ଅନୁସୂଚୀ-୧
ପୋଷାକ, ବିଛଣା, ଶୌଚସାମଗ୍ରୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ
(ନିୟମ ୪୧)

(୧) କିଶୋର ବା ବାଳୁତମାନଙ୍କୁ ନିମ୍ନୋକ୍ତ ସାମଗ୍ରୀମାନ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ-

ବିଛଣା		
କ୍ର.ସଂ.	ଓାମଗ୍ରୀ	ପ୍ରତି ବାଳୁତ ପିଛା ପରିମାଣ
୧.	ଗାମୁଛା	ବର୍ଷକୁ ୪ଟା
୨.	କପଡା-ପ୍ରସ୍ତୁତ ବିଛଣା ଚାଦର	୨ବର୍ଷକୁ ୨ଟା
୩.	ତକିଆ (ତୁଳା ଭରା)	୨ ବର୍ଷକୁ ୧ଟା
୪	ତକିଆ ଖୋଳ	୨ବର୍ଷକୁ ୨ଟା
୫.	ଉଲ୍ କମ୍ବଳ	୨ବର୍ଷକୁ ୨ଟା
୬.	କପଡା ଦରି	୨ବର୍ଷକୁ ୨ଟା
୭.	ତୁଳା ଭରା ରେଜେଇ	୨ବର୍ଷକୁ ୧ଟା (ଶୀତ ଅଞ୍ଚଳରେ)
୮.	ଉସିଣା	୨ବର୍ଷକୁ ୧ଟା
୯.	ଉଶାରି	୨ବର୍ଷକୁ ୧ଟା

	ଝିଅମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପୋଷାକ	
୧.	ସ୍କାର୍ଟ ଓ ବ୍ଲାଉଜ୍ ବା ସାଲଓ୍ୱାର୍ କମିଜ୍ ବା ବ୍ଲାଉଜ୍ ସହ ଅଧାଶାଢୀ ଓ ପେଟିକୋଟ୍	ବୟସ ଏବଂ ସ୍ଥାନୀୟ ପସନ୍ଦ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ପ୍ରତି ଝିଅ ପାଇଁ ବର୍ଷକୁ ୫ ହଳ
୨.	ବାନିଆନ୍ (ଗୋଟାକ ପାଇଁ ୧ମିଟର୍)	ଜଣେ ସାନ ଝିଅ ପାଇଁ ବର୍ଷକୁ ୬ଟା
୩.	ବ୍ରାସିଅର୍	ଜଣେ ବଡ ଝିଅ ପାଇଁ ବର୍ଷକୁ ୬ଟା
୪.	ପ୍ୟାଣ୍ଟି (ଗୋଟାକ ପାଇଁ ୧ମିଟର କପଡା)	ବର୍ଷକୁ ଜଣ ପିଛା ୬ଟା
୫.	ପ୍ରସାଧନ ଗାମୁଛା	ଜଣେ ବଡ ଝିଅ ପାଇଁ ବର୍ଷକୁ ୧୨ଟା ପ୍ୟାକ୍
୬.	ଉଲ୍ ସୁଏଟର୍	ଜଣପିଛା ୨ବର୍ଷରେ ୨ଟା (ଶୀତ ଅଞ୍ଚଳରେ)
୭.	ଉଲ୍ ଶାଲ୍	ଜଣପିଛା ୨ବର୍ଷରେ ୧ଟା (ଶୀତ ଅଞ୍ଚଳରେ)

	ପୁଅମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପୋଷାକ	
୧.	ସାର୍ଟ	ଜଣ ପିଛା ବର୍ଷକୁ ୫ଟା
୨.	ହାଫ୍ ପ୍ୟାଣ୍ଟ	ଜଣେ ସାନ ପୁଅ ପାଇଁ ବର୍ଷକୁ ୫ଟା
୩.	ପ୍ୟାଣ୍ଟ	ଜଣେ ବଡ ପୁଅ ପାଇଁ ବର୍ଷକୁ ୫ଟା
୪.	ଗେଞ୍ଜି	ବର୍ଷକୁ ଜଣ ପିଛା ୪ଟା
୫.	ଚଡି	ବର୍ଷକୁ ଜଣ ପିଛା ୪ଟା
୬.	ଉଲ୍ ପୁରା-ସୁଏଟର୍	ଜଣପିଛା ୨ବର୍ଷରେ ୨ଟା (ଶୀତ ଅଞ୍ଚଳରେ)
୭.	ଉଫ୍‌ଲର୍	ଜଣପିଛା ୨ବର୍ଷରେ ୨ଟା (ଶୀତ ଅଞ୍ଚଳରେ)

	ବିବିଧ ସାମଗ୍ରୀ	
୧.	ଚପଲ୍	ଜଣ ପିଛା ବର୍ଷକୁ ୧ହଳ
୨.	ଜୋତା	ଜଣ ପିଛା ବର୍ଷକୁ ୧ ହଳ
୩.	ସ୍କୁଲ୍ ପୋଷାକ	ବାହାର ସ୍କୁଲ୍‌କୁ ଯାଉଥିବା ଜଣେ ପିଲାକୁ ବର୍ଷରେ ୨ହଳ
୪.	ସ୍କୁଲ୍ ଜୋତା	ବାହାର ସ୍କୁଲ୍‌କୁ ଯାଉଥିବା ଜଣେ ପିଲାକୁ ବର୍ଷରେ ୧ହଳ
୫.	ସ୍କୁଲ୍ ବ୍ୟାଗ୍ ଓ ପାଠ୍ୟ ଉପକରଣ	ବାହାର ସ୍କୁଲ୍‌କୁ ଯାଉଥିବା ଜଣେ ପିଲାକୁ ବର୍ଷରେ ୧ହଳ
୬.	ରୁମାଲ୍	ଜଣପିଛା ବର୍ଷରେ ୬ଟା

ଦ୍ରଷ୍ଟବ୍ୟ-

ଏ) ଉପରେ ସୂଚୀତ ପୋଷାକ ସହିତ ପ୍ରତି ବାଳୁତକୁ ଉତ୍ସବ ଦିବସମାନଙ୍କରେ ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ତିନି ବର୍ଷରେ ଥରେ ଗୋଟିଏ ହଳ ସୁଟ୍ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ, ଯାହା ଭିତରେ ଥିବ ଗୋଟିଏ ଧଳା ସାର୍ଟ, ଏକ ହଳ ଖାକି ହାଫ୍-ପ୍ୟାଣ୍ଟ୍ ବା ପ୍ୟାଣ୍ଟ୍ , ଏକ ହଳ କାନ୍‌ଭାସ୍ ଜୋତା ଏବଂ ଗୋଟିଏ ବ୍ଲେଜର୍ (ଶୀତ ଅଞ୍ଚଳ ପାଇଁ) ।

(୨) ଯେଉଁସ୍ଥଳେ ଗୋଟିଏ ଅନୁଷ୍ଠାନ ସହିତ ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ଥିବା ହସ୍‌ପିଟାଲ୍‌ରେ ଅନ୍ତର୍ବାସୀ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଶଯ୍ୟାବ୍ୟବସ୍ଥା ଥିବ, ସେପରି ସ୍ଥଳେ ନିମ୍ନୋକ୍ତ ହାର ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ହେବ -

