हर दिन नई सीख...

चेतना

गुरुवार
बिहार
19-नवंबर-2026
Thursday
वर्ष : 5
प्रादेशिक संस्करण

शिक्षकों का, शिक्षकों के लिए और शिक्षकों द्वारा प्रकाशित



संपादकीय
चेतना सत्र
सविधान
दैनिक कार्ययोजना
समय सरणी
पीएम पोषण योजना



भारत के महिला एवं बाल विकास मंत्री

अन्नपूर्णा देवी

बिहार के खाद्य एवं उपभोक्ता संरक्षण मंत्री

अशोक चौधरी

NOVEMBER			2026			
र.	सो.	म.	बु.	गु.	शु.	श.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

7- 17 दीपावली/चित्रगुप्त पूजा/
भैया दूज/छठ पूजा
24- गुरु नानक जयंती/कार्तिक पूर्णिमा


अनिल कुमार प्रभाकर
प्रधान संपादक


श्री कुंदन कुमार वर्मा
संपादक


फरहान
संपादक मंडल


श्रीमती रिंकू कुमारी
संपादक मंडल


श्री राकेश कुमार
संपादक मंडल


श्री सुशील कुमार यादव
संपादक मंडल


श्री विवेक कुमार
संपादक मंडल


श्री अमोद कुमार
संपादक मंडल

चेतना

"टीचर्स ऑफ बिहार" द्वारा प्रकाशित "चेतना" दैनिक पत्रिका बिहार के शिक्षकों एवं छात्र/छात्राओं के शैक्षिक बेहतरी के लिए एक महत्वपूर्ण संसाधन है। इसमें सम्मिलित सामग्री शिक्षकों को विद्यालय के दैनिक कार्य में मदद करती है। आइए, हम सब मिलकर इस अनूठे प्रयास का हिस्सा बनकर

हमारे महान विभूति



भारत की पहली महिला प्रधानमंत्री

जीवन परिचय

नाम	:	इंदिरा प्रियदर्शिनी गांधी
जन्म	:	19 नवम्बर 1917
जन्म स्थान	:	इलाहाबाद
पिता	:	जवाहरलाल नेहरू
माता	:	कमला नेहरू
पति/पत्नी	:	फिरोज गांधी
शिक्षा	:	डॉक्टरेट
अवार्ड	:	भारत रत्न (1971)
नागरिकता	:	भारतीय
मृत्यु	:	31 अक्टूबर 1984



-: आज की प्रेरणा :-

सेवा सबकी कीजिये मगर आशा किसी से मत रखिये, क्योंकि सेवा का सही मूल्य भगवान जान सकते हैं इंसान नहीं।

आज से हम :

निःस्वार्थ भाव से सबकी सेवा करें।

Keep serving everyone without expecting anything in return because the value of your service can only be known by God, not by human beings.

Today Onwards Let's :

serve people selflessly.

नोट : रविवार के दिन खुलने वाले विद्यालय शुक्रवार के दिन प्रकाशित होने वाले चेतना का उपयोग कर सकते हैं।





चेतना सत्र

चेतना

19-नवंबर-2026 Thursday गुरुवार वर्ष 05

1. प्रार्थना

प्रार्थना

हे प्रभु ! आनंद दाता !! ज्ञान हमको दीजिये ।
शीघ्र सारे दुर्गुणों को दूर हमसे कीजिये ॥ हे प्रभु...
लीजिये हमको शरण में हम सदाचारी बनें ।
ब्रह्मचारी धर्मरक्षक वीर व्रतधारी बनें ॥ हे प्रभु...
निंदा किसीकी हम किसीसे भूल कर भी न करें ।
ईर्ष्या कभी भी हम किसीसे भूल कर भी न करें ॥ हे प्रभु .....
सत्य बोलें झूठ त्यागें मेल आपस में करें ।
दिव्य जीवन हो हमारा यश तेरा गाया करें ॥ हे प्रभु .....
जाये हमारी आयु हे प्रभु ! लोक के उपकार में ।
हाथ ड़ालें हम कभी न भूलकर अपकार में ॥ हे प्रभु .....
कीजिये हम पर कृपा ऐसी हे परमात्मा !
मोह मद मत्सर रहित होवे हमारी आत्मा ॥ हे प्रभु .....
प्रेम से हम गुरुजनों की नित्य ही सेवा करें ।
प्रेम से हम संस्कृति की नित्य ही सेवा करें ॥ हे प्रभु...
योगविद्या ब्रह्मविद्या हो अधिक प्यारी हमें ।
ब्रह्मनिष्ठा प्राप्त करके सर्वहितकारी बनें ॥ हे प्रभु...

