ ଯୋଗାଣ ଠିକାଦାରମାନଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତ କରିଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ କି ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ଚାଉଳ ଯୋଗାଇ ଦେଉଛନ୍ତି । ଯେହେତୁ ଭାରତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ନିଗମରୁ ଚାଉଳ ଆସୁଛି ବ□ମାନ ମଧ ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ସେହିପରି ଭାବରେ ଚାଉଳ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ ।

୨. କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଯଥା- ଡାଲି, ମସଲା, ତେଲ, ସୋୟାବଡି, ଅଣ୍ଡା ଇତ୍ୟାଦି (ନୁତନ ଖାଦ୍ୟନୀତି ନିୟମ ଅନୁସାରେ) ଖାଦ୍ୟ କିଣା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଗ୍ରାମ ସ୍ତରକୁ ବିକେନ୍ଦ୍ରୀକରଣ କରାଯାଇଛି ।

୩. ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ମାଧମରେ ଖାଦ୍ୟ ରନ୍ଧନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ନିମନ୍ତେ ଜିଲ୍ଲାପାଳମାନେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର ଉଦ୍ୟମ କରିବେ । ଯଦିଓ ହେ। ଅଧିକାଂଶ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେଉଛି, ଅବଶିଷ୍ଟ ବିଦ୍ୟାଳୟଗୁଡିକରେ ଏହା

କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା ପାଇଁ ଯୁଦ୍ଧକାଳୀନ ଭି□ରେ ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଉଛି । ଏବିଷୟରେ ପୂର୍ବରୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା ମଧ ଦିଆଯାଇଛି । ଗ୍ରେଡିଙ୍ଗ୍ ହୋଇଥିବା ସ୍ଵୟଂ ସହାୟକ ଦଳକୁ ଏହାର ଦାୟିତ୍ଵ ଦେବାପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାପାଳମାନେ ଉଦ୍ୟମ କରିବେ ।

୪. ଏକ ନୂତନ ଯୁଗ୍ମ ପାସ୍‌ବହି ଖୋଲାଯିବା ବେଳେ ନିମ୍ନଲିଖିତ ବିଷୟ ପ୍ରତି ଧାନ ଦେବେ :-

କ) ଯେଉଁଠି ସ୍ଵୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ଗୁଡିକ ରନ୍ଧନକାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି ସେଠାରେ ସ୍ଵୟଂ ସହାୟକ ଦଳର ସଭାପତି ଓ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକଙ୍କର ଏକ ଯୁଗ୍ମ ପାସ୍ ବହି ଖୋଲାଯିବ ।

ଖ) ଯେଉଁଠି ସ୍ଵୟଂସହାୟକ ଦଳମାନେ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ରନ୍ଧନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିନାହାନ୍ତି, ସେଠାରେ ସାମୟିକ ଭାବରେ ବିଦ୍ୟାଳୟର ପରିଚାଳନା କମିଟି ମଧାହ୍ନ ଭୋଜନ ପାଇଁ ଆକାଉ□ ଖୋଲିବେ । ଏହାକୁ ଅଗ୍ରାଧିକାର ଭି□ରେ ଖୋଲିବେ ।

ଗ) ଯେଉଁଠି ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ଗଠନ ହୋଇନାହିଁ ସେଠାରେ ଗୋଟିଏ ନୁଆ ଆକାଉ□ଗ୍ରାମ୍ୟ ଶିକ୍ଷା କମିଟି ନାମରେ ଖୋଲାଯିବ । ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ଗଠନ ହେବାପରେ ଉକ୍ତ ଆକାଉ□ରେ ଗ୍ରାମ୍ୟ ଶିକ୍ଷା କମିଟିର ସଭାପତିଙ୍କ ନାମ ବଦଳରେ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସଭାପତିଙ୍କ ନାମ ରହିବ ।

ଘ) ସ୍ଵୟଂ ସହାୟକ ଦଳଙ୍କୁ ରନ୍ଧନ ଦାୟିତ୍ଵ ଦେବା ପରେ ଏହା ସ୍ଵୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ଓ ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକଙ୍କ ନାମକୁ ବଦଳାଇ ଦିଆଯିବ । ଏହା ମନେରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ (ଖ) ଓ (ଗ) କେବଳ ମଧାହ୍ନ ଭୋଜନକୁ ୦୧.୦୪.୨୦୧୧ ରୁ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପାଇଁ ଅସ୍ଥାୟୀ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୋଇଛି ।

୫. ଗ୍ରାମ୍ୟ ଶିକ୍ଷା କମିଟି / ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି/ ସ୍ଵୟଂ ସହାୟକ ଦଳର ପୂର୍ବରୁ ଆକାଉ□ ଥିଲେ ମଧ ମଧାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପାଇଁ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ନୂତନ ଆକାଉ□ଖୋଲାଯିବ ।

୬. ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ଦ୍ୱାରା ସ୍ଥାନୀୟ ଅଞ୍ଚଳରୁ ଜିନିଷ ସଂଗ୍ରହ/ କ୍ରୟ କରାଯିବ । ଯେଉଁଠି ସ୍ୱୟଂସହାୟକ ଦଳ ଦାୟିତ୍ୱ ଦେଇ ନାହାଁନ୍ତି, ସେଠାରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ ଅନୁସରଣକରି ଗ୍ରାମ୍ୟ ଶିକ୍ଷା କମିଟି କିମ୍ବା ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି କରିବେ ।

୭. କୌଣସି ମତେ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ବା ଶିକ୍ଷକମାନେ ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିନିଷ ସଂଗ୍ରହ ଓ ରନ୍ଧନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଜଡିତ ରହିବେ ନାହିଁ ।

୮. ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶିକ୍ଷକ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତାକୁ ନିୟମିତ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବେ ।

କ) ପ୍ରତିଦିନ ଉପସ୍ଥିତ ଥିବା ଶିଶୁଙ୍କ ପାଇଁ ଉତ୍ତମ ଗୁଣମାନର ଖାଦ୍ୟ ଓ ଠିକ୍ ପରିମାଣର ଖାଦ୍ୟ ଦିଆଯାଇଛି ।

