



ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਖੁਰਾਕ ਕਮਿਸ਼ਨ ਖਾਣੇ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ

ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ
ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਪੰਜਾਬ



ਸਮਾਰਟ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਸਕੀਮ

- ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਅੰਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾ ਰਹੀ ਹੈ।
- PHH (Priority Households) ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ ਮੈਂਬਰ 5 ਕਿਲੋ ਕਣਕ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ ਅਤੇ AAY (Antyodaya Aana Yojana) ਪ੍ਰਤੀ ਪਰਿਵਾਰ 35 ਕਿਲੋ ਕਣਕ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਕਰਵਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।



ਮਾਗਦਵਾੜੀ ਕੇਂਦਰ

- ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮਾਂ ਬਣਨ ਤੇ 5000/- ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦਾ ਪ੍ਰਸ਼ੁਰਾ ਲਾਭ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਪ੍ਰਸ਼ੁਰੀ ਤੇ ਲੜਕੀ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੇ 6000/- ਰੁਪਏ ਵਾਧੂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਅਤੇ 6 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਪਿਸਟਿਕ ਭੋਜਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਕੁਪਿਸ਼ਟ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖ ਦੇਖ ਅਤੇ ਲੈਣ ਪੈਣ ਤੇ ਰੋਟਰਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।



ਮਿਡ ਤੇ ਮੀਲ ਸਕੀਮ

- ਪੰਜਵੀਂ ਜਮਾਤ ਤੱਕ ਪ੍ਰਤੀ ਬੱਚਾ 100 ਗ੍ਰਾਮ ਅਤੇ ਛੇਵੀਂ ਤੋਂ ਅੱਠਵੀਂ ਤੱਕ 150 ਗ੍ਰਾਮ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤਾ ਅਧਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪੇਸ਼ਣ ਅਤੇ ਖੇਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਤਿਨ-ਤਿਨ ਰੋਜ਼ਾਂ ਦੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਵਿਅੰਜਨ ਮਿਡ ਤੇ ਮੀਲ ਤਹਿਤ ਭੇਜ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦਾ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



ਮੈਨ. ਐਫ. ਐਸ. ਦੇ ਤਹਿਤ ਤਿਨ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਰਾਸ਼ਨ ਦੀ ਵੰਡ

ਪੋਰਟਲ ਉੱਤੇ ਮੌਜੂਦ ਮਨੁੱਖ ਲਾਭਪਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਮਹੀਨਾ ਅਪ੍ਰੈਲ 2023 ਤੋਂ ਜੂਨ 2023 ਤਿਨ ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਦੀ ਕਣਕ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਵੰਡਦਾ ਹੋਣ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ।

1. ਅੰਤਰਿਦਿਆ ਅੰਨ ਯੋਜਨਾ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕ 35 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਕਣਕ ਪ੍ਰਤੀ ਕਾਰਡ (ਪਰਿਵਾਰ) ਮਹੀਨਾ
2. ਤਰਜੀਹੀ ਪਰਿਵਾਰ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕ 5 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਕਣਕ ਪ੍ਰਤੀ ਮੈਂਬਰ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ

ੴ. ੲਕ. ੲਜ. ੲ. ਭੇ. ਰਫ਼ਤ. ਤੀਨ. ਸਾਫ਼. ਕੇ. ਰਾਸ਼ਨ. ਕਾ. ਬਿਰਦਾਨ

ਪੋਟੈਂਟ ਧਰ ਰਾਸ਼ਨਿਕਤ ਰਾਸ਼ੀ ਸਾਮਾਜਿਕੀ ਕੋ ਅਪ੍ਰੈਲ 2023 ਤੋਂ ਜੂਨ 2023 (ਤੀਨ ਸਾਫ਼) ਰਕ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰਤਿ ਕਿਲੋ ਕਾ ਕੋਟਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ।
ਬਿਰਦਾਨ ਨਿਸ਼ਚਿਤਕਾਰ ਹੈ:-

1. ਅੰਤਰਿਦਿਆ ਯੋਜਨਾ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕ 35 ਕਿਲੋ ਗ੍ਰੇਵੁ ਪ੍ਰਤਿ ਕਾਡ (ਪਰਿਵਾਰ) ਪ੍ਰਤਿ ਸਾਫ਼
2. ਪ੍ਰਾਧਿਕਤਾ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕ 5 ਕਿਲੋ ਗ੍ਰੇਵੁ ਪ੍ਰਤਿ ਰਾਸ਼ਨ ਪ੍ਰਤਿ ਸਾਫ਼

ਸ਼ਿਕਾਇਤ

ਨਿਵਾਰਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਲਈ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਏ.ਡੀ.ਸੀ. (ਡੀ) ਕਮਾਡੀ.ਜੀ.ਆਰ.ਓ. ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ

www.pafc.punjab.gov.in,
connect.punjab.gov.in

ਜਾਂ

ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੰਬਰ
98767 64545

ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਤਾ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਖੁਰਾਕ ਕਮਿਸ਼ਨ ਅੱਗੇ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

DGRO
Sh. Varinderpal Singh Bajwa
0181-223559

DFSC
Sh. Narinder Singh
98721-63166

Inspector
Rajbir Singh
99880-01390