अभियान गीत

हो जाओ तैयार साथियों हो जाओ तैयार साथियों,
हो जाओ तैयार,
अर्पित कर दो तन मन धन, मांग रही शिक्षा अर्पण,
शिक्षा के जो काम न आए, तो जीवन बेकार,
हो जाओं तैयार साथियो, हो जाओं तैयार साथियो ,
हो जाओ तैयार ।।
सोचने का समय गया, उठो लिखो इतिहास नया जवाब ,
उजियाले से दे दो तुम दुनिया को जवाब,
दुनिया को साथियों , ।। दुनिया को जवाब ,
हो जाओं तैयार साथियो, हो जाओ तैयार ।।
तूफानी गति रुके नही, पाँव थके पर थमे नही ,
उठे हुए माथे के आगे, ठहर न पाती हार ,
ठहर न पाती हार साथियों, ठहर न पाती हार साथियों ,
हो जाओं तैयार साथियो, हो जाओ तैयार ।।
कांप उठे धरती अम्बर,और उठाओ ऊंचा सर ,
कोटि कोटि कंठों से गूंजे, शिक्षा की जयकार ,
हो जाओं तैयार साथियो, हो जाओ तैयार ।।.

बिहार राज्य प्रार्थना

मेरी रफ्तार पे सूरज की किरण नाज करे
ऐसी परवाज दे मालिक कि गगन नाज करे
वो नजर दे कि करूँ कद्र हरेक मजहब की
वो मुहब्बत दे मुझे अमनो अमन नाज करे
मेरी खुशबू से महक जाये ये दुनिया मालिक
मुझको वो फूल बना सारा चमन नाज करे
इल्म कुछ ऐसा दे मैं काम सबों के आऊँ
हौसला ऐसा हीं दे गंग जमन नाज करे
आधे रस्ते पे न रूक जाये मुसाफिर के कदम
शौक मंजिल का हो इतना कि थकन नाज करे
दीप से दीप जलायें कि चमक उठे बिहार
ऐसी खूबी दे ऐ मालिक कि वतन नाज करे
जय बिहार जय बिहार जय जय जय जय बिहार

- एम. आर. चिश्ती

बिहार राज्य गीत

मेरे भारत के कंठहार, तुझको शत-शत वंदन बिहार
तू वाल्मीकि की रामायण, तू वैशाली का लोकतंत्र
तू बोधिसत्व की करूणा है, तू महावीर का शांतिमंत्र
तू नालंदा का ज्ञानदीप, तू हीं अक्षत चंदन बिहार
तू है अशोक की धर्मध्वजा, तू गुरूगोविंद की वाणी है
तू आर्यभट्ट तू शेरशाह, तू कुंवर सिंह बलिदानी है
तू बापू की है कर्मभूमि, धरती का नंदन वन बिहार
तेरी गौरव गाथा अपूर्व, तू विश्व शाति का अग्रदूत
लौटेगा खोया स्वाभिमान, अब जाग चुके तेरे सपूत
अब तू माथे का विजय तिलक,
तू आँखों का अंजन बिहार
तुझको शत-शत वंदन बिहार,
मेरे भारत के कंठहार