ଯୋଗାଣ ହେବାକୁ ଥିବା ରାତ୍ରକାଳୀନ ପୋଷାକ ଏବଂ ବିଛଣା

୧. ମସିଣା ୧ଟା – ଶେଯ ପିଛା ୩ବର୍ଷରେ
୨. କପଡା-ପ୍ରସ୍ତୁତ ବିଛଣା ଚାଦର- ଶେଯ ପିଛା ୪ଟା ବର୍ଷକରେ
୩. ତକିଆ - ଶେଯ ପିଛା ୧ଟା ୨ ବର୍ଷରେ
୪. ତକିଆ ଖୋଳ - ଶେଯ ପିଛା ୪ଟା ବର୍ଷକରେ
୫. ଉଲ୍ କମ୍ବଳ - ଶେଯ ପିଛା ୧ଟା ୨ବର୍ଷରେ
୬. ପାଇଜାମା ଓ ଢିଲା ସାର୍ଟ (ପୁଅମାନଙ୍କ ପାଇଁ ହସ୍‌ପିଟାଲ୍ ଟାଇପ୍)- ପ୍ରତି ପିଲା ପାଇଁ ୩ହଳ ବର୍ଷକରେ
୭. ଝିଅମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସ୍କାର୍ଟ ଓ ବ୍ଲାଉଜ୍ ବା ସାଲ୍‌ଓ୍ୱାର୍-କମିଜ୍ - ଜଣପିଛା ୩ହଳ ବର୍ଷକରେ
୮. କପଡା ଦରି- ପ୍ରତି ଶେଯ ପିଛା ୧ଟା ୩ବର୍ଷରେ

ଦ୍ରଷ୍ଟବ୍ୟ-

(୧)ଯେତେବେଳେ ଏକ ବାଳୁତକୁ ଅନୁଷ୍ଠାନର ହସ୍‌ପିଟାଲ୍‌ରେ ଜଣେ ଅନ୍ତର୍ବାସୀ ରୋଗୀ ଭାବେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଅନୁଷ୍ଠାନର ଡାକ୍ତର ଉକ୍ତ ଅନ୍ତର୍ବାସୀ ରୋଗୀକୁ ହସ୍‌ପିଟାଲ୍‌ର ପୋଷାକପତ୍ର ଯୋଗାଇଦେବେ, ଏବଂ ଉକ୍ତ ବାଳୁତ ପିନ୍ଧିଥିବା ପୋଷାକକୁ ଯଥାରୀତି ସଫା କରି ସାଇତି ରଖାଯିବ ଓ ସେ ଡାକ୍ତରଖାନାରୁ ଖଲାସ ହେଲାବେଳେ ତାହା ତାକୁ ଫେରାଇ ଦିଆଯିବ ।

(୨) ସୁବିଧା ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକତା ପାଇଁ ପ୍ରତି ବାଳୁତକୁ ଗୋଟିଏ ନିତ୍ୟ-ବ୍ୟବହାର୍ଯ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ-ପୁଞ୍ଜ ଏବଂ ଲକର୍ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ ।

(୩) ସୁବିଧା ଓ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ସାଧାରଣ ଶେଯ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଦୁଇଥାକ ବିଶିଷ୍ଟ ଶେଜ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଚାଲୁ କରିପାରିବେ ।

(୩) ଶୌଚ ସାମଗ୍ରୀ-

ଗୃହର ପ୍ରତି ଅନ୍ତେବାସୀଙ୍କୁ ନିମ୍ନୋକ୍ତ ହାରରେ ତେଲ, ସାବୁନ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ:

- କେଶର ଯତ୍ନ ପାଇଁ କେଶ ତେଲ- ମାସକୁ ୧୦୦ ମିଲିଲିଟର
- ଶୌଚ ସାବୁନ ଏବଂ କାର୍ବୋଲିକ ସାବୁନର ଲମ୍ବା ଖଣ୍ଡ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଁ ମାସକୁ
- ଦାନ୍ତଘଷା ପେଷ୍ଟ ଏବଂ ବ୍ରଶ୍ - ପ୍ରତି ତିନି ମାସ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ବ୍ରଶ୍ ଏବଂ ପ୍ରତି ମାସ ପାଇଁ ୫୦ଗ୍ରାମ ପେଷ୍ଟ
- ପାନିଆ - ବର୍ଷକୁ ଗୋଟିଏ

ଦ୍ରଷ୍ଟବ୍ୟ-

(ଏ) ଲୁଗା ଓ ଗାମୁଛା ତଥା ବିଛଣା ଚାଦର ସଫା ପାଇଁ ନିମ୍ନୋକ୍ତ ପରିମାଣ ମଞ୍ଜୁର କରାଯିବ:

