भिमाद नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा
भिमाद, तनहुँ
२०७३

फोन नं.०६५-५७२४७०
इमेलःedubhimad@gmail.com

प.स.: ०७७/०७८ (शिक्षा)
च.न.: ४३

गण्डकी प्रदेश, नेपाल
मिति २०७७।०८।१५

विषय- विद्यार्थीका लागि दिवा खाजा व्यवस्थापन सम्वन्धी निर्देशन ।

श्री भिमाद नगरपालिकास्थित
सम्पुर्ण सामुदायिक विद्यालयहरु ।

प्रस्तुत विषयमा चालु आ.व.०७७/०७८ मा यस नगरपालिकालाई विद्यालय क्षेत्र विकास योजना अन्तर्गत प्राप्त कार्यक्रममा प्रारम्भिक बालविकास देखि कक्षा ५ सम्म अध्ययनरत सबै बालबालिकाहरुका लागि दिवा खाजा व्यवस्थापन गर्न प्रति विद्यार्थी दैनिक रु. १५ का दरले नियमित पठनपाठन भएका दिन (बढीमा १८० दिन) का लागि दिवा खाजा सम्बन्धित विद्यालयले व्यवस्थापन गर्ने नीतिगत व्यवस्था रहेको अनुरोध छ । सो का लागि यस नगर अन्तर्गतका सामुदायिक विद्यालयहरुले मिति २०७७/०८/२१ देखि प्रारम्भिक बालविकासदेखि कक्षा ५ सम्मका सबै विद्यार्थीलाई देहाय अनुसार दिवा खाजाको आवश्यक व्यवस्था मिलाउनुहुन अनुरोध छ ।

तपसिल

१- विद्यालयको विद्यार्थी दैनिक हाजिरी पुस्तिका (परीक्षामा सामेल भएको दिन समेत) को उपस्थितिका आधारमा प्रति विद्यार्थी रु.१५ का दरले खाजा व्यवस्थापन गरि सो को सोधभर्ना नगरपालिकामा पेश गर्ने । उक्त कागजात र हाजिरी पुस्तिकाको प्रतिलिपि विद्यालयका प्रधानाध्यापक र वि.व्य.स. अध्यक्षवाट प्रमाणित गराई पठाउने ।

२- दिवा खाजा व्यस्थापनको निम्न मापदण्ड गुणस्तरका आधारमा व्यवस्था मिलाउनुहुन ।

क) दिवा खाजाको सन्दर्भः

खाना भोक हटाउन मात्र नभई शरीरलाई आवश्यक पर्ने सुक्ष्म पोषक तत्व (Micronutrient) र वृहतपोषक तत्व (Macronutrient) आपुर्तिको लागि अत्यावश्यक हुन्छ । निर्धारित मात्रामा आवश्यक पोषकतत्व भएको स्वच्छ खाना स्वस्थ्यकर मानिन्छ । स्वस्थ्यकर खानाले शारीरिक स्वास्थ्य कायम गर्न सहयोग गर्ने भएकोले खाना पोषक तत्वयुक्त सफा र स्वच्छ हुनुपर्दछ ।

खानामा उपलब्धि हुनुपर्ने पोषकतत्वको मात्राको राष्ट्रिय मापदण्ड निर्धारण गरी सो मापदण्ड अनुरुपका खाना मात्र उपलब्ध गराउने प्रचलन संसारका धेरै देशहरुमा छ ।

विश्व स्वास्थ्य सगंठनले ४ देखि १० वर्ष उमेर समुहका बालबालिकाको उपभोग्य खानामा उपलब्ध हुनुपर्ने वृहद पोषक तत्व (क्यालेरी, प्रोटिन र फ्याट) र सुक्ष्मपोषक तत्व (आयोडिन, आइरन, जिङ्क, भिटामिन ए र बि) को मात्रा र सो मध्ये दिवा खाजाबाट आपुर्ति हुनुपर्ने पोषक तत्वको मात्रा निर्धारण गरेको छ । सामान्यतया ४—९ उमेर समुहका बालबालिकाको उपभोग्य खाना तथा खाजाका उपलब्ध हुनुपर्ने वृहद र सुक्ष्म पोषक तत्वको मात्रा सहितको दिवा खाजाको पोषणस्तरको मापदण्ड बुँदा (ख) अनुसारको तालिका अनुरुपको अपनाउन सकिने ।

