

గురుకులం

(ఆంధ్రప్రదేశ్ గిరిజన సంక్షేమ గురుకుల విద్యాలయముల సంస్థ (రి), హైదరాబాదు)

మినీ గురుకుల విద్యాలయములలో 2012-13 విద్యా సంవత్సరం నుండి రోజు వారీ అమలు చేయవలసిన సవరించబడిన మెనూ

- గతంతో మినీ గురుకుల విద్యాలయములలో రూ.660/- నెలకు ఒక విద్యార్థినికి డైట్ ఛార్జీకి అనుగుణంగా రోజువారీ అమలు చేయవలసిన మెనూను ఇవ్వడం జరిగింది.
- ప్రస్తుతం అదే మొత్తంలో డైట్ ఛార్జీకి అనుగుణంగా ఈ క్రింది విధంగా కొద్దిపాటి సవరణలతో మార్పు చేస్తూ మరల పంపడం జరుగుతున్నది.
- సంబంధిత మినీ గురుకులం హెడ్ మాస్టర్లు ఈ సవరించబడిన మెనూను డిసెంబరు, 2012 నుండి అమలు పరచవలసినదిగా ఆదేశించడమైనది.

వారం	ఉపాహారము	మధ్యాహ్న భోజనం	సాయంత్రం స్నాక్స్	రాత్రి భోజనం
ఆదివారం	రాగిమాల్టతో పాలు, చపాతి/ పూరి, కూర	అన్నం, బిర్యానీ, బంగాళాదుంపతో కుర్మా, పెరుగు చల్చీ, గ్రుడ్డు దోసకాయ/ సొరకాయతో పప్పు, రసం	ఎ.పి.ఫుడ్స్ వారి ప్రొడక్ట్	అన్నం, వంకాయ కూర, సాంబారు, మజ్జిగ, పండు
సోమవారం	రాగిమాల్టతో పాలు, ఎ.పి.ఫుడ్స్ వారి ఉప్మా మిక్స్ తో ఉప్మా	అన్నం, తోటకూరతో పప్పు, క్యాబేజీ బఠాణి కూర, గ్రుడ్డు, రసం, మజ్జిగ	పల్లి పట్టి /వేరుశనగ అచ్చు	అన్నం, బెండకాయ కూర, సాంబారు, మజ్జిగ
మంగళవారం	రాగిమాల్టతో పాలు, పొంగలి / వాము/ జీరా రైస్	అన్నం, టొమేటో పప్పు, కాకరకాయ/ బీట్ రూట్ కూర, గ్రుడ్డు, రసం, మజ్జిగ	ఎ.పి.ఫుడ్స్ వారి ప్రొడక్ట్	అన్నం, దొండకాయ కూర, సాంబారు, మజ్జిగ, పండు
బుధవారం	రాగిమాల్టతో పాలు, ఎ.పి. ఫుడ్స్ వారి స్వీట్ పారిడ్స్	అన్నం, గోంగూర పప్పు, బీరకాయ శనగపప్పు కూర, గ్రుడ్డు, రసం, మజ్జిగ	శనగ గుగ్గిళ్లు / అలసందలు	అన్నం, క్యాలీఫ్లవర్ / మునగకాయ టమాటా కలిపి కూర, సాంబారు, మజ్జిగ

వారం	ఉపాహారము	మధ్యాహ్న భోజనం	సాయంత్రం స్నాక్స్	రాత్రి భోజనం
గురువారం	రాగిమాల్టతో పాలు, పులిహార	అన్నం, దోసకాయ పప్పు, వంకాయ బఠాణి, గ్రుడ్డు, రసం, మజ్జిగ	ఎ.పి.ఫుడ్స్ వారి ప్రొడక్ట్	అన్నం, పొట్లకాయ / గోరుచిక్కుడు, సాంబారు, మజ్జిగ, పండు
శుక్రవారం	రాగిమాల్టతో పాలు, ఇడ్లీ, సాంబారు / చట్నీ	అన్నం, బచ్చలి / మెంతి కూర పప్పు, చిక్కుడు/క్యారెట్ కర్ర, గ్రుడ్డు, రసం, మజ్జిగ	ఉడకబెట్టిన బొబ్బర్లు / ఉలవలతో చేసిన గుగ్గిళ్లు	అన్నం, అరటికాయ / టమాటా దోసకాయ కలిపి కూర, సాంబారు, మజ్జిగ
శనివారం	రాగిమాల్టతో పాలు, ఎ.పి. ఫుడ్స్ వారి కిచిడి మిక్స్	అన్నం, పాలకూర / మునగాకు పప్పు, బీన్స్ / బీట్‌రూటు కూర, గ్రుడ్డు, రసం, మజ్జిగ	స్వీటు (రవ్వలడ్డూ / కేసరి / సేమియా)	అన్నం, మిక్సిడ్ విజిటబుల్స్ కూర, సాంబారు, మజ్జిగ