(୧) ଲୁଗାସଫା ସାବୁନ ମାସକୁ ଗୋଟିଏ (୧୨୫ ଗ୍ରାମ)

(୨) ଧଳାଲୁଗା ସଫା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ସର୍ଫ ଭଳି ସାମଗ୍ରୀ

ପରନ୍ତୁ, ଲୁଗାସଫା କଲାବେଳେ ହସ୍‌ପିଟାଲ୍ ଲୁଗାପଟାକୁ ଅନ୍ୟ ଲୁଗାପଟା ସହିତ ଗୋଳିଆମିଶା କରାଯିବନି, ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ପଡିଲେ ତତ୍ତ୍ୱାଧାରକ ହସ୍‌ପିଟାଲ୍ ଲୁଗାପଟା ସଫା କରିବା ସାମଗ୍ରୀକୁ ଅଲଗା ଭାବେ ଆବଣ୍ଟନ କରିବେ ।

(ବି) ଅନୁଷ୍ଠାନ ବାହାରେ ଥିବା ସ୍କୁଲ୍‌କୁ ଯାଉଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଜଣପିଛା ମାସକୁ ଅତିରିକ୍ତ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଁ ଲମ୍ବା ବାର୍ ଲୁଗାସଫା ସାବୁନ (୧୦୦ଗ୍ରାମ) ଦିଆଯାଇପାରେ ଯଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ନିଜର ସ୍କୁଲ୍ ପୋଷାକ ସଫା କରିପାରିବେ ।

(୪) ଗୃହଗୁଡିକୁ ଏକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଏବଂ ପରିଚ୍ଛନ୍ନ ଅବସ୍ଥାରେ ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣ ପାଇଁ ନିମ୍ନୋକ୍ତ ସାମଗ୍ରୀମାନ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ:

ସାମଗ୍ରୀ	*ପରିମାଣ*
(୧) ପହଁରା ଝାଡୁ	ଅନୁଷ୍ଠାନର ଆୟତନ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ମାସକୁ ୨୫ରୁ ୪୦ଟା
(୨) ଡି.ଡି.ଟି. ଛିଞ୍ଚା	ଅନୁଷ୍ଠାନର ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ମତେ
(୩) ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଛାରପୋକ ମରା ଔଷଧ	ଆବଶ୍ୟକ ମତେ
(୪) ଫିନାଇଲ୍ ଏବଂ ସଫେଇ ଏସିଡ୍ (ଦୈନିକ)	ଅନୁଷ୍ଠାନର ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ମତେ ପରିଷ୍କାର ହେବାକୁ ଥିବା ଶୌଚାଳୟଗୁଡିକର ଆୟତନ ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ

ଅନୁସୂଚୀ-୨
ପୁଷ୍ଟି ଓ ଖାଦ୍ୟର ପରିମାଣ (ନିୟମ ୪୪)