ख) दिवा खाजाको मात्रा :

बालबालिकाका लागि दैनिक आवश्यक पर्ने वृहद र सुक्ष्म पोषक तत्वको मात्रा हुनुपर्दछ ।

पोषक तत्व	दैनिक आवश्यक पोषक तत्वको मात्रा	दिवा खाजाबाट आपुर्ति हुनु पर्ने पोषक तत्वको मात्रा (३०%)
बृहत पोषक तत्व		
क्यालोरी	१८५० ५७	५५५ १७

पदमराज आचार्य
उपसचिव

भिमाद नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा
भिमाद, तनहुँ
२०७३
फोन नं.०६५-५७२४७०
इमेलःedubhimad@gmail.com
गण्डकी प्रदेश, नेपाल

प.स.: ०७७/०७८ (शिक्षा)

प्रोटिन	४८	
फ्याट (ग्राम)		१४
सुक्ष्म पोषक तत्व		
आयोडिन (माइक्रोग्राम)	१२०	३६
आइरन (मिलिग्राम)	१७.८	५.४
जिङ्क	११.२९	३.४
भिटामिन ए	३३	११
भिटामिन बि	१२	४.१

स्रोतः दैनिक आवश्यक पोषक तत्वको मात्रा विश्व खाद्य संगठनवाट प्रकाशित सामग्री वाट लिइएको ।

ग) दिवा खाजा कार्यक्रम व्यस्थापनको तरिकाः

१) विद्यालय व्यवस्थापन समितिको निर्णय अनुसार खाजा व्यवस्थापन समिति वा अभिभावक आमा समुह मार्फत खाजा खुवाउने व्यवस्था मिलाउने।

२) स्थानीय स्तरमा उत्पादन हुने खाद्यान्नको प्रयोगमा प्राथमिकता दिई विद्यालयमा दिवा खाजा तयार गरी विद्यार्थीलाई उपलब्ध गराउने ।

३) विव्यसले खाजा व्यवस्थापनको प्रत्यक्ष रेखदेख तथा अनुगमनको व्यवस्था मिलाउने।

४) दिवा खाजामा देहाय अनुसारको आवश्यक मात्रा, स्वच्छता र पोषक तत्वको सुनिश्चितता गर्ने ।

- कार्वोहाईड्रेड समुह (शक्ति दिने) जस्तैः चामल, गहुँ, मकै, कोदो, फापर, जौ, आलु, तरुल, सखरखण्ड आदि ।
- प्रोटिन समुह (शारिरीक विकास गर्ने) जस्तैः भटमास, सिमि, केराउ, चना, गेडागुडि, माछा, मासु, अण्डा,
- मिनरल समुह (शक्ति दिने प्रतिरक्षात्मक) जस्तैः हरिया सागपात, अन्य हरिया तरकारीहरु, स्याउ, सुन्तला, जुनार, नास्पति, केरा जस्ता फलफुलहरु, घ्यु, तेल, नौनी, दुध, दही आदि ।

५) साप्ताहिक खाजा सुची तयारी र सार्वजनिक गरि सोहि अनुसार खाजा व्यवस्थापन गर्नुपर्नेछ ।

३) विद्यालय व्यस्थापन समितिको भुमिका :

विद्यालयमा समग्र व्यवस्थापनको मुख्य जिम्मेवारी कानुनी रुपमै विद्यालय व्यवस्थापन समितिको हुने भएकोले मापदण्ड अनुसारको गुणस्तरीय खाजा उपलब्ध गराउने जिम्मेवारी पनि विद्यालय व्यवस्थापन समितिको हुनेछ । समितिको जिम्मेवारी निम्नानुसार हुनेछः

