

जेल का नाम :- जिला परिशिष्ट तूल्हान प्र०)

[26/2/2016]  
पत्रिका - 3

प्रश्न सं. [क. 2490]

प्रश्न (ख) मुख्य प्रहरी/प्रहरियों की सूची

क्र.	कर्मचारी का नाम	पद नाम
01	श्री शेखइब्राहीम	मुख्य प्रहरी
02	श्री कैलाश रामटेके	मुख्य प्रहरी
03	श्री कैलाश मालवीय	मुख्य प्रहरी
04	श्री सुघर सिंह यादव	मुख्य प्रहरी
05	श्री झविन्द्र सिंह पाण्डेय	मुख्य प्रहरी
06	श्री मन्नालाल यादव	प्रहरी
07	श्री रामाराव सलामे	प्रहरी
08	श्री विवेक उईके	प्रहरी
09	श्री दीनदयाल बाईया	प्रहरी
10	श्री सुनिल मसीह	प्रहरी
11	श्री रामविलास पटेल	प्रहरी
12	श्री उमरावसिंह	प्रहरी
13	श्रीमति संगीता लोखण्डे	प्रहरी
14	श्रीमति सुकलो बाई यादव	प्रहरी
15	श्रीमति रानी भूमिया	प्रहरी
16	श्रीमति ज्योति कीर	प्रहरी
17	श्रीमति मुन्नी बाई सेंगर	प्रहरी
18	श्रीमति प्रमिला शर्मा	प्रहरी
19	श्री बद्री प्रसाद सोनी	प्रहरी
20	श्री लोकेन्द्र सिंह	प्रहरी
21	श्री राकेश पाण्डेय	प्रहरी
22	श्री गजराजसिंह	प्रहरी
23	श्री दिनेश खातरकर	प्रहरी
24	श्री मनोज सिकरवार	प्रहरी
25	श्री जगदीश हरसुले	प्रहरी
26	श्री जितेन्द्र उईके	प्रहरी
27	श्री अक्षय मालवीय	प्रहरी
28	श्री केशव प्रसाद चौरे	प्रहरी
29	श्री विपिन पंजाबी	प्रहरी
30	कुमारी विनिता राजपूत	प्रहरी
31	कुमारी पूजा गुप्ता	प्रहरी

26.2.2016

विभागाध्यक्ष, विजयवाणीय  
जेल सप महानिरीक्षक (विधि)  
काठ्युदेशय मोपाल

--: बंदियों को प्रतिदिन दिए जाने वाले नाश्ते एवं दोनों समय के भोजन की साप्ताहिक तालिका :-

