

समाज सेवा संस्थान लखनऊ द्वारा
भारत सरकार के सहयोग से संचालित वृद्धा आश्रम (2024-25)
ग्राम हीरपुर पोस्ट अटरिया वि०खं० सिधौली सीतापुर
(भैन्सू चाटी)

समय	8:00 बजे से 09:00 बजे	12:00 बजे दोपहर	4:30 बजे	8:00 बजे रात्रि
दिन	भार्निंग टी (चाय बिस्कुट)	दोपहर का भोजन (लंच)	शाम का नाश्ता	रात्रि का भोजन (डिनर) रसेदार सब्जी प्रतिदिन
सोमवार	दलिया मीठी / खीर / हलवा चाय	अरहर दाल / चावल / रोटी हरी सब्जी, सलाद	चाय, पोहा / मठरी	रोटी, हरी सब्जी, अचार
मंगलवार	चाय-रस / नमकीन बिस्कुट नमकीन पूड़ी	भूँग की दाल, चावल, रोटी, हरी सब्जी, रायता, सलाद	चाय, नमकीन सेव / दालमोठ / मठरी	रोटी, हरी सब्जी, चटनी
बुधवार	चाय, बंद / ब्रेड	कढ़ी, चावल, रोटी, सूखी सब्जी, सलाद	चाय, नमकीन बिस्कुट / फूट चाट / मटर	मसूर दाल, रोटी, सूखी सब्जी
गुरुवार	चाय-पोहा / पराठा	भिक्स दाल (चना, अरहर, उरद), चावल रोटी, सब्जी हरी, रायता	चाय, दालमोठ / समोसा	भूँग दाल, हरी सब्जी, रोटी, गुड
शुक्रवार	चाय-उबला चना / मटर	छोला / राजमा, चावल, रोटी, सलाद / अचार	चाय, नमकपारा / लईया- चना / कार्नफ्लेक्स	हरी सब्जी, पराठा / रोटी अचार
शनिवार	चाय, चिल्ला बेसन / रस / जीराफैन	मटरदाल / कोफता / बड़िया, चावल, रोटी, सलाद	चाय, सेव, मैक्रोनी / पास्ता	रसेदार सब्जी / सूखी सब्जी, रोटी, अचार
रविवार	चाय-रस, आलू फाई	मलकामसूर, रोटी सब्जी, चावल, सलाद	चाय, ब्रेड, पकौड़ी, मीठी चटनी	रसेदार सब्जी, रोटी

नोट:-

- 1-समय एवं मौसम के अनुसार भोजन सारिणी में परिवर्तन किया जा सकता है।
- 2-सप्ताह में एक दिन नाश्ते में मीठा (दलिया, खीर, हलवा) अवश्य सम्मिलित किया गया है।
- 3-सप्ताह में दो बार मौसमी फल/फूट चाट।
- 4-राष्ट्रीय पर्व एवं त्योहारों में विशेष भोजन की व्यवस्था की जाती है। (पूड़ी, कचौड़ी, पनीर की सब्जी, खीर
दही बड़ा / सयता, मिष्ठान, फल इत्यादि।

मैनेजर सुपरिन्टेंडेंट



वृद्धा आश्रम
हीरपुर सिधौली सीतापुर
Heerpur Sidhawali
Sitapur

प्रबन्धक



समाज सेवा संस्थान

वृद्धा आश्रम

HEERPUR SIDHAWALI SITAPUR
Siddhawali, Heerpur Sidhawali, Sitapur
Uttar Pradesh