- विद्यालय दिवा खाजा कार्यक्रमको कार्ययोजना निर्माण गर्ने सो अनुरुप कार्यान्वयन गर्ने।
- विद्यालयमा तोकिएको मापदण्ड अनुरुपको मात्रा, स्वच्छता र पोषक तत्वयुक्त दिवा खाजा व्यवस्थापनको सुनिश्चितता गर्ने ।
- खाजा तयारी, व्यवस्थापन तथा रेखदेखमा अभिभावक आमाहरूको संलग्नता र सहभागिता सुनिश्चितता गर्ने।
- विद्यालय दिवा खाजाको अभिलेख राख्ने र राख्न लगाउने ।
- शिक्षण सिकाईको समय न्युन हुन नदिन खाजा तयारी तथा व्यवस्थापनमा शिक्षक संलग्नतालाई सकभर हटाउने ।
- स्थानीय कृषि उत्पादनबाट दिवा खाजाका लागि आवश्यक खाद्य सामग्री उपलब्ध हुने व्यवस्था मिलाउने ।
- दिवा खाजा व्यवस्थापनमा देखापरेका समस्या पहिचान गरी समाधानका उपाय अवलम्बन गर्ने ।

२०७७।९।१८

पदमराज आचार्य
उपसचिव

भिमाद नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा
भिमाद, तनहुँ
२०७३
गण्डकी प्रदेश, नेपाल
फोन नं.०६५-५७२४७०
इमेलःedubhimad@gmail.com

प.स.: ०७७/०७८ (शिक्षा)

- प्रत्येक शैक्षिक सत्र प्रारम्भ हुनुपुर्व दिवा खाजा व्यवस्थापन तथा कार्यान्वयनको सम्बन्धमा खाजा व्यवस्थापन समिति/अभिभावक आमा समुह र शिक्षक स्टाफ बीच समीक्षा गरी प्रतिवेदन र वार्षिक कार्ययोजना निर्माण गर्न लगाउने ।

४) जुनसुकै मोडेलबाट दिवा खाजा व्यवस्थापन गराए पनि विद्यालयमा चाउचाउ, विस्कुट लगायत प्याकेटमा आउने कुनै पनि किसिमका खाना दिवा खाजाको रुपमा प्रयोग गर्न पाइने छैन ।

५) विद्यालयले दिवा खाजा रकम निकासा तथा सोधभर्ना देहायअनुसार माग गर्ने ।

- विद्यालयमा विद्यार्थीको दैनिक रुपमा उपस्थिति संख्याका आधारमा प्रति विद्यार्थी रु. १५ का दरले खाजा व्यवस्थापन खर्च लेख्ने ।
- मासिक हाजिरी अभिलेखको प्रमाणित प्रतिलिपि (वि.व्य.स अध्यक्ष र प्र.अ बाट) सहित त्रैमासिक रुपमा रकम निकासाका लागि विद्यालयले माग गर्नुपर्ने ।
- रकम निकासाका लागि देहायको ढाँचालाई अनुसरण गर्ने ।

.... विद्यालय
भिमाद..

मिति ....

विषयः दिवा खाजा कार्यक्रमको खर्च रकम निकासा गरिदिनुहुन ।

श्री भिमाद नगरपालिका
शिक्षा युवा तथा खेलकुद शाखा
भिमाद, तनहुँ ।

प्रस्तुत विषयमा २०७.....साल .... महिना देखि ....महिना सम्मको विद्यार्थीलाई विद्यालयले दिवा खाजा व्यवस्थापन गर्दा नियमानुसार खर्च भएको रकम रु........................ निकासा गरिदिनुहुन आवश्यक कागजात सहित पेश गरेको व्यहोरा अनुरोध गरिन्छ ।

तपसिल

कक्षा	विद्यार्थी संख्या	विद्यार्थी कुल हाजिरी दिन				दर (रु.१५)	जम्मा रकम	कैफियत
		...... महिना	...... महिना	...... महिना	जम्मा हाजिरी			
बालविकास								
कक्षा १								
कक्षा २								
कक्षा ३								
कक्षा ४								
कक्षा ५								
कुल जम्मा								

नोटः उल्लेखित महिनाको विद्यार्थी हाजिरी रजिष्टरको प्रमाणित प्रतिलिपि संलग्न छ ।

....
वि.व्य.स अध्यक्ष

२०७८।७।१४
पदमराज आचार्य
उपसचिव

....
प्रधानाध्यापक