గమనిక :- పైన పేర్కొనబడిన మెనూను ఖచ్చితంగా అమలు చేయవలెను. పైన మెనూలో పేర్కొనబడిన కూరగాయలు లేనప్పుడు అందుబాటులో ఉన్న కూరగాయలు ఉపయోగించవచ్చును. ఏ ఒక్క ఆకు కూర / కాయగూర వరుస దినాలలో ఇవ్వరాదు, అదే విధంగా వారంలో రెండు పర్యాయముల కంటే ఎక్కువగా ఉపయోగించరాదు. వివిధ సీజన్లలో దొరికే తాజా పండ్లు ఇవ్వవలెను. ప్రతి దినం ఖచ్చితంగా కోడి గ్రుడ్డు అందచేయవలెను. ప్రతి దినం హాస్టలుకు ఇవ్వబడిన సరుకుల వివరములు డైలీ ఇష్యూ రిజిష్టరు లో నమోదు చేయవలెను. అదే విధంగా ఎప్పటికప్పుడు స్టాకు రిజిష్టరులో కొనుగోలు చేసిన సరుకులు / వినియోగించిన వస్తువుల వివరములు నమోదు చేయవలెను. ఈ క్రమంలో నెలవారీ ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన డైట్ చార్జీలను దృష్టిలో ఉంచుకుని పెర్ క్యాపిటా మించకుండా విద్యార్థులకు పౌష్టికాహారం అందచేయవలెను. విద్యార్థి ఒక్కంటికి కూరగాయలు మధ్యాహ్నం భోజనంలో 40 గ్రాములు, మరియు పప్పులో 15 గ్రాములు చొప్పున రాత్రి భోజనంలో 70 గ్రాములు మరియు సాంబారులో 10 గ్రాముల చొప్పున వినియోగించవలెను. ఉదయం అల్పాహారం (సోమవారం, బుధవారం మరియు శనివారం) మరియు సాయంత్రం అల్పాహారం (ఆదివారం, మంగళవారం మరియు గురువారం) నిర్దేశించబడిన సరుకులు ఆంధ్రప్రదేశ్ ఫుడ్స్ (ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ అనుబంధ సంస్థ), హైదరాబాదు వారిచే సరఫరా చేయబడును.

సం/-కార్యదర్శి
గురుకులం

APTWRIE Society (GURUKULAM)

Educational Complexes (Mini Gurukulams) - ITEM WISE EXPENSES in Rs.

S.No	Item	Quantity (Kgs)	As per market rates in 2008		Quantity (kgs)	As per market rates in 2012		
			Rate (in Rs.)	Avg. Daily Exp. Per Each Student (in Rs.) (30.5 days)		Rate (in Rs.)	Avg. Daily Exp. Per Each Student (in Rs.) (30.5 days @ Rs.800/-pm)	
1	Rice	0.425	4.00	1.70	0.400	1.00	0.40	
2	Red Gram Dal	0.020	62.00	1.24	0.015	64.00	0.96	
3	Palm Oil	0.015	75.00	1.13	0.013	56.00	0.73	
4	Tamarind	0.010	70.00	0.70	0.006	50.00	0.30	
5	Chilly Powder	0.003	120.00	0.36	0.003	100.00	0.30	
6	Black Gram Dal	0.004	70.00	0.28	0.004	70.00	0.28	
7	Green Gram Dal	0.003	40.00	0.12	0.002	80.00	0.16	
8	Bengle Gram Dal	0.002	70.00	0.14	0.002	80.00	0.16	
9	Ground Nuts	0.004	68.00	0.27	0.003	80.00	0.24	
10	Putnal	0.003	46.00	0.14	0.003	70.00	0.21	
11	Idly Ravva	0.010	20.00	0.20	0.008	26.00	0.21	
12	Bombay Ravva / Upama mix	0.012	24.00	0.29	0.012	42.00	0.50	
13	Bansi Ravva / Sweet porridge	0.012	24.00	0.29	0.012	42.00	0.50	
14	Kicidi mix		0.50	0.00	0.012	42.00	0.50	
15	Dry Chilly	0.001	120.00	0.12	0.001	100.00	0.10	
16	Green Peas	0.002	40.00	0.08	0.002	50.00	0.10	
17	Wheet floor	0.010	20.00	0.20	0.010	25.00	0.25	
18	Ragi malt	0.010	25.00	0.25	0.010	25.00	0.25	
19	Jaggary	0.002	40.00	0.08	0.002	50.00	0.10	
20	Sugar	0.010	30.00	0.30	0.010	40.00	0.40	
21	Turmeric powder	0.001	150.00	0.15	0.0005	120.00	0.06	
22	Salt (Iodised)	0.010	10.00	0.10	0.010	10.00	0.10	
23	Masala Powder	0.001	300.00	0.30	0.0005	300.00	0.15	
24	Popu Samanulu	0.001	100.00	0.10	0.001	100.00	0.10	
25	Vegitables	0.150	10.00	1.50	0.135	12.00	1.62	
26	Onions / Mirchi / etc	0.025	15.00	0.38	0.015	20.00	0.30	
27	Egg daily	1	3.00	3.00	Daily (7 days in a week)	3.50	3.50	
28	Fruit (daily)	1	150.00	1.50	3 times in a week	1.80	0.77	
29	Evening Snack (Daily)	0.025	60.00	1.50	AP Food 3 Days 0.025 Others 4 Days@0.025	52.50 60.00	1.42	
30	spl. Sweet (monthly once)	1	5/- each	0.33	Monthly Once	Each 8.00	0.27	
31	Milk (175 ml per day per student)	100 ml	30.00	3.00	85 ml	36.00	3.06	
32	Gas	3/4 Cylinder per day for	360.00	1.80	1 Cylinder per 12 students per month	each cylinder @ Rs. 1250.00	3.47	
33	Transport expenses		0.10	0.10			0.12	
34	Miscellaneous expenses		0.00	0.00			0.05	
Total								21.65

Note: Items for Sl.Nos. 12,13 & 14 for break fast on 3 days i.e., Monday, Wednesday & Saturday and Sl.No.29 snacks on (3) days i.e., Sunday, Tuesday and Thursday will be supplied by Andhra Pradesh Foods, (A Govt. of A.P., Entriprise, Hyderabad)

Secretary