- सत्यनारायण

2. आज का विचार

जीवन में बड़ा बनने के लिए बड़ा सपना देखना जरूरी है, लेकिन उससे भी जरूरी है उस सपने को पूरा करने के लिए निरंतर मेहनत करना।

3. शब्द ज्ञान

	English		
1.	Near	नियर	पास
2.	Dismal	डिसमल	निराशाजनक
3.	Treat	ट्रीट	व्यवहार करना

हिन्दी	
आवेश	जोश
बनाना	आस्था
दलील	प्रमाण

संस्कृत	
संस्कृता	संस्कार युक्त
मूर्धजा:	वेणी, चोटी
भाग्यक्षये	अच्छे दिन बीत

اردو (उर्दू)		
1.	عامی	Ami	अंधा
2.	عامیانہ	Amiyana	घटिया
3.	عادل	Aadil	जज

4. दिवस ज्ञान

विश्व शौचालय दिवस

5. सामान्य ज्ञान-विज्ञान

1. भारत की गुलाबी नगरी किसे कहा जाता है? : जयपुर
2. बिहार का प्रसिद्ध लोकनृत्य कौन-सा है? : जट-जटिन
3. दिन और रात किस कारण होते हैं? : पृथ्वी के घूर्णन से

6. तर्क ज्ञान

1. अमन , भरत से लंबा है। भरत चंदन से लंबा है। सबसे लंबा कौन है? : अमन
2. अमन , भरत से लंबा है। भरत चंदन से लंबा है। सबसे छोटा कौन है? : चंदन
3. राज, कमल से छोटा है। कमल , नवीन से छोटा है। सबसे लंबा कौन है? : नवीन

7. मुहावरे

1. अंगुली काटना : पछताना
2. अंत करना : खत्म करना
3. अंत न पाना : रहस्य न जान पाना

8. प्रेरक प्रसंग

गृहस्थ या साधु

एक व्यक्ति कबीरजी के पास गया और बोला- मेरी शिक्षा तो समाप्त हो गई। अब मेरे मन में दो बातें आती हैं, एक यह कि विवाह करके गृहस्थ जीवन यापन करूँ या संन्यास धारण करूँ? इन दोनों में से मेरे लिए क्या अच्छा रहेगा यह बताइए?

कबीरजी ने कहा दोनों ही बातें अच्छी है जो भी करना हो,वह सोच-समझकर करो,और वह उच्चकोटि का हो। उस व्यक्ति ने पूछा उच्चकोटि का करना चाहिए। उस व्यक्ति ने पूछा उच्चकोटि का कैसे है? कबीरजी ने कहा- किसी दिन प्रत्यक्ष देखकर बतायेंगे वह व्यक्ति रोज उत्तर प्रतीक्षा में कबीर के पास आने लगा।

एक दिन कबीरजी दिन के बारह बजे सूत बुन रहे थे। खुली जगह में प्रकाश काफी था कबीर साहेब ने अपनी धर्म पत्नी को दीपक लाने का आदेश दिया। वह तुरन्त बिना किसी सवाल के जलाकर लाई और उनके पास रख गई। दीपक जलता रहा वे सूत बुनते रहे।

सायंकाल को उस व्यक्ति को लेकर कबीरजी एक पहाड़ी पर गए। जहाँ काफी ऊँचाई पर एक बहुत वृद्ध साधु कुटी बनाकर रहते थे। कबीरजी ने साधु को आवाज दी। महाराज आपसे कुछ जरूरी काम है कृपया नीचे आइए। बूढ़ा बीमार साधु मुश्किल से इतनी ऊँचाई से उतर कर नीचे आया। कबीरजीने पूछा आपकी आयु कितनी है यह जानने के लिए नीचे बुलाया है। साधु ने कहा अस्सी बरस। यह कह कर वह फिर से ऊपर चढ़ा। बड़ी कठिनाई से कुटी में पहुँचा। कबीरजी ने फिर आवाज दी और नीचे बुलाया। साधु फिर आया। उससे पूछा- आप यहाँ पर कितने दिन से निवास करते है? उनने बताया चालीस वर्ष से। फिर जब वह कुटी में पहुँचे तो तीसरी बार फिर उन्हें इसी प्रकार बुलाया और पूछा- आपके सब दाँत उखड़ गए या नहीं? उसने उत्तर दिया। आधे उखड़ गए। तीसरी बार उत्तर देकर वह ऊपर जाने लगा तब इतने चढ़ने उतरने से साधु की साँस फूलने लगी, पाँव काँपने लगे। वह बहुत अधिक थक गया था फिर भी उसे क्रोध तनिक भी न था।