(୧) ପୁଷ୍ଟି ଓ ଖାଦ୍ୟର ପରିମାଣ

ଖାଦ୍ୟ ସମଗ୍ରୀର ନାମ	*ଜଣପିଛା ଦୈନିକ ପରିମାଣ*
(୧) ଚାଉଳ/ଗହମ/ମାଣ୍ଡିଆ/ଯଅ	୬୦୦ଗ୍ରାମ (୧୬-୧୮ବର୍ଷ ପାଇଁ), ଯାହା ଭିତରୁ ଅନ୍ତତଃ ୧୦୦ଗ୍ରାମ ହୋଇଥିବ ଗହମ ବା ବାଜରା ବା ଯଅ
(୨) ଡାଲି/ରାଜ୍‌ମା/ଚଣା	୧୨୦ ଗ୍ରାମ
(୩) ରନ୍ଧା ତେଲ	୨୫ ଗ୍ରାମ
(୪) ପିଆଜ	୨୫ ଗ୍ରାମ
(୫) ଲୁଣ	୨୫ ଗ୍ରାମ
(୬) ହଳଦୀ	୦୫ ଗ୍ରାମ
(୭) ଧଣିଆ	୦୫ ଗ୍ରାମ
(୮) ଅଦା	୦୫ ଗ୍ରାମ
(୯) ରସୁଣ	୦୫ ଗ୍ରାମ
(୧୦) ତେନ୍ତୁଳି/ଆମ୍ବ ପାଉଡର୍	୦୫ ଗ୍ରାମ
(୧୧) କ୍ଷୀର (ସକାଳ ଜଳଖିଆ ସମୟରେ)	୧୫୦ ମି.ଲି.
(୧୨) ଶୁଖିଲା ଲଙ୍କା	୦୫ ଗ୍ରାମ
(୧୩) ପରିବା (ପତ୍ର ସହିତ) ପରିବା (ପତ୍ର ବିନା)	୧୦୦ଗ୍ରାମ ୧୩୦ଗ୍ରାମ
(୧୪) ଦହି ବା ମିଠା ଦହି	୧୦୦ଗ୍ରାମ
(୧୫) ଓସ୍ତାହରେ କୁକୁଡା ମାଂସ ଥରେ ବା ଅଣ୍ଡା ୪ ଦିନ	୧୧୫ ଗ୍ରାମ
(୧୬) ଗୁଡ ଓ ବାଦାମ ବା ଛେନା (କେବଳ ନିରାମିଶାଷୀଙ୍କ ପାଇଁ)	ସପ୍ତାହରେ ଥରେ ଜଣପିଛା ୬୦ଗ୍ରାମ (ଛେନା ୧୦୦ଗ୍ରା)
(୧୭) ଚିନି	୪୦ ଗ୍ରାମ
୫୦ଜଣ ପିଲାଙ୍କ ପାଇଁ ଦୈନିକ ନିମ୍ନୋକ୍ତ ସାମଗ୍ରୀର ଆବଶ୍ୟକ ରହିଛି	
(୧୮) ଗୋଲମରିଚ	୨୫ ଗ୍ରାମ
(୧୯) ଜିରା	୨୫ ଗ୍ରାମ
(୨୦) ବିରିଡାଲି	୫୦ଗ୍ରାମ
(୨୧) ସୋରିଷ	୫୦ଗ୍ରାମ
(୨୨) ଯୁଆଣି	୫୦ଗ୍ରାମ
କୁକୁଡା ମାଂସ ଦିନ (୧୦ କି.ଗ୍ରା. ପାଇଁ)	
(୨୩) ଗରମ ମସଲା	୧୦ ଗ୍ରାମ
(୨୪) କାଜୁ	୧୫୦ ଗ୍ରାମ
(୨୫) ଖିସ୍ ମିସ୍	୧୫୦ଗ୍ରାମ
(୨୬) ବାଦାମ ତେଲ	୫୦୦ ଗ୍ରାମ
ଅସୁସ୍ଥ ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ	
(୨୭) ରୁଟି	୫୦୦ ଗ୍ରାମ
(୨୮) କ୍ଷୀର	୫୦୦ ମି.ଲି.
ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ	
(୨୯) କେବଳ ରୋଷେଇ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ଏଲ୍.ପି. ଗ୍ୟାସ୍	

ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ-

(୨) ଖାଦ୍ୟରେ ଅଦଳବଦଳ-

(ଏ) ତିନି ପ୍ରକାର ଡାଲି, ଯଥା ହରଡ (ତୁଭାରି), ମୁଗ (ସବୁଜ ଡାଲି), ଏବଂ ଚଣା (ବଙ୍ଗଳାର ଡାଲି)କୁ ଅଦଳବଦଳ କରି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରେ ।

(ବି) ତତ୍ତ୍ୱାବଧାରକ ଚାହିଁଲେ କୁକୁଡା ମାଂସ ବଦଳରେ ମାଛ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିପାରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ତଦ୍ୱାରା ସରକାରଙ୍କୁ ଯେମିତି ଅତିରିକ୍ତ ବ୍ୟୟଭାର ବହନ କରିବାକୁ ପଡିବନି ।

