



# ਦਫਤਰ ਜਿਲ੍ਹਾ ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ ਪਠਾਨਕੋਟ

(ਜਿਲ੍ਹਾ ਮਾਲ ਲੇਖਾਕਾਰ (ਟਕਾਵੀ) ਸ਼ਾਖਾ)

ਨੰਬਰ:

## ਹੁਕਮ

ਕਿਉਂ ਜੇ ਕੋਵਿਡ-19 (ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ) ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਕੇਂਦਰੀ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ The Epidemics Act, 1897 ਅਧੀਨ ਮਹਾਮਾਰੀ ਘੋਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਆਪਾਤਕਾਲੀਨ ਸਥਿਤੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਚੁਕੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਹਾਲਾਤਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਟੇਟਾਂ ਤੋਂ ਆ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਠਹਿਰਾਉਣ ਲਈ SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਨੂੰ Quarantine facility ਸੈਂਟਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਦਫਤਰ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੰ. ਡੀ.ਆਰ.ਏ(ਟੀ)/1255 ਮਿਤੀ 30.4.2020 ਰਾਹੀਂ ਰਿਕੋਜਿਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਜੇ ਮਾਈਗ੍ਰੇਟ ਲੇਬਰ/ ਵਿਅਕਤੀ Hotel Opulence ਵਿਖੇ ਠਹਿਰੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਸਿਫਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪ ਮੰਡਲ ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ, ਪਠਾਨਕੋਟ ਜੀ ਨੂੰ ਆਦੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ Quarantine facility ਸੈਂਟਰ (SRI SAI COLLEGE, BADHANI) ਨੂੰ ਸਚਾਰੂ ਢੰਗ ਨਾਲ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਡਿਊਟੀਆਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਲੜੀ ਨੰ	ਅਧਿਕਾਰੀ ਦਾ ਅਹੁਦਾ	ਲੋੜੀਂਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ
1.	ਸੀਨੀਅਰ ਪੁਲਿਸ ਕਪਤਾਨ, ਪਠਾਨਕੋਟ।	ਆਪ ਜੀ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ Hotel Opulence ਪਠਾਨਕੋਟ ਵਿਖੇ ਠਹਿਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਸਿਫਟ ਕਰਵਾਉਣ ਸਮੇਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਸਬੰਧੀ ਸਬੰਧਤ ਐਸ.ਐਚ.ਓ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਲਗਾਈ ਜਾਵੇ ਜੀ।
2.	ਸ੍ਰੀ ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਸਿੰਘ, ਪੀ.ਸੀ.ਐਸ, ਉਪ ਮੰਡਲ ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ, ਪਠਾਨਕੋਟ। (ਮੋ.ਨੰ. 9888747153)	ਆਪ ਦੀ ਡਿਊਟੀ Hotel Opulence ਪਠਾਨਕੋਟ ਵਿਖੇ ਠਹਿਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਬੱਸ ਰਾਹੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਫਟ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ।
4.	ਸ੍ਰੀ ਬਲਵਿੰਦਰ, ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਇੰਜੀਨੀਅਰ, ਪੰਜਾਬ ਮੰਡੀ ਬੋਰਡ, ਪਠਾਨਕੋਟ। (ਮੋ.ਨੰ. 9646021188)	1. ਆਪ ਨੂੰ SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਬਤੌਰ ਨੇਡਲ ਅਫਸਰ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀ ਰੇਹਨ ਕੁਹਾਲ (ਮੋ.ਨੰ. 8054146828), ਉਪ ਮੰਡਲ ਅਫਸਰ ਨੂੰ ਸਹਾਇਕ ਨੇਡਲ ਅਫਸਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 2. ਜੇ ਵਿਅਕਤੀ Hotel Opulence ਪਠਾਨਕੋਟ ਤੋਂ SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਸਿਫਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੂਮ ਵਾਇਜ਼ ਠਹਿਰਾਉਣ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏ ਜਾਣਗੇ। 3. SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਜੇ ਉਥੇ ਦੇ ਇਲੈਕਟਰੀਕਲ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਮਾਨ ਜਿਵੇਂ ਪੱਖੇ/ ਲਾਈਟਾਂ/ ਸਵਿਚ ਬੋਰਡਾਂ ਆਦਿ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏ ਜਾਣਗੇ।