अब कबीरजी अपने साथी समेत घर लौटे तो साथी ने अपने प्रश्न का उत्तर पूछा। उनने कहा तुम्हारे प्रश्न के उत्तर में यह दोनों घटनायें उपस्थित है। यदि गृहस्थ बनाना हो तो ऐसे जीवनसाथी का चयन करना चाहिये जो हम पर पूरा भरोसा रखें और हमारा कहना सहजता से मानें, कि उसे दिन में भी दीपक जलाने की मेरी आज्ञा अनुचित नहीं मालूम पड़ी ,उसनें व्यर्थ कुतर्क नहीं किया और साधु बनना हो तो ऐसा बनना चाहिए कि कोई कितना ही परेशान करे क्रोध व शोक न हो,हम सहज रहें।

सविधान

चेतना

19-नवंबर-2026 Thursday गुरुवार वर्ष 05



राष्ट्र-गान

जन-गण-मन अधिनायक जय हे
भारत भाग्य विधाता ।
पंजाब-सिंधु-गुजरात-मराठा
द्राविड़-उत्कल-बंग
विंध्य हिमाचल यमुना गंगा
उच्छल जलधि तरंग
तव शुभ नामे जागे, तव शुभ आशिष मागे
गाहे तव जय-गाथा ।
जन-गण-मंगलदायक जय हे भारत भाग्य विधाता ।
जय हे, जय हे, जय हे, जय जय जय जय हे ।

– रविन्द्रनाथ टैगोर



राष्ट्रीय गीत

वंदे मातरम्
सुजलां सुफलां मलयजशीतलाम्
शस्यशामलां मातरम्।
शुभ्रज्योत्सनापुलकितयामिनीं
फुल्लकुसुमितद्रुमदलशोभिनीं
सुहासिनीं सुमधुर भाषिणीं
सुखदां वरदान मातरम्।। 1.. वंदे मातरम्।
कोटि-कोटि-कण्ठ-कल-कल-निनाद-कराले
कोटि-कोटि-भुजैरधृत-खरकरवाले,
अबला केन मा एते बल।
बहुबलधारिणीं नमामि तारिणीं
रिपुदलवारिणीं मातरम्।। 2.. वंदे मातरम्।
तुम विद्या, तुमि धर्मि, तुम हृदि, तुमि मर्म
त्वं हि प्राणाः शरीरे, बहुते तुमि मां शक्ति,
हृदये तुमि मां भक्ति, तोमरै प्रतिमा गड़ी
मंदिरे-मंदिर मातरम्।। 3 .. वंदे मातरम्।
त्वं हि दुर्गा दशप्रहरणधारिणी, कमला कमलदलविहारिणी
वाणीदायिनी, नमामि त्वम्, नमामि कमलां अमलां अतुलां
सुजलां सुफलां मातरम्।। 4.. वंदे मातरम्।
श्यामलां सरलां सुस्मितां भूषितां
धरणिं भरणिं मातरम्।। 5.. वन्दे मातरम् ।।

– बंकिमचन्द्र चटर्जी

मौलिक अधिकार

1. समता का अधिकार (अनुच्छेद 14-18)
2. स्वतंत्रता का अधिकार (अनुच्छेद 19-22)
3. शोषण के विरुद्ध अधिकार (अनुच्छेद 23-24)
4. धर्म की स्वतंत्रता का अधिकार (अनुच्छेद 25-28)
5. संस्कृति और शिक्षा संबंधी अधिकार (अनुच्छेद 29-30)
6. संवैधानिक उपचारों का अधिकार (अनुच्छेद 32)