(ସି) ଆମିଷ ଦିବସମାନଙ୍କରେ, ନିରାମିଶାଷୀ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଜଣପିଛା ୬୦ଗ୍ରାମ ଗୁଡ ଏବଂ ୬୦ଗ୍ରାମ ଚିନାବାଦାମକୁ ଲଡୁ ବା ଅନ୍ୟ କିସମର ମିଠା ଆକାରରେ ଦିଆ ଯାଇପାରେ ଅଥବା ୬୦ଗ୍ରାମ ଛେନା ଦିଆଯାଇପାରେ ।

(ଡି) ସପ୍ତାହରେ ଥରେ ପରିବା ବଦଳରେ ଆଳୁ ଦିଆଯିବ ।

(ଇ) ଶାଗଜତୀୟ ପରିବା ଯଥା ମେଥି, ପାଳକ, ସୋରିଷ ପତ୍ର, ପୋଦିନା ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଶାଗ ସପ୍ତାହକୁ ଥରେ ଦିଆଯାଇ ପାରେ । ଯଦି ଅନୁଷ୍ଠାନରେ କୌଣସି ପରିବା ବଗିଚା ଥାଏ, ତେବେ ସେଠାରେ ଖଡା, ଭୃଷୁଙ୍ଗରଙ୍ଗ ଏବଂ ଧନିଆ ଶାଗ ସହିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶାଗଜାତୀୟ ପନିପରିବା ଚାଷ ହେବା ଉଚିତ୍ ଏବଂ ସେସବୁର ବ୍ୟବହାର ହେବା ଉଚିତ୍ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପନିପରିବାର ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାରକ ଯତ୍ନବାନ୍ ହେବା ଉଚିତ୍ ଏବଂ ସେ ଦେଖିବେ ଯେ କୌଣସି ମତେ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ପରିବା ଯେମିତି ସପ୍ତାହ ସାରା ବ୍ୟବହାର ନହୁଏ ।

(ଏଫ୍) ତତ୍ତ୍ୱାବଧାରକ ନିଜେ ଉଚିତ୍ ମନେ କଲେ ଅଥବା ଅନୁଷ୍ଠାନର ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ କ୍ରମେ କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପିଲାଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଖାଦ୍ୟ ପରିମାଣରେ ସାମୟିକ ଅଦଳବଦଳ କରିପାରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଯେପରି ତଦ୍ୱାରା ମୋଟ ପରିମାଣର ଖାଦ୍ୟସାମଗ୍ରୀ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଥିବା ନିୟମର ଅତିକ୍ରମ ନହୁଏ, ସେଥି ପ୍ରତି ସେ ଯତ୍ନବାନ୍ ରହିବେ ।

(୩) ଭୋଜନ ସମୟ ଏବଂ ବ୍ୟଞ୍ଜନ

(ଏ) ସକାଳ ଜଳଖିଆ ୮ଟା ପରେ

- (୧) ଉପମା ବା ଅଟା ବା ମାଣ୍ଡିଆରେ ତିଆରି ରୁଟି ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବ୍ୟଞ୍ଜନ ।
- (୨) ପୋଦିନା ବା ଭୃଷୁରଙ୍ଗ ପତ୍ର ବା ଧନିଆ ବା ନଡିଆ ଏବଂ ପୁଟ୍ନାଡାଲ୍ର ଚଟଣି ବା କୌଣସି ଡାଲି ବା ରନ୍ଧା ପରିବା ଦିଆଯାଇ ପାରେ ।
- (୩) କ୍ଷୀର ।
- (୪) ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ କୋଣସି ଋତୁକାଳୀନ ପରିବା ।

(ବି) ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ ଦିବା ୧ଟା ଏବଂ ରାତ୍ର ଭୋଜନ ସଂଧ୍ୟା ୭ଟା ପରେ