दिन	समय	नाश्ता एवं सब्जी तथा दाल	रोटी अथवा चावल
सोमवार	प्रातः 7 से 8 नाश्ता	नमकीन आलू चना मसाला (चना 45 ग्राम + आलू 45 ग्राम)	<ul style="list-style-type: none"> <li>विचाराधीन बंदी को दोनों समय के भोजन के लिए 465 ग्राम गेहूँ के आटे की रोटी अथवा 525 ग्राम चावल ।</li> <li>दण्डित बंदी को दोनों समय के भोजन के लिए 585 ग्राम गेहूँ के आटे की रोटी अथवा 640 ग्राम चावल ।</li> <li>प्रत्येक बंदी को प्रातः एवं दोपहर 02 बार चाय दी जाएगी । दोनों समय की चाय के लिए दूध 60 ग्राम, चाय पत्ती 04 ग्राम एवं शक्कर 20 ग्राम ।</li> <li>मसाले की मात्रा - प्रतिदिन प्रतिबंदी 20 ग्राम है ।</li> <li>बीड़ी के बदले गुड़ - सप्ताह के 03 दिन सोमवार, बुधवार एवं शुक्रवार बीड़ी के समतुल्य मूल्य का गुड़े प्रातः के भोजन के साथ ।</li> </ul>
	भोजन प्रातः 10 से 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>उड़द दाल ( 58 ग्राम मात्रा में )</li> <li>सब्जी आलू-छोले ( नाश्ते के 45 ग्राम चने से ) आलू 73 ग्राम</li> </ul>	
	संध्या भोजन समय 5 से 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>मूँग दाल ( 57 ग्राम मात्रा में )</li> <li>सब्जी 117 ग्राम</li> </ul>	
	प्रातः 7 से 8 नाश्ता	नमकीन खिचड़ी (मूँग की दाल 10 ग्राम + चावल 90 ग्राम)	
मंगलवार	भोजन प्रातः 10 से 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>मूँग दाल ( 58 ग्राम मात्रा में )</li> <li>सब्जी 118 ग्राम</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>प्रत्येक रविवार विशेष आहार तैयार करने के लिए निम्नलिखित वस्तुएँ -</li> <li>गेहूँ का आटा - 60 ग्राम ।</li> <li>शक्कर - 60 ग्राम ।</li> <li>वनस्पति घी - 30 ग्राम ।</li> <li>उपरोक्त वस्तुओं के समतुल्य मूल्य में रवे का हलवा अथवा खीर ।</li> </ul>
	संध्या भोजन समय 5 से 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>बूँदी का रायता (57 ग्राम चना दाल के समतुल्य मूल्य का) ( बेसन की मात्रा 30 ग्राम, दही 30 ग्राम )</li> <li>सब्जी 117 ग्राम</li> </ul>	
	प्रातः 7 से 8 नाश्ता	नमकीन पोहा ( 115 ग्राम चावल के समतुल्य मूल्य का )	
	भोजन प्रातः 10 से 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>चना दाल ( 58 ग्राम मात्रा में )</li> <li>सब्जी 118 ग्राम</li> </ul>	
बुधवार	संध्या भोजन समय 5 से 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>तुअर दाल ( 57 ग्राम मात्रा में )</li> <li>सब्जी 117 ग्राम</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>प्रत्येक रविवार विशेष आहार तैयार करने के लिए निम्नलिखित वस्तुएँ -</li> <li>गेहूँ का आटा - 60 ग्राम ।</li> <li>शक्कर - 60 ग्राम ।</li> <li>वनस्पति घी - 30 ग्राम ।</li> <li>उपरोक्त वस्तुओं के समतुल्य मूल्य में रवे का हलवा अथवा खीर ।</li> </ul>
	प्रातः 7 से 8 नाश्ता	नमकीन दलिया गेहूँ का ( दलिया 90 ग्राम )	
	भोजन प्रातः 10 से 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>तुअर दाल ( 58 ग्राम मात्रा में )</li> <li>सब्जी 118 ग्राम</li> </ul>	
	संध्या भोजन समय 5 से 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>मसूर की छिलकायुक्त खड़ी दाल ( 57 ग्राम मात्रा में )</li> <li>सब्जी 117 ग्राम</li> </ul>	
गुरुवार	प्रातः 7 से 8 नाश्ता	नमकीन दलिया गेहूँ का ( दलिया 90 ग्राम )	<ul style="list-style-type: none"> <li>प्रत्येक रविवार विशेष आहार तैयार करने के लिए निम्नलिखित वस्तुएँ -</li> <li>गेहूँ का आटा - 60 ग्राम ।</li> <li>शक्कर - 60 ग्राम ।</li> <li>वनस्पति घी - 30 ग्राम ।</li> <li>उपरोक्त वस्तुओं के समतुल्य मूल्य में रवे का हलवा अथवा खीर ।</li> </ul>
	भोजन प्रातः 10 से 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>तुअर दाल ( 58 ग्राम मात्रा में )</li> <li>सब्जी 118 ग्राम</li> </ul>	
	संध्या भोजन समय 5 से 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>मसूर की छिलकायुक्त खड़ी दाल ( 57 ग्राम मात्रा में )</li> <li>सब्जी 117 ग्राम</li> </ul>	
	प्रातः 7 से 8 नाश्ता	नमकीन पोहा ( 115 ग्राम चावल के समतुल्य मूल्य का )	

- त्थौहारों पर विशेष आहार -

- होली, ईदुल फितर, गणतंत्र दिवस (26 जनवरी), दशहरा, स्वतंत्रता दिवस, (15 अगस्त), गुरुनानक जयंती, मिलादुनबी, क्रिसमस-डे, महावीर जयंती, दीपावली, रक्षाबंधन, गांधी जयंती, बुद्ध जयंती के अवसर पर सामान्य खुराक के अतिरिक्त रविवार के विशेष आहार के साथ दण्डित बंदियों को 75 ग्राम एवं विचाराधीन बंदियों को 60 ग्राम वनस्पति घी की पूड़ी उपरोक्त उल्लेखित 13 त्थौहारों पर दी जाएगी ।