संविधान में उपबंधित मौलिक कर्तव्य

1. संविधान का पालन करना और उसके आदर्शों, संस्थाओं, राष्ट्रध्वज एवं राष्ट्र गान का आदर करना।
2. स्वतंत्रता के लिये हमारे राष्ट्रीय संघर्ष को प्रेरित करने वाले महान आदर्शों का पालन करना।
3. भारत की संप्रभुता, एकता और अखंडता को बनाए रखना और उसकी रक्षा करना।
4. देश की रक्षा करना और आह्वान किये जाने पर राष्ट्र की सेवा करना।
5. भारत के लोगों में समरसता और समान भातृत्व की भावना का निर्माण करना जो धर्म, भाषा और प्रदेश या वर्ग आधारित सभी प्रकार के भेदभाव से परे हो। साथ ही ऐसी प्रथाओं का त्याग करना जो स्त्रियों के सम्मान के विरुद्ध हैं।
6. हमारी समग्र संस्कृति की समृद्ध विरासत को महत्त्व देना और संरक्षित करना।
7. वनों, झीलों, नदियों और वन्यजीवन सहित प्राकृतिक पर्यावरण की रक्षा एवं सुधार करना और प्राणिमात्र के लिए दयाभाव रखना।
8. मानवतावाद, वैज्ञानिक दृष्टिकोण तथा ज्ञानार्जन एवं सुधार की भावना का विकास करना।
9. सार्वजनिक संपत्ति की सुरक्षा करना एवं हिंसा से दूर रहना।
10. व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधि के सभी क्षेत्रों में उत्कृष्टता के लिये प्रयास करना ताकि राष्ट्र लगातार उच्च स्तर की उपलब्धि हासिल करे।
11. 6 से 14 वर्ष तक के आयु के अपने बच्चों को शिक्षा के अवसर उपलब्ध कराना। (86वें संविधान द्वारा जोड़ा गया)

भारत के संविधान की प्रस्तावना

हम, भारत के लोग, भारत को एक संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को :
सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय,
विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म
और उपासना की स्वतंत्रता,
प्रतिष्ठा और अवसर की समता,
प्राप्त कराने के लिए,
तथा उन सब में, व्यक्ति की गरिमा और
राष्ट्र की एकता और अखण्डता
सुनिश्चित करने वाली बंधुता बढ़ाने के लिए
दृढ़ संकल्पित होकर अपनी इस संविधान सभा में आज तारीख 26 नवम्बर 1949 ईस्वी (मिति मार्गशीर्ष शुक्ल सप्तमी, संवत दो हजार छह विक्रमी)
को एतद् द्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।

दैनिक कार्ययोजना (DAILY PLANNER)

चेतना

19-Nov-2026	Thursday	गुरुवार

आज के टॉप 3 कार्य

- [ ]
- [ ]
- [ ]

RATE YOUR DAY

कुल नामांकित छात्रों कि संख्य :	
आज उपस्तिथ छात्रों कि संख्य :	
MDM खाने वालों छात्रों कि संख्या :	