- (୧) ଭାତ / ରୁଟି ବା ଉଭୟର ମିଶ୍ରଣ
- (୨) ପରିବା ତରକାରୀ
- (୩) ସମ୍ବର ବା ଡାଲି
- (୪) ମିଠାଦହି ବା ଦହି

(୪) ଅନ୍ୟାନ୍ୟ:

(ଏ) ଋତୁ ଅନୁଯାୟୀ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାରକ ଚାହିଁଲେ ଖାଦ୍ୟ ପରିବେଷଣର ସମୟ ବଦଳାଇ ପାରିବେ ।

(ବି) କୌଣସି ରୋଗ କାରଣରୁ ଯେଉଁ ଅସୁସ୍ଥ ପିଲା ପକ୍ଷେ ନିୟମିତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ସମ୍ଭବ ହେଉନାହିଁ, ଅନୁଷ୍ଠାନର ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ କ୍ରମେ ତଥା ଉପରେ ସୂଚୀତ ଖାଦ୍ୟ ପରିମାଣ ହାର ଅନୁଯାୟୀ ତାକୁ ରୋଗୀ ଖାଦ୍ୟ ଦିଆଯାଇ ପାରେ ।

(ସି) ଅନୁଷ୍ଠାନର ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ କ୍ରମେ କେତେକ ପିଲାଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କର ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଗତ କାରଣରୁ ନିୟମିତ ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ପୁଷ୍ଟିସାଧନ ପାଇଁ କ୍ଷୀର, ଅଣ୍ଡା ଏବଂ ଫଳ ଇତ୍ୟାଦି ଅତିରିକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗଇ ଦିଆଯାଇ ପାରେ ଏବଂ ପ୍ରତିଦିନର ଖୋରାକି ହିସାବ କଲାବେଳେ ସେହିଦିନର ମୋଟ୍ ପିଲାସଂଖ୍ୟାରୁ ଅସୁସ୍ଥ ପିଲାଙ୍କୁ ବାଦ୍ ଦିଆଯିବ ।

(ଡି) ନିମ୍ନୋକ୍ତ ଜାତୀୟ ଏବଂ ପର୍ବ ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ଗୃହରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ବାଳୁତମାନଙ୍କୁ ମିଷ୍ଟାନ୍ନ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇ ପାରେ ଏବଂ ତହିଁର ପରିମାଣ ସମୟାନ୍ତରରେ କମିଶନର୍ଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସ୍ଥିର କରାଯିବ ।

- (୧) ପ୍ରଜାତନ୍ତ୍ର ଦିବସ (୨୬ ଜାନୁଆରୀ)
- (୨) ଆମ୍ବେଦକର୍ ଜୟନ୍ତୀ (୧୪ ଏପ୍ରିଲ୍)
- (୩) ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ (୧୫ ଅଗଷ୍ଟ)
- (୪) ଉହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧି ଜୟନ୍ତୀ (୨ ଅକ୍ଟୋବର)

(୫)	ଶିଶୁଦିବସ (୧୪ ନଭେମ୍ବର)
(୬)	ବାଳୁତ ଅଧିକାର ଦିବସ (୨୦ ନଭେମ୍ବର)
(୭)	ଦଶହରା (ବିଜୟା ଦଶମୀ)
(୮)	ଦୀପାବଳୀ
(୯)	ରମ୍‌ଜାନ୍ (ଇଦ୍-ଉଲ୍-ଫିତର୍)
(୧୦)	ବକ୍ରୀ ଇଦ୍ (ଇଦ୍-ଉଲ୍-ଜୁହା)
(୧୧)	ଖ୍ରୀଷ୍ଟମାସ୍ (୨୫ ଡିସେମ୍ବର)

ସ୍ଥାନୀୟ ସଂସ୍କୃତି ଅନୁଯାୟୀ ପ୍ରତି ରାଜ୍ୟ ନିଜର କେତେକ ଅତିରିକ୍ତ ପର୍ବଦିବସ ବିନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କରିପାରନ୍ତି ।