

राज फाउंडेशन संस्थान, मिर्झौरा (वरिष्ठ नागरिक गृह - सपोटरा)

PNB बैंक के पास, सपोटरा तहसील- सपोटरा जिला- करौली (राज.) पिन. कोड - 322218

भोजन सूची

क्र.	वार	06:30 बजे	अल्पाहार 08:00 बजे	दोपहर का भोजन 12:00 बजे	03:00 बजे	04:00 बजे	रात्रिकालीन भोजन 07:30 बजे	09:00 बजे
1.	सोमवार	चाय / फेन	पोहा	चपाती दाल / चावल हरी सब्जी / दही सलाद	चाय / बिस्कुट	फल	चपाती / हरी सब्जी / अचार	दूध
2.	मंगलवार	चाय / बिस्कुट	दलिया	चपाती / दाल / चावल / हरी सब्जी / दही सलाद	चाय / टॉस	फल	चपाती / हरी सब्जी / मिठाई	दूध
3.	बुधवार	चाय / ब्रेड	मूनी का हलवा / पकोड़ी	चपाती / दाल / हरी सब्जी / छाछ / सलाद मिठाई	चाय / फेन	फल	चपाती / हरी सब्जी / खिचड़ी	दूध
4.	गुरुवार	चाय / बिस्कुट	अंकुरित मूंग	चपाती / चावल / कढ़ी / सलाद	चाय / ब्रेड	फल	चपाती / दाल / अचार	दूध
5.	शुक्रवार	चाय / टॉस	उपमा	चपाती / दाल / चावल / हरी सब्जी / दही सलाद	चाय / बिस्कुट	फल	चपाती / हरी सब्जी / मिठाई	दूध
6.	शनिवार	चाय / फेन	डडली, साभार	चपाती / दाल / चावल / हरी सब्जी / दही सलाद	चाय / टॉस	फल	चपाती / हरी सब्जी / रावड़ी	दूध
7.	रविवार	चाय / ब्रेड	दलिया	विशेष भोजन :- खीर / पुड़ी / सब्जी / दाल बाटी चूरमा /	चाय / फेन	फल	चपाती / दाल / चावल	दूध

राज फाउण्डेशन संस्थान, मिर्झौरा
तह. सपोटरा, जिला करौली (राज.)