

‘খেয়া’বরিত্ত নাগরিক আবাস
বিবেকানন্দ লোকশিক্ষা নিকেতন
ফরিদপুর, দক্ষিণ ডাউকি, কাঁথি, পূর্ব মেদিনীপুর

সাপ্তাহিকখাদ্য তালিকা

বার	সকাল ৬ টা ৩০মিনিট	সকাল- ৭টা	১১টা ৩০ মিনিট	দুপুর - ০৩ টা	বিকাল- ৪টা ৩০ মিনিট	রাত- ৮টা ৩০মিনিট
সোমবার	চা ও বিস্কুট	মুড়ি, দুধ,	ডাল, সজি, ডিম বোল, ভাত	মরশুমি ফল	মুড়ি, ঘুগনি	ভাত, সজি সোয়াবিন, ডাল
মঙ্গলবার	চা ও বিস্কুট	দুধ, পাউরুটি	ভাত, ডাল, সজি, মাছ বোল	মরশুমি ফল	ছোলা, মুড়ি	ভাত, চানা, ডাল
বুধবার	চা ও বিস্কুট	দুধ, মুড়ি	ভাত, ডাল, সজি মাছের বোল	মরশুমি ফল	চাউমিন	ভাত, পোস্ত, ডাল
বৃহস্পতিবার	চা ও বিস্কুট	ছোলা, মুড়ি	ভাত, ডাল, সজি, সোয়াবিন	মরশুমি ফল	সুজি, মুড়ি	দুধ/ ডাল, রুটি
শুক্রবার	চা ও বিস্কুট	দুধ, পাউরুটি	ভাত, ডাল, সজি, ডিম বোল	মরশুমি ফল	মুড়ি, ঘুগনি	ভাত, সজি ডাল, আলুমাখা
শনিবার	চা ও বিস্কুট	দই, চিড়ে	ভাত, ডাল, সজি, মাছের বোল	মরশুমি ফল	মুড়ি, তেলেভাজা	সজিডাল রুটি
রবিবার	চা ও বিস্কুট	নান্দা	ভাত, ডাল, সজি, মাংসের বোল	মরশুমি ফল	মশলা মুড়ি	ডাল, ভাত আলুমাখা

General Secretary,
Vivekananda Lokshiksha Niketan
 Faridpur, Dk. Dauki Purba Medinipur