4. ਆਪ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਦਫਤਰ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ/ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਡਿਊਟੀਆਂ 24 ਘੰਟੇ ਰੋਸਟਰ ਵਾਇਜ਼ ਲਗਾਈਆਂ ਜਾਣ ਜੋ ਕਿ ਹੇਠ ਅਨੁਸਾਰ ਡਿਊਟੀਆਂ ਕਰਨਗੇ:-

- (i) Reception ਨੂੰ ਦੇਖਣ/ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਗੇ।
- (ii) ਠਹਿਰੇ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕ Whatsapp ਗਰੁੱਪ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਜੋ ਇਸ ਦੇ ਮੁਕੰਮਲ ਡਿਟੇਲ ਰੱਖਣਗੇ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਵੀ ਦਿੱਕਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਤੁਰੰਤ ਹਲ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ।
- (iii) ਖਾਨਾ ਗਰਮ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਟਾਇਮ ਸਿਰ ਅਤੇ ਸਾਫ-ਸੁਥਰਾ ਮੁਹੱਇਆ ਕਰਵਾਉਣਗੇ।
- (iv) ਮੈਡੀਕਲ ਟੀਮ ਰਾਹੀਂ ਉਹਨਾਂ ਠਹਿਰੇ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਚੈਕਅਪ ਕਰਵਾਉਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ।
- (v) ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਆਦਿ ਜਰੂਰਤ ਅਨੁਸਾਰ ਮੁਹੱਇਆ ਕਰਵਾਉਣਗੇ।
- (vi) ਸਾਫ-ਸੁਥਰਾ ਬਿਸਤਰ ਅਤੇ ਬੈਡ ਮਹੁਇਆ ਕਰਵਾਉਣਗੇ।
- (vii) ਜਰੂਰਤ ਅਨੁਸਾਰ ਟੋਇਲਟਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਬਨ, ਸੈਂਪੂ, ਟੂਥ ਬੁਰਸ਼, ਹਾਰਪਿਕ, ਬੁਰਸ਼ ਅਤੇ ਟਾਵਲ ਆਦੀ ਹੋਰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮਾਨ ਮੁਹੱਇਆ ਕਰਵਾਉਣਗੇ।
- (viii) ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਤੋਂ ਜਾਂ ਦਿਹਾੜੀ ਦੇ ਹਲਵਾਈਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਠਹਿਰੇ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਅਤੇ ਸਾਫ-ਸੁਥਰਾ ਖਾਣਾ ਡਾਇਟ ਲਿਸਟ ਅਨੁਸਾਰ (ਕਾਪੀ ਨੱਥੀ) ਮੁਹੱਇਆ ਕਰਵਾਉਣਗੇ।
- (ix) ਆਪ ਵੱਲੋਂ ਜਰੂਰੀ Medicines ਜਿਵੇਂ ਕਿ (Paracetamol, Combiflam, Pan-D, Eno, Digene, Move) ਆਦਿ ਅਤੇ ਪੱਟੀ, ਬੀਟਾਡੀਨ ਆਦੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਰੱਖੇਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲੋੜ ਪਏ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਂਕੇ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਹੱਇਆ ਕਰੋ।
- (x) SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਠਹਿਰਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਟਾਫ਼ ਲਈ Marks ਅਤੇ Sanitizer ਆਦਿ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।
- (xi) ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਇਹ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਰੂਰਤ ਅਨੁਸਾਰ ਚਾਹ/ ਠੰਡਾ ਪੈਸੇ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਮੁਹੱਇਆ ਕਰਵਾਉਣਗੇ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਠਹਿਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅਧਾਰ ਦੇ ਫੈਸ਼ਲਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

5.	ਸ੍ਰੀ ਦਰਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ, ਜਨਰਲ ਮੈਨਜਰ, ਪੰਜਾਬ ਰੇਡਵੇਜ, ਪਠਾਨਕੋਟ। (ਮੋ.ਨੰ. 9780808214)	ਆਪ ਨੂੰ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ Hotel Opulence ਪਠਾਨਕੋਟ ਵਿਖੇ ਠਹਿਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਸਿਫਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਬੱਸ ਰਿਕੋਜਿਟ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਬੱਸ ਦਾ ਸਬੰਧਤ ਡਰਾਈਵਰ/ ਕੰਡਕਟਰ ਜਿਲ੍ਹਾ ਮਾਲ ਅਫਸਰ, ਪਠਾਨਕੋਟ (ਮੋ.ਨੰ. 9463369836) ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਗੇ।
6.	ਸ੍ਰੀ ਸੁਖਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਡੀ.ਐਚ.ਐਸ.ਸੀ, ਪਠਾਨਕੋਟ। (ਮੋ.ਨੰ. 8284878182)	ਆਪ ਦੀ ਡਿਊਟੀ SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਠਹਿਰੇ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਹੱਇਆ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਖਾਣਾ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਚੈਕਿੰਗ ਲਈ ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
7.	ਸ੍ਰੀ ਸੰਜੀਵ ਕੁਮਾਰ, ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਪ੍ਰੋ), ਪਠਾਨਕੋਟ। (ਮੋ.ਨੰ. 9872382240)	ਆਪ ਨੂੰ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ SRI SAI COLLEGE, BADHANI ਵਿਖੇ ਆਪਣੇ ਪੱਧਰ ਤੇ 3 ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਲਗਾਈ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਉਹ ਸ੍ਰੀ ਰੋਹਨ ਕੁਹਾਲ (ਮੋ.ਨੰ. 8054146828), ਉਪ ਮੰਡਲ ਅਫਸਰ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਗੇ।
8.	ਜਿਲ੍ਹਾ ਮਾਲ ਅਫਸਰ, ਪਠਾਨਕੋਟ।	ਆਪ ਨੂੰ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਮਾਲ ਪੁਨਰਵਾਸ ਤੇ ਡਿਜ਼ਾਸਟਰ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕੰਮਾਂ/ਆਫਤ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਫੰਡਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਇੰਜੀਨੀਅਰ, ਪੰਜਾਬ ਮੰਡੀ ਬੋਰਡ, ਪਠਾਨਕੋਟ ਨੂੰ ਇੱਕ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਮਾਨਯੋਗ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ, ਪਠਾਨਕੋਟ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਲੈਣ ਉਪਰੰਤ ਜਾਰੀ ਕਰਵਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

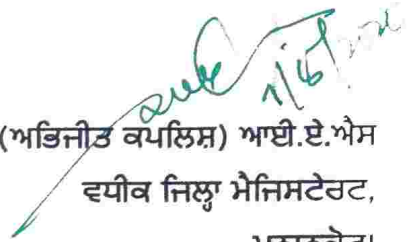
(ਅਭਿਜੀਤ ਕਪਲਿਸ਼) ਆਈ.ਏ.ਐਸ  
ਵਧੀਕ ਜਿਲ੍ਹਾ ਮੇਜਿਸਟਰੇਟ,  
ਪਠਾਨਕੋਟ।

ਪਿੱਠ.ਅ ਨੰ. ਡੀ.ਆਰ.ਏ(ਟੀ)/ 1301-14 ਮਿਤੀ. 11/5/2020

ਉਕਤ ਦਾ ਇੱਕ ਉਤਾਰਾ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਹਿੱਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

1. ਸੀਨੀਅਰ ਪੁਲਿਸ ਕਪਤਾਨ, ਪਠਾਨਕੋਟ।
2. ਉਪ ਮੰਡਲ ਮੇਜਿਸਟਰੇਟ, ਪਠਾਨਕੋਟ/ਧਾਰਕਲਾਂ।
3. ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ, ਪਠਾਨਕੋਟ।
4. ਜਿਲ੍ਹਾ ਮਾਲ ਅਫਸਰ, ਪਠਾਨਕੋਟ।
5. ਜਨਰਲ ਮੈਨਜਰ, ਪੰਜਾਬ ਰੇਡਵੇਜ, ਪਠਾਨਕੋਟ।
6. ਜਿਲ੍ਹਾ ਕੰਟਰੋਲਰ ਖੁਰਾਕ ਸਿਵਲ ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਖਪਤਕਾਰ ਮਾਮਲੇ, ਪਠਾਨਕੋਟ।

7. ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਪ੍ਰੈ), ਪਠਾਨਕੋਟ।
8. ਜਿਲ੍ਹਾ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਪੰਚਾਇਤ ਅਫਸਰ, ਪਠਾਨਕੋਟ।
9. ਬਲਾਕ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਪੰਚਾਇਤ ਅਫਸਰ, ਧਾਰਕਲਾ।
10. ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਇੰਜੀਨੀਅਰ, ਪੰਜਾਬ ਮੰਡੀ ਬੋਰਡ, ਪਠਾਨਕੋਟ।
11. ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਇੰਜ. ਵਾਟਰ ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟੇਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ, ਪਠਾਨਕੋਟ।
12. ਪੀ ਏ ਟੂ ਮਾਨਯੋਗ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ, ਪਠਾਨਕੋਟ।
13. Managing Director of Sri Sai College, Badhani, Pathankot।

  
(ਅਭਿਜੀਤ ਕਪਲਿਸ਼) ਆਈ.ਏ.ਐਸ  
ਵਧੀਕ ਜਿਲ੍ਹਾ ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ,  
ਪਠਾਨਕੋਟ।

	<b>Breakfast</b>	<b>Noon tea</b>	<b>Lunch</b>	<b>Evening tea</b>	<b>Dinner</b>
<b>Monday</b>	-Boiled eggs -Milk -Cornflakes -Bread butter -Vegetable sandwiches -Fruit: Banana -Multi- vitamin tablets	Tea/Coffee/ Juice With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Rajma Seasonal sabzi Rice Chapati Salad Dahi	Tea/Coffee/ Milk With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Moongi- masri Seasonal sabzi Rice Chapati Salad + Kheer
<b>Tuesday</b>	-Boiled eggs -Milk -Cornflakes -Curd dahi -Aaloo Parantha -Fruit: Papaya -Multi- vitamin tablets	Tea/Coffee/ Juice With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Chana dal Seasonal sabzi Rice Chapati Salad Dahi	Tea/Coffee/ Milk With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Sabut Moongi dal Seasonal sabzi Rice Chapati Salad + Gulab jamun
<b>Wednesday</b>	-Boiled eggs -Milk -Cornflakes -Bread- jam -Vegetable sandwich -Fruit: Banana -Multi- vitamin tablets	Tea/Coffee/ Juice With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Safed chane Seasonal sabzi Rice Chapati Salad Dahi	Tea/Coffee/ Milk With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Moongi- masri Seasonal sabzi Rice Chapati Salad + Sewiyan
<b>Thursday</b>	-Boiled eggs -Milk -Cornflakes -Curd dahi -Gobhi Parantha -Fruit: Papaya -Multi- vitamin tablets	Tea/Coffee/ Juice With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Rongi Seasonal sabzi Rice Chapati Salad Dahi	Tea/Coffee/ Milk With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Dali moongi Seasonal sabzi Rice Chapati Salad + Kheer
<b>Friday</b>	-Boiled eggs -Milk -Cornflakes -Curd dahi -Paneer parantha -Fruit: Orange -Multi- vitamin tablets	Tea/Coffee/ Juice With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Maah Seasonal sabzi Rice Chapati Salad Dahi	Tea/Coffee/ Milk With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Moongi- masri Seasonal sabzi Rice Chapati Salad + Gulab jamun
<b>Saturday</b>	-Boiled eggs -Milk -Cornflakes -Curd dahi -Methi Parantha	Tea/Coffee/ Juice With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Black chane Seasonal sabzi Rice Chapati Salad	Tea/Coffee/ Milk With biscuits and namkeen mathhi	Paneer- matar Seasonal sabzi Rice Chapati Salad + Sewiyan

	-Fruit: Banana -Multi- vitamin tablets		Dahi		
Sunday	-Boiled eggs -Milk -Cornflakes -Curd dahi -Gobhi parantha -Fruit: Papaya -Multi- vitamin tablets	Tea/Coffee/ Juice With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Dale Maah-chole Seasonal sabzi Rice Chapati Salad Dahi	Tea/Coffee/ Milk With biscuits and namkeen mathhi	Dal: Sabut moongi Seasonal sabzi Rice Chapati Salad + Rasgullaa

**Breakfast:**

Boiled Eggs

Sauteed Paneer

Cut Fruits

Corn Flakes

Bread and Butter

Milk

Multi-Vitamin

:

Biscuits

Namkeen Tea

Tea/Coffe/Fresh Juice

**Lunch:**

Daal( Monday- Moongi Masri, Tuesday- Kadi, Wednesday- Moongi, Thursday- Chana Dhule, etc.)

Sabzi

Chapati

Chawal

Salad

Dahi

**Evening Tea:**

Biscuits/Namkeen/Tea/Coffee/Milk

Dinner:

Same pattern as Lunch plus something sweet

**General Upkeep:**

Newspapers plus Magazines on every bed.

Cycle