ଖ) ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବା ଶିଶୁମାନଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ୟ ବିବରଣୀ ବିଦ୍ୟାଳୟର ବାହାର କାନ୍ଥରେ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଯାଇଛି ।

ଗ) ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ବେଳେ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତାର ସହିତ ରନ୍ଧାଯିବ ଏବଂ ଶିଶୁମାନେଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଓ ପରେ ହାତ ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇବେ ।

ଘ) କୌଣସି ବୁଲା ପଶୁଙ୍କୁ ବିଦ୍ୟାଳୟର ପରିସରକୁ ପ୍ରବେଶ କରାଇବେ ନାହିଁ ।

ଙ) ରାନ୍ଧୁଣୀଆ ଓ ସହାୟିକାଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ପରୀକ୍ଷା ସମୟ ସମୟରେ କରାଯିବା ଦରକାର ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ସଫଳ ରୂପାୟନ ମାଧମରେ ଫଳପ୍ରଦ ସେବା ପ୍ରଦାନ କରିବା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଛି । ଏଣୁ ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ଜିଲ୍ଲାରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳମାନେ ଏଥିରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ନିମନ୍ତେ କ୍ଷମତା ପ୍ରାପ୍ତ ଅଟନ୍ତି । ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଯେପରି ବାଧା ସୃଷ୍ଟି ନହୁଏ, ସେଥିପାଇଁ ଏପରି କୋହଳ ନୀତି ଅବଲମ୍ବନ କରାଯାଇଅଛି ।

୯. ଖାଦ୍ୟର ପ୍ରଚଳିତ ବ୍ୟବହାର

୯.୧ ବର୍ତ୍ତମାନ ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ପ୍ରକାରର ରନ୍ଧା ଖାଦ୍ୟ ଦେବା ପାଇଁ ସ୍ଥିର କରାଯାଇଛି । ଏକ ସପ୍ତାହ ନିମନ୍ତେ ଖାଦ୍ୟର ପ୍ରକାର ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରାଯାଇଛି ।

ସପ୍ତାହର ସମସ୍ତ ଦିବସରେ ତଦନୁଯାୟୀ ଖାଦ୍ୟ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବେ । ପ୍ରାଥମିକ ଓ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟର ସପ୍ତାହର ପ୍ରତି ବାର ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକା ନିମ୍ନରେ ଟେବୁଲ୍ -୧ରେ ଦିଆଗଲା ।

ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ - ୧ମରୁ ୮ମ ଶ୍ରେଣୀ

ଟେବୁଲ -୧

ସୋମବାର	ଭାତ ଓ ଡାଲମା
ମଙ୍ଗଳବାର	ଭାତ ଓ ସୋୟବଡି ତରକାରୀ
ବୁଧବାର	ଭାତ ଓ ଅଣ୍ଡା ତରକାରୀ
ଗୁରୁବାର	ଭାତ ଓ ଡାଲମା
ଶୁକ୍ରବାର	ଭାତ ଓ ସୋୟବଡି ତରକାରୀ
ଶନିବାର	ଭାତ ଓ ଅଣ୍ଡା ତରକାରୀ

୧.୨ ଅନୁବନ୍ଧ ୨ ଅନୁସାରେ ଗୋଟିଏ ସପ୍ତାହର ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନର ତାଲିକୁ ଟେବୁଲ୍ ରେ ଦିଆଯାଇଛି । ଦିନକୁ କେଉଁ କେଉଁ ଖାଦ୍ୟ କେତେ ପରିମାଣର ଦିଆଯିବ ତାର ତାଲିକା ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ବାହାରେ ବା ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରର ଯେ କୌଣସି କାନ୍ଥରେ ଲିପିବଦ୍ଧ କରାଯିବ ବା ଫ୍ଲେକ୍ସ ବୋର୍ଡ (୩ X ୪ ଫୁଟ) ରେ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇ ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରାଯିବ ।

୧.୩ ବର୍ତ୍ତମାନର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଅନୁସାରେ ସପ୍ତାହକୁ ଦୁଇଟି କରି ଅଣ୍ଡା ଦିଆଯିବ ଏବଂ ଏହା ସିଝା ଅଣ୍ଡା ଆକାରରେ ନି ଦେଇ ତରକାରୀ ଆକାରରେ ଦିଆଯିବ ।

୧.୪ ଶିଶୁମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଶକ୍ତି (କ୍ୟାଲୋରୀ) ଓ ପୁଷ୍ଟିସାରର ଆବଶ୍ୟକତା କୁ ନେଇ ସାପ୍ତାହିକ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଛି । ତେଣୁ ଏଥିରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ବ୍ୟତିକ୍ରମ କରାଯିବ ନାହିଁ ।

୧.୫ ଅନୁବନ୍ଧ -୧ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ତରରେ ଚାଉଳ ଯୋଗାଇ ଦେବା ପାଇଁ ଯୋଗାଣ ବାବଦର ଖର୍ଚ୍ଚକୁ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରରେ ରହିବ । ଯେହେତୁ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟସାମଗ୍ରୀ ଆଞ୍ଚଳିକ ଭାବରେ ସଂଗ୍ରହ କରାଯିବ ସେଥିପାଇଁ ପରିବହନ ଖର୍ଚ୍ଚ ଦିଆଯିବ ନାହିଁ ।

୧.୬ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ପୁଷ୍ଟିସାର ଓ ଶକ୍ତି (କ୍ୟାଲୋରୀ) ଯେପରି ଅକ୍ଷୁର୍ଣ୍ଣ ରହିବ ସେଥିପ୍ରତି ଯଥେଷ୍ଟ ଧାନ ଦିଆଯିବା ଆବଶ୍ୟକ । କିନ୍ତୁ ଆ□ିକ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଆଖିରେ ରଖି ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ଡାଲିକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରାଯାଇ ନାହିଁ । ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ନିଜ ଅ□ଳରେ ମହଜଳରଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଡାଲିର ପୁଷ୍ଟିସାରର ମାତ୍ରା ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର । ତେଣୁ ଯେଉଁ ଡାଲି ବ୍ୟବହାର କରିବେ ତାହା ସମାନୁପାତରେ ହୋଇଥିବା ଦରକାର । ତେଣୁ ଟେବୁଲ୍-୨ ରେ ପ୍ରତି ଶିଶୁମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଯାୟୀ ବିଭିନ୍ନ ଡାଲିର ପ୍ରୋଟିନ୍ (ପୁଷ୍ଟିସାର) ର ମାତ୍ରା ଦିଆଯାଇଛି । ଏ ବିଷୟକୁ ଧାନରେ ରଖି ଡାଲିର କିଣିବା ବା ସଂଗ୍ରହ କରିବା ଉଚିତ୍ ।

୧.୭ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଟେବୁଲ୍ ରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ଯେ ଯଦି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶିଶୁକୁ ୫.୬ ଗ୍ରାମର ପୁଷ୍ଟାସାର ଦେବାକୁ ହୁଏ, ତେବେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଡାଲିର ପରିମାଣ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହେବ । ଯେଉଁ ଦିନ ଗୁଡିକରେ ଖାଦ୍ୟରେ ଡାଲି ବ୍ୟବହାର ହେଉଛି ଏହି ବ୍ୟବସ୍ଥା ସେହି ଦିନ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ । ଅନ୍ୟ ଦିନ ମାନଙ୍କରେ ଯେଉଁ ଦିନ ଅଣ୍ଡା ଓ ସୋୟା ବଡି ରନ୍ଧା ଯାଇଛି ଏହା ଆବଶ୍ୟକ ନାହିଁ ।

ଟେବୁଲ୍ - ୨

(ପୁଷ୍ଟିସାରର ମାତ୍ରାକୁ ଧାନରେ ରଖି ପ୍ରତି ପିଲା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ଡାଲିର ପରିମାଣ)

କ୍ର.ନଂ	ଡାଲି ର ପ୍ରକାର	ପ୍ରୋଟିନ୍	ପ୍ରତି ପିଲାର ଖାଦ୍ୟର ପରିମାଣ (ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ)
୧	ହରଡ ଡାଲି	୫.୬	୨୫
୨	ବୁଟ ଡାଲି	୫.୬	୩୩
୩	ଚଣା ଡାଲି	୫.୬	୨୭
୪	ବିରି ଡାଲି	୫.୬	୨୩
୫	ଗୋଟା ମୁଗ	୫.୬	୨୩
୬	ମୁଗ ଡାଲି	୫.୬	୨୩
୭	ମଟର (ଶୁଖିଲା)	୫.୬	୨୮
୮	କାନ୍ଦୁଲ	୫.୬	୨୮

୧.୮ ଗୁଣାତ୍ମକ ସୂଚକ :- ଖାଦ୍ୟରେ ଉ□ମ ମାନର ଡାଲି ଯେପରି ବ୍ୟବହାର ହୁଏ, ତାହା ନିଶ୍ଚିତ କରିବାକୁ ହେବ। ବଜାର ଦରକୁ ଧାନରେ ରଖି ଉ□ମ ଗୁଣମାନର ଡାଲିକୁ ତୁଳନା କରି କିଣାଯିବା ଉଚିତ୍ । ଗ୍ରାମ୍ୟ ଯା□କମିଟି ଓ ପରିଦର୍ଶନ କରୁଥିବା ଅଧିକାରୀମାନେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ଗସ୍ତ ସମୟରେ ତନଖି କରିବେ । ଏହା ଦେଖିବେ ଯେ ନିକୃଷ୍ଟ ଧରଣର ଡାଲି, ଚାଉଳ ଓ ଅଣ୍ଡା ଯେପରି କିଣାଯିବ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ ନାହିଁ ।

୧.୯ ଭଲ ଭାବରେ ସଂରକ୍ଷିତ କରିବା ପାଇଁ ବାୟୁ ଚଳାଚଳ ହେଉନଥିବା ବା ବନ୍ଦ୍ ଡବାରେ ଡାଲି, ସୋୟାବଡ଼ି, ତେଲ, ଆୟୋଡିନ୍ ଲୁଣ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମସଲା ପ୍ରଭୃତି ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥକୁ ରଖିବେ । ତେଲ ଓ ସୋୟାବଡିକୁ ଖୋଲାରେ କିଣାଯିବ ନାହିଁ କାରଣ ଏଥିରେ ଅପମିଶ୍ରଣ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଅଛି । ଆଗ୍ ମାର୍କ କିମ୍ବା BIS ସ୍ୱୀକୃତିପ୍ରାପ୍ତ ଏକ ଲିଟର ବା ଦୁଇଲିଟର ପ୍ୟାକେଟ୍ ବା ମୋଟା କାଗଜ ପ୍ୟାକେଟ୍ ରେ ମିଳୁଥିବା ତେଲକୁ କିଣାଯିବ । ସେହିପରି ସୋୟାବଡି ମଧ ଏକ କିଲୋ ବା ଦୁଇ କିଲୋ ପ୍ୟାକେଟ୍‌ରେ ସ୍ୱୀକୃତି ପ୍ରାପ୍ତ (ଆଗ ମାର୍କ ବା BIS) ସଂସ୍ଥାର ପ୍ରମାଣ ଥାଇ କ୍ରୟ କରାଯିବ। ଲୁଣ ମଧ ଏକ କିଲୋ ପ୍ୟାକେଟ୍‌ରେ କିଣାଯିବ ଯାହାକି ଆଗ୍‌ମାର୍କ ଓ BIS ସ୍ୱୀକୃତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିବ ।

୧.୧୦ ପରିଚାଳନା, ସମୀକ୍ଷା ଓ ମୂଲ୍ୟାୟନ ପାଇଁ (ଏମ୍.ଏମ୍.ଇ) ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ପାଣ୍ଠିକୁ ସଂରକ୍ଷଣ ଡବା, କିଣିବାରେ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବେ । ବିଶେଷ କରି ଚାଉଳ ସଂରକ୍ଷଣ ପାଇଁ ପୂର୍ବରୁ ଯଦି କିଣି ନଥିବେ ତେବେ ନିଶ୍ଚୟ କିଣିବେ। କୌଣସି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ କୁ ବିଦ୍ୟାଳୟ କିମ୍ବା ସ୍ୱୟଂ ସହାୟିକା ଦଳ ନିକଟରେ ଖୋଲା ରଖାଯିବ ନାହିଁ । ଗ୍ରାମ୍ୟ ଯା□କମିଟି ଏବଂ ପରିଦର୍ଶନ ଅଧିକାରୀ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଗସ୍ତ ସମୟରେ ଏହା ତନଖି କରିବେ ।

୧.୧୧ ନିଷିଦ୍ଧ ହୋଇଥିବା ଡାଲି ଯଥା ଖେସାରୀ ଓ କୋଳଥ କୌଣସି ପରିସ୍ଥିତିରେ କିଣାଯିବ ନାହିଁ । ସେହିପରି ପାମୋଲିନ୍ ତେଲ, ବନସ୍ପତି ମଧ କିଣାଯିବ ନାହିଁ । କେବଳ ଆଗମାର୍କ ବା ବି.ଆଇ.ଏସ୍ ପ୍ରମାଣ ପତ୍ର ଥାଇ ରିଫାଇନ୍ ବା ସୋରିଷ ତେଲ କିଣାଯିବ ।

୧.୧୨ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ କୌଣସି ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଅଧିକ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଂରକ୍ଷିତ ରଖାଯିବ ନାହିଁ । ପରିବା ଓ ଅଣ୍ଡା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ସପ୍ତାହକ ପାଇଁ କିଣାଯିବ। ପରିବା ଏବଂ ଅଣ୍ଡା ରାନ୍ଧିବା ଦିନ ହିଁ କିଣାଯିବ । ଯଦି ଆଗମାର୍କ ବା ବି.ଆଇ.ଏସ୍ ମାର୍କର ତେଲ ବା ସୋୟା ବଡ଼ି ଆଦି ସ୍ଥାନୀୟ ବଜାରରେ ନ ମିଳେ, ତେବେ ପନ୍ଦର ଦିନ ପାଇଁ ଏହାକୁ (ମିଳୁଥିବା ସ୍ଥାନରୁ) କିଣାଯିବ।

୧.୧୩ ରୋଷେୟା ତଥା ସହାୟିକା:- ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ନିୟୋଜିତ ଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ରୋଷେୟା ତଥା ସହାୟିକାମାନେ ଚଳିତ ବର୍ଷ ୦୧.୦୪.୨୦୧୨ ଠାରୁ ମାସିକ ଟ୧୦୦୦.୦୦ଙ୍କା ହିସାବରେ ମାନଦେୟ ପାଇବେ । ପରବ□ି ମାସର ୧ ତାରିଖ ସୁଦ୍ଧା ସେମାନଙ୍କର ବ୍ୟାଙ୍କ୍ ଆକାଉ□ରେ ମାନଦେୟ ବାବଦ ଅର୍ଥ ପୈଠ ହେବ ।

୧.୧୪ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଚାଉଳ ପହ□ିବା ପାଇଁ ପରିବହନ ମୂଲ୍ୟ :- ଖାଦ୍ୟର ପରିବହନ, ମସଲା ଓ ଜାଳେଣୀ ଖର୍ଚ୍ଚ ପାଇଁ ଏକ ସମାନ ମୂଲ୍ୟ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇଛି - ତଦନୁଯାୟୀ ଖର୍ଚ୍ଚ କରାଯିବ । ଭାରତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ନିଗମ ଠାରୁ ଚାଉଳ ନେଇ ବିଦ୍ୟାଳୟଠାରେ ପହ□ିବା ପାଇଁ ପରିବହନ ଖର୍ଚ୍ଚ ଦିଆଯିବ । ଯେହେତୁ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ସ୍ଥାନୀୟ ଅ□ଳରୁ ସଂଗ୍ରହ କରାଯିବ, ସେଥିପାଇଁ କୌଣସି ପରିବହନ ଖର୍ଚ୍ଚ ନାହିଁ ।

ଦୈନିକ ଜଣେ ଛାତ୍ର / ଛାତ୍ରୀ ଙ୍କ ପାଇଁ	**ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ**	**ଉଚ୍ଚ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ**
ଜାଳେଣୀ	୦.୩୦	୦.୫୪ ପଇସା

ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ପରିବହନ ଓ ଯୋଗାଣ ଠିକାଦାରଙ୍କୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ବିଜ୍ଞାପନ ଜରିଆରେ ନିୟମ ଅନୁଯାୟୀ ଚୟନ କରିବେ । ଯୋଗାଣ ଓ ପରିବହନ ଠିକାଦାରଙ୍କୁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପାଉଣା ଦେଇସାରିବା ପରେ ଯଦି କିଛି ବଳକା ଅର୍ଥ ରହିବ ତେବେ ସେହି ଅର୍ଥରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ ଯଥା ବିଦ୍ୟାଳୟ

କାନ୍ଟୁରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ୟ ବାବଦରେ ବିବରଣୀ ଦିଆଯାଇ ପାରିବ କିମ୍ବା ଫଳ ଇତ୍ୟାଦି କିଣି ଅତିରିକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରିବ ।

ଅନୁବନ୍ଧ - ୩ ରେ ସପ୍ତାହରେ ପ୍ରତିଦିନ କିପରି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ମଧାହ୍ନ ଭୋଜନ ରନ୍ଧାଯିବ ତାହାର ପ୍ରଣାଳୀ ଦିଆଯାଇଛି ।

ବିଭିନ୍ନ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀର ପୁଷ୍ଟିର ମୂଲ୍ୟ ଅନୁବନ୍ଧ ୪ ରେ ଦିଆଯାଇଛି । ଗରମ ଖାଦ୍ୟ ରନ୍ଧନ ବେଳେ ଏହି ସୂଚୀକୁ ଦେଖି ବିଭିନ୍ନ ପରିବା ଓ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ମିଶାଇବେ ।

୨. **ସଂଗ୍ରହ କରିବାର ପ୍ରଣାଳୀ :-**

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ -

କ. ମଧାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ସଫଳ ଭାବରେ ପରିଚାଳନା କରିବା ପାଇଁ ସମୟ ଅନୁସାରେ ମିଳୁଥିବା ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀକୁ ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣରେ ଓ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ମୂଲ୍ୟରେ କିଣାଯିବ ।

ଖ. ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ କିଣିଲା ବେଳେ ସ୍ୱଚ୍ଛତା, ଗୁଣବ□ ଏବଂ ମିତବ୍ୟୟିତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ନିଶ୍ଚିତ କରିବେ ।

୨.୨.ସୁଯୋଗ ଏବଂ ପ୍ରୟୋଗ :-ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ଓ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ମଧାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଚଳାଇବା ପାଇଁ ବିକେନ୍ଦ୍ରୀକରଣ ମାଧମରେ ସ୍ଥାନୀୟ ଅ□ଳରୁ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ କିଣିବେ। ମଧାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ସଂଗ୍ରହ କରିବାରେ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯିବ ।

୨.୩.ଅନୁମୋଦିତ ପ୍ରଣାଳୀ :- ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ବା ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ମଧାହ୍ନ ଭୋଜନ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ କିଣିବା ପାଇଁ ପ୍ରାଥମିକ ଭାବେ ଦାୟିତ୍ୱ ନେବେ, ଅନୁବନ୍ଧ - ୫ ରେ ଏହି ସବୁ ସାମଗ୍ରୀର ତାଲିକା ଦିଆଯାଇଛି । ଗ୍ରାମ୍ୟ ଯା□କମିଟି ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ କ୍ରୟର ସମୀକ୍ଷା କରିବେ ଏବଂ ଯଦି କିଛି ଅନିୟମିତତା ବା ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଦୃଷ୍ଟିକୁ ଆସେ ତେବେ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବେ ।

ଯଦି କୌଣସି କାରଣରୁ ଏହାର ସମାଧାନ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, ତେବେ ଉକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ସଠିକ୍ ପରିଚାଳନା ପାଇଁ ସଂପୃକ୍ତ ସରପ□/ ପ□ାୟତ ସମିତି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ / ପୌରା□ଳର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ / ପୌର ନିଗମର ମେୟର ବିହିତ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବେ ।

୨.୪. ଖାଦ୍ୟ ସଂଗ୍ରହର ଯୋଜନା :- ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ, ଗ୍ରାମ୍ୟ ଶିକ୍ଷା କମିଟି ଏବଂ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ହିତାଧିକାରୀ ସଂଖ୍ୟା ଓ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପିଛା ଖାଦ୍ୟର ପରିମାଣ କୁ ହିସାବକୁ ନେଇ ମାସିକ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବେ ।

ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ, ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ସ୍ଥାନୀୟ ବଜାରରେ ବିଭିନ୍ନ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ମାନ ଓ ମୂଲ୍ୟ ବୁଝିବା ପରେ କେଉଁ ଦୋକାନ ବା ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳରୁ କିଣିବେ ତାହା ନିଷ୍ପ□ ନେବେ । ମାସିକ ଖାଦ୍ୟ କିଣିବା ପାଇଁ ଯୋଜନା କଲାବେଳେ ଯା□ କମିଟି ସହିତ ଆଲୋଚନା କରି କି ପ୍ରକାର ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ କେଉଁଠାରୁ କେତେ ପରିମାଣ ର କିଣା ହେବ ତାହା ସ୍ଥିର କରିବେ । ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ସଂଗ୍ରହ ଯୋଜନା ନିମନ୍ତେ ଫର୍ମାଟ୍ ଦିଆଯାଇଛି ।

୨.୫. ସ୍ଥାନୀୟ ଅଂଚଳରୁ କିଣିବା :- ପରିବହନ ଖର୍ଚ୍ଚ ଓ ସମୟ କୁ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱୟଂସହାୟକ ଦଳ ଓ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ସ୍ଥାନୀୟ ଅ□ଳର ଦୋକାନ / ହାଟ / ଖୁଚୁରା ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କ ଠାରୁ ଖାଦ୍ୟ କିଣିବେ । ଯଦି ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ବା ମହିଳା ଦଳ କୌଣସି ସାମଗ୍ରୀ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ ବଜାର ଦର ସହିତ ସମାନ ଦର ଧାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ସେହି ସାମଗ୍ରୀ ସ୍ୱୟଂସହାୟକ ଦଳରୁ କିଣିବା ନିମନ୍ତେ ଅଗ୍ରାଧିକାର ଦିଆଯିବ ।

ଯଦି ଅ□ଳରେ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଶସ୍ତାରେ ମିଳୁଥାଏ ତେବେ ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ / ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ସେହି ବଳକା ଅର୍ଥକୁ ସ□ୟ ନକରି ସେହି ଅର୍ଥକୁ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଅତିରିକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ କିଣିବାରେ ବ୍ୟବହାର କରିବେ । ଶିଶୁମାନଙ୍କର ଖାଦ୍ୟ ବ୍ୟତିତ ଏହି ବଳକା ଅର୍ଥରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଖର୍ଚ୍ଚ କରାଯିବ ନାହିଁ ।

ଖାଦ୍ୟ ପାଇଁ ଧାର୍ଯ୍ୟ ଜାଳେଣୀ ଓ ପରିବହନ ନିମନ୍ତେ ସମସ୍ତ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ସମାନ ମୂଲ୍ୟ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ଏହାକୁ ତଦନୁଯାୟୀ ଅନୁସରଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ବିଦ୍ୟାଳୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭାରତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ନିଗମ ଠାରୁ ଚାଉଳ ପହ□ାଇବା ପାଇଁ ପରିବହନ ଅର୍ଥ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଛି । ଯେହେତୁ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ସ୍ଥାନୀୟ ଅ□ଳରୁ କିଣାଯିବ ତେଣୁ ପରିବହନ ଖର୍ଚ୍ଚ ଏଥିପାଇଁ ଦିଆଯିବ ନାହିଁ ।

୨.୬.ଖାଦ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ (କିଣିବା) ମୂଲ୍ୟ:- ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ / ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ସ୍ଥାନୀୟ ଖୁଚୁରା ଦୋକାନୀ / ହାଟ/ ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳଙ୍କ ଠାରୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀର ମୂଲ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରିବା ପରେ ମାସକ ନିମନ୍ତେ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀର ଦର ଧାର୍ଯ୍ୟ କରିବେ । ସବୁଠାରୁ କମ୍ ମୂଲ୍ୟରେ ମିଳୁଥିବା ସାମଗ୍ରୀ କିଣିବା ନିମନ୍ତେ ସ୍ଥିର କରାଯିବ । ସ୍ଥାନୀୟ କେଉଁ ଖୁଚୁରା ବ୍ୟବସାୟୀ / ହାଟ/ ଦୋକାନ ବା ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ରୁ ସାମଗ୍ରୀ କିଣାଯିବ, ତାହା ମାସର ଶେଷ ସପ୍ତାହରେ ସ୍ଥିର କରାଯିବ । ସାମଗ୍ରୀ ଗୁଡିକ ବାଛିବା ବା ଦର ଧାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଇତ୍ୟାଦି କମିଟିରେ ସ୍ଥିର ହେବା ପରେ ଲିପିବଦ୍ଧ କରାଯିବ । ଯଦି ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳଙ୍କ ଠାରୁ କିଣାଯାଉଥାଏ, ତେବେ ସଂପୃକ୍ତ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି / ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ସେମାନଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରିବେ ଯେପରିକି ଏହି ମୂଲ୍ୟ ବଜାର ମୂଲ୍ୟ ଠାରୁ ଅଧିକା ହେବ ନାହିଁ ।

୨.୭.ପ୍ରାପ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ତଥ୍ୟ ଓ ପ୍ରଣାଳୀ :- ନଗଦ ପଇସା ଦେଇ ସମସ୍ତ ସାମଗ୍ରୀ କ୍ରୟ କରାଯିବ । ଠିକ୍ ସମୟରେ ପ୍ରାପ୍ୟ ଦେବା ପାଇଁ ଡି.ଆଇ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇବେ । ପ୍ରାପ୍ୟ ଦେବାରେ ବିଳମ୍ବ କାରଣରୁ ଖାଦ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହେଲେ ସେ ଏଥିପାଇଁ ଦାୟୀ ରହିବେ ।

ଜିଲ୍ଲାପାଳ ପ୍ରତିମାସରେ ଖାଦ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ସମୀକ୍ଷା କରିବେ ଓ ବିଳମ୍ବରେ ଅର୍ଥ ପ୍ରଦାନ ଯୋଗୁଁ ଯେପରି ଖାଦ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଅସୁବିଧା ନ ହୁଏ ସେଥିପାଇଁ ଆନୁସଙ୍ଗିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଗ୍ରହଣ କରିବେ ।

୩. **ଅର୍ଥନୈତିକ ପ୍ରଣାଳୀ :-**

ବ୍ୟାଙ୍କ୍ ଆକାଉ□-

କ. ଗୋଟିଏ ମିଳିତ ପାସ୍ ବହି ନିକଟସ୍ଥ ବ୍ୟାଙ୍କ୍‌ରେ ଖୋଲାଯିବା ପାଇଁ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି । ସମସ୍ତ ପ୍ରାପ୍ତ ଅର୍ଥ ପାସ୍ ବହିରେ ଜମା ରହିବ ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀର କ୍ରୟ ଇତ୍ୟାଦି ନିମନ୍ତେ ଏହି ବହିରେ ଥିବା ଜମା ରାଶିରୁ ଖର୍ଚ୍ଚ କରାଯିବ ।

ଖ. ଇ-ଟ୍ରାନ୍ସଫର ମାଧମରେ ସମସ୍ତ ଟଙ୍କା ମିଳିତ ପାସ୍ ବହିରେ ଜମା କରାଯିବ । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଏହା ନିଶ୍ଚିତ କରିବେ, ଯେପରିକି ଏଥିରେ କୌଣସି ବ୍ୟତିକ୍ରମ ହେବ ନାହିଁ।

ଗ. ଉଭୟ ଦସ୍ତଖତକାରୀଙ୍କୁ ବ୍ୟାଙ୍କ ଗୋଟିଏ ଚେକ୍ ବୁକ୍ ଯୋଗାଇ ଦେବାପାଇଁ ଅନୁରୋଧ କରାଯିବ । ଫଳରେ ଉଭୟ ଟଙ୍କା ଉଠାଣ ବେଳେ ତାହା ପୂରଣ କରି ବ୍ୟାଙ୍କ୍‌ରେ ଜମା କରିବେ । ଉଭୟ ଦସ୍ତଖତକାରୀ ଟଙ୍କା ଉଠାଣବେଳେ ବ୍ୟାଙ୍କ୍‌କୁ ଯିବା ଦରକାର ନାହିଁ। ସେମାନଙ୍କ ମଧରୁ ଯେ କୌଣସି ଜଣେ ସୁବିଧା ଅନୁସାରେ ଯାଇପାରନ୍ତି ।

ଅନୁବନ୍ଧ – ୩

ଗରମ ରନ୍ଧା ଖାଦ୍ୟ :

ଭାତ ଡାଲମା

- ପରିଷ୍କାର କରି ଚାଉଳ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପରିମାଣରେ ପରିଷ୍କାର ପାଣି ଦେଇ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ଯେପରିକି ଶେଷରେ ବଳକା ପାଣି ବାହାର କରିବାକୁ ନ ପଡେ ।
- ପରିଷ୍କାର ପାଣିରେ ଏହା ନରମ ଏବଂ ଖାଇବା ଯୋଗ୍ୟ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ପରିଷ୍କାର ପାଣିରେ ପୂର୍ବରୁ ପରିଷ୍କାର ହୋଇଥିବା ଡାଲିକୁ ଭଲଭାବରେ ଧୋଇ ଏହାକୁ ୧୦ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ରଖନ୍ତୁ ।
- ପନିପରିବା ଧୋଇ ପରିଷ୍କାର କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଏହାକୁ ମଧମ ଖଣ୍ଡ କରି କାଟି ରଖନ୍ତୁ ।
- ସାମାନ୍ୟ ପରିମାଣର ତେଲ ଗରମ କରନ୍ତୁ । ସୋରିଷ / ଫୁଟଣ ମିଶାନ୍ତୁ । ବ□ମାନ ପରିବା (ଋତୁ ଅନୁଯାୟୀ ମିଳୁଥିବା ପରିବା ଏବଂ ଆଳୁ ମିଶାନ୍ତୁ) ଭିଜା ହୋଇଥିବା ଡାଲି ପାଣି ସହ ଢାଳନ୍ତୁ ଏବଂ ହଳଦୀ ମିଶାନ୍ତୁ ।
- ଡାଲି ନରମ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ଶେଷରେ ଆୟୋଡିନ ଯୁକ୍ତ ଲୁଣ ମିଶାନ୍ତୁ ଓ ଘୋଡାଇ ରଖନ୍ତୁ ।
- ସବୁବେଳେ ସହଜରେ ମିଳୁଥିବା ଋତୁକାଳୀନ ତଟକା ପନିପରିବା ମିଶାଇବା ଭଲ । ନିଜ ଅ□ଳରେ ମିଳୁଥିବା ସବୁଜ ପରିବା ଓ ଶାଗ ଯଥା ସଜନା ପତ୍ର ଡାଲମାରେ ମିଶାଇ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ । ଏହା ଖାଦ୍ୟରେ କ୍ଷୁଦ୍ରପୁଷ୍ଟି ବଢ଼ାଏ ।
- ଆଳୁକୁ କେବଳ ଧୋଇ ପରିଷ୍କାର କରନ୍ତୁ । ଏହାର ଚୋପା ଛଡାନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଯେକୌଣସି ପରିବା ବିଶେଷ କରି ପତ୍ରଯୁକ୍ତ ପରିବା କାଟିବା ପୂର୍ବରୁ ଭଲଭାବରେ ଧୋଇ ପରିଷ୍କାର କରନ୍ତୁ । ସବୁବେଳେ ରାନ୍ଧିବା ଶେଷ ବେଳକୁ ଆୟୋଡିନ୍ ଯୁକ୍ତ ଲୁଣ ମିଶାନ୍ତୁ ନଚେତ୍ ଏହା ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ।

ଭାତ ଓ ଆଳୁ ସୋୟାବଡି ତରକାରୀ

- ପରିଷ୍କାର କରି ଚାଉଳ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପରିମାଣରେ ପରିଷ୍କାର ପାଣି ଦେଇ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ଯେପରିକି ଶେଷରେ ବଳକା ପାଣି ବାହାର କରିବାକୁ ନ ପଡେ ।
- ପରିଷ୍କାର ପାଣିରେ ଏହା ନରମ ଏବଂ ଖାଇବା ଯୋଗ୍ୟ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ସୋୟା ବଡିକୁ ଫୁଟା ପାଣିରେ ୨୫ ରୁ ୩୦ ମିନିଟ୍ ରଖନ୍ତୁ । ତା ପରେ ଏହାକୁ ଚିପୁଡି ପାଣି ବାହାର କରି ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ସୋୟା ବଡିକୁ ଦୁଇ ଫାଳ କରି କାଟନ୍ତୁ
- ଆଳୁକୁ ପରିଷ୍କାର ପାଣିରେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଧୋଇ ମଧମ ଆକାରରେ ଖଣ୍ଡ କରି କାଟନ୍ତୁ ।
- କଡେଇରେ ତେଲ ଗରମ କରନ୍ତୁ, ସୋରିଷ / ଫୁଟଣ ପକାନ୍ତୁ, ସେଥିରେ ଭଲ ଭାବରେ କଟା ଯାଇଥିବା ପିଆଜ/ ରସୁଣ, ଅଦା ମିଶାନ୍ତୁ, ସେଥିରେ ହଳଦୀ ଗୁଣ୍ଡ, ଆଳୁ ଏବଂ ପାଣି ମିଶାଇ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ସେଥିରେ ଟମାଟୋ / ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଋତୁକାଳୀନ ପରିବା ଯଥା – କଖାରୁ, ଗାଜର, କନ୍ଦମୂଳ ଇତ୍ୟାଦି ମିଶାନ୍ତୁ ।
- କଟା ଯାଇଥିବା ସୋୟା ବଡିକୁ ସେଥିରେ ମିଶାନ୍ତୁ
- ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ ୫ ରୁ ୧୦ ମିନିଟ୍ ଏହାକୁ ମିଶାଇ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ଶେଷରେ ଆୟୋଡିନ୍ ଯୁକ୍ତ ଲୁଣ ମିଶାନ୍ତୁ ଓ ଏହାକୁ ଘୋଡାଇ ରଖନ୍ତୁ ।
- ଏହାର ପୌଷ୍ଟିକ ମୂଲ୍ୟ ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ ସହଜରେ ମିଳୁଥିବା ଋତୁକାଳୀନ ପନିପରିବା ମିଶାଇବା ଆବଶ୍ୟକ ।
- ସୋୟାବଡିକୁ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ କରିବା ପାଇଁ ଏହାକୁ ଭଲ ଭାବରେ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ଆଳୁର ଚୋପା ଛଡାନ୍ତୁ ନାହିଁ କେବଳ ଏହାକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇ ପରିଷ୍କାର କରନ୍ତୁ ।

ଭାତ ସହିତ ଅଣ୍ଡା ଓ ପରିବା ତରକାରୀ

- ପରିଷ୍କାର କରି ଚାଉଳ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ଚାଉଳକୁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପରିମାଣରେ ପରିଷ୍କାର ପାଣି ଦେଇ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ଯେପରିକି ପରେ ଛାଣିବାକୁ ନ ପଡେ ।
- ପରିଷ୍କାର ପାଣିରେ ଏହା ନରମ ଏବଂ ଖାଇବା ଯୋଗ୍ୟ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ଅଣ୍ଡାକୁ ପରିଷ୍କାର କରି ଧୋଇ ସଫା ପାଣିରେ ସିଝାନ୍ତୁ
- ଆଳୁ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଋତୁକାଳୀନ ପରିବା (କଖାରୁ, ଟମାଟୋ ଇତ୍ୟାଦି) ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇ ସଫା କରନ୍ତୁ ।
- ତେଲ ଗରମ କରନ୍ତୁ, ଫୁଟଣ ଫୁଟାନ୍ତୁ, ପନିପରିବା (ଆଳୁ, ଟମାଟୋ, ପିଆଜ, ରସୁଣ ଅଦା ଇତ୍ୟାଦି ଭଲ ଭାବରେ ମିଶାନ୍ତୁ ।)
- ପାଣିରେ ମିଶାଇ ତରକାରୀ ପରି ବହଳିଆ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ସିଝା ଅଣ୍ଡା ଏଥି ସହିତ ମିଶାଇ ୫ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ ।
- ଶେଷରେ ଆୟୋଡିନଯୁକ୍ତ ଲୁଣ ମିଶାନ୍ତୁ ।
- ସପ୍ତାହକୁ ଥରେ ଭାତ ସହିତ ଅତି କମ୍‌ରେ ଗୋଟିଏ ଅଣ୍ଡା ଅନ୍ୟ ପରିବା ତରକାରୀ ସହିତ ପରିବେଷଣ କରନ୍ତୁ ।
- ନିଜ ଅ□ଳରେ ମିଳୁଥିବା ପରିବାଗୁଡ଼ିକୁ ମିଶାନ୍ତୁ ।
- ଯେଉଁ ଶିଶୁମାନେ ସାକାହାରୀ ବା କୌଣସି କାରଣରୁ ଅଣ୍ଡା ଖାଉନଥିବେ ସେମାନଙ୍କୁ ପୁଷ୍ଟି ଓ ଶକ୍ତିର ପୂରଣ ପାଇଁ ଡାଲି ନିଶ୍ଚୟ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ଆଳୁର ଚୋପା ଛଡାନ୍ତୁ ନାହିଁ କେବଳ ପାଣିରେ ଧୋଇ ସଫା କରନ୍ତୁ ।
- ରନ୍ଧନ ଶେଷରେ ଲୁଣ ମିଶାନ୍ତୁ ଯେପରି ଆୟୋଡିନ ନଷ୍ଟ ହୋଇନଯାଏ ।

ଅନୁବନ୍ଧ - ୪

କେତେକ ସାଧାରଣ ଦ୍ରବ୍ୟର ଖାଦ୍ୟସାର

କ୍ର.ନଂ	ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ (୧୦୦ ଗ୍ରାମ୍‌ରେ)	ପୁଷ୍ଟି (ଗ୍ରାମ୍‌ରେ)	ଶକ୍ତି (କି.କ୍ୟାଲୋରୀ)	ଚର୍ବି (ଗ୍ରାମ)
କ	**ଶସ୍ୟ ଜାତୀୟ**			
୧	ଚାଉଳ	୭.୩	୩୨୮	୧.୩
୨	ଚୁଡା	୬.୬	୩୪୬	୧.୨
୩	ମୁଢ଼ି	୭.୫	୩୨୫	୦.୧
୪	ସୁଜି	୧୦.୪	୩୪୮	୦.୮
୫	ମାଣ୍ଡିଆ	୭.୩	୩୨୮	୧.୩
୬	ମଇଦା	୧୧.୧	୩୪୨	୩.୬
ଖ	**ପରିବା**			
୧	ଆଳୁ	୧.୬	୯୭	୦.୧
୨	ପିଆଜ	୧.୨	୫୦	୦.୧
୩	ବାଇଗଣ	୧.୪	୨୪	୦.୩
୪	କଖାରୁ	୧.୪	୨୫	୦.୧
୫	ବିନ୍	୧.୭	୨୬	୦.୧
୬	ସଜନା ଛୁଇଁ	୨.୫	୨୬	୦.୧
୭	ସଜନା ଶାଗ	୬.୭	୯୨	୧.୭
୮	ଅମୃତ ଭଣ୍ଡା	୦.୭	୨୭	୦.୨
୯	ଟମାଟୋ	୦.୯	୨୦	୦.୨
୧୦	ବନ୍ଧାକୋବି	୧.୮	୨୭	୦.୬
୧୧	ଲାଉ	୦.୨	୧୨	୦.୧
୧୨	ପଣସ କଠା	୨.୬	୫୧	୦.୩
ଗ	**ମଞ୍ଜି ଜାତୀୟ**			
୧	ନଡିଆ	୪.୫	୪୪୪	୪୧.୬
୨	ବାଦାମ	୨୫.୩	୫୬୭	୪୦.୧
ଘ	**ଅନ୍ୟାନ୍ୟ**			
୧	ଅଣ୍ଡା	୧୩.୩	୧୭୩	୧୩.୩
୨	ସୋୟାବଡ଼ି	୫୪.୨/୫୫	୩୩୬/୩୫୮	୦/୫

ଅନୁବନ୍ଧ - ୫

ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନର ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ

ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ
ଚାଉଳ (ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ)
ଡାଲି
ସୋୟାବଡି
ତେଲ
ଅଣ୍ଡା (ସପ୍ତାହକୁ ୧ଟି)
ପରିବା
ଆୟୋଡିନ୍ ଯୁକ୍ତ ଲୁଣ
ମସଲା ମସଲି
ଅନ୍ୟାନ୍ୟ