TIME TRACKER

09:30 AM	
10:00 AM	
10:40 AM	
11:20 AM	
12:00 PM	
01:20 PM	
02:00 PM	
02:40 PM	
03:20 PM	
04:00 PM	

TO DO'S

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

CALLS / EMAIL

MONEY TRACKER

+/-	AMOUNT	EXPENSE / SAVED

MENU OF THE DAY

- [ ] BREAKFAST
- [ ] LUNCH
- [ ] SNACKS
- [ ] DINNER

WATER 💧💧💧💧💧💧💧💧

EXERCISE _____ hours

HIGHLIGHT OF THE DAY

विद्यालय समय सारणी

19-नवंबर-2026 Thursday गुरुवार वर्ष 05

सत्र : 2026-2027

समय	घंटी / कक्षा	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
09:30 से 10:00		साफ-सफाई, चेतना सत्र - प्रार्थना							
10:00 से 10:40	प्रथम	गणित (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि)					अंग्रेजी	सामाजिक विज्ञान	विज्ञान
		32 संख्या के गुण 50 तक	10 गुणा -भाग	8 लंबाई	12 समय	9 आकृतियां			
10:40 से 11:20	दूसरी	गणित (कार्यपुस्तिका)					विज्ञान	अंग्रेजी	सामाजिक विज्ञान
		32 संख्या के गुण 50 तक	10 गुणा -भाग	8 लंबाई	12 समय	9 आकृतियां			
11:20 से 12:00	तीसरी	हिंदी (पाठ्यपुस्तक और TLM से गतिविधि)					गणित	विज्ञान	अंग्रेजी
		13 हरे पेड़	14 मेला	16 गंगा नदी	15 शूलपाणी	18 आजादी में जीवन			
12:00 से 12:40		मध्यांतर / मध्याह्न भोजन कार्यक्रम							
12:40 से 01:20	चौथी	हिंदी (कार्यपुस्तिका)					सामाजिक विज्ञान	गणित	कम्प्यूटर लैब
		13 हरे पेड़	10 गुणा -भाग	16 गंगा नदी	15 शूलपाणी	18 आजादी में जीवन			
01:20 से 02:00	पंचमी	अंग्रेजी पाठ्यपुस्तक					हिंदी / उर्दू / अन्य	कम्प्यूटर लैब	गणित
		22 Lovely Rose	12 Let's Play "Hide and Seek"	12 A Picnic	12 Read and enjoy-2. Open House	12 Jesus to Supper			
02:00 से 02:40	छठी	अंग्रेजी कार्यपुस्तिका					संस्कृत / राष्ट्रभाषा / अन्य	हिंदी / उर्दू / अन्य	अंग्रेजी (पठन एवं लेखन)
		22 Lovely Rose	12 Let's Play "Hide and Seek"	12 A Picnic	12 Read and enjoy-2. Open House	12 Jesus to Supper			
02:40 से 03:20	सप्तमी	शब्द एवं संख्या ज्ञान		पर्यावरण और हम पाठ्यपुस्तक			कम्प्यूटर लैब	अंग्रेजी (पठन एवं लेखन)	हिंदी / उर्दू / अन्य
				17 कपड़े तरह-तरह के	14 बाल मेला और खेल	2 खेल (वर्ग पहेली)			
03:20 से 04:00	आठमी	खेलकूद		कविता पाठ			कविता पाठ		

नोट:-1. उपरोक्त वर्ग - समय सारिणी सुझावात्मक है।

2. विद्यालय अपने संसाधनों यथा - शिक्षक, छात्र, वर्ग कक्ष, सेक्शन की संख्या आदि की उपलब्धता के आधार पर उपरोक्त वर्ग - समय सारणी में परिवर्तन कर सकता है।

3. जिन विद्यालयों में पुस्तकालय है वहाँ बच्चों को सप्ताह में किसी दो अलग-अलग घंटियों में पुस्तक पढ़ने को प्रेरित किया जा सकता है। 4. प्रत्येक सप्ताह में सभी विषय की साप्ताहिक मूल्यांकन विद्यालय अपनी सुविधा अनुसार किसी भी दिन किसी भी घंटी करेंगे।

पीएम पोषण योजना

चेतना

19-नवंबर-2026 Thursday गुरुवार वर्ष 05

पीएम पोषण योजना का मेनू : -

दिनांक	दिन	प्रस्तावित मीनू
19-Nov-2026	गुरुवार	चावल मिश्रित दाल तड़का (हरी सब्जी युक्त)

पीएम पोषण योजना :-

बच्चों को अपने जीवन, भोजन, शिक्षