

## Menu for MDM



क्र.	दिवस	विद्यालय सभयावधि	अल्प मध्याह्नर	मध्याह्न भोजन
			(10:30 पूर्वा० से 10:45 पूर्वा०)	(01:30 अप० से 02:00 अप०) शनिवार
1	सोमवार	08:00 बजे पूर्वा० से 02:00 बजे अप० तक	एक उबला आण्डा/ एक सेब/केला	चावल, दाल एवं हरी सब्जी
2	संजलवार	08:00 बजे पूर्वा० से 02:00 बजे अप० तक	मुलीं/ अंकुरित चना एवं गुड़	चावल, खोला या चना की सब्जी
3	बुधवार	08:00 बजे पूर्वा० से 02:00 बजे अप० तक	एक उबला आण्डा/ एक केला	भोज पुलाव हरी सब्जी एवं सोयाबीन बड़ी शुक्त/ चावल, दाल एवं हरी सब्जी
4	गुरुवार	08:00 बजे पूर्वा० से 02:00 बजे अप० तक	बिस्कुट दो	चावल, दाल एवं हरी सब्जी
5	शुक्रवार	08:00 बजे पूर्वा० से 02:00 बजे अप० तक	एक उबला आण्डा/ एक संतया/केला	चावल, दाल एवं हरी सब्जी
6	शनिवार	08:00 बजे पूर्वा० से 11:30 बजे अप० तक	---	खिचड़ी/प्याइड राईस (हरी सब्जी)/सोयाबीन बड़ी, पालक शुक्त) तथा आचार एवं पापड़

(नोट :- साप्ताह में कम से कम एक दिन उबला आण्डा के स्थान पर आण्डा सब्जी (आण्डाकड़ी)  
अवश्य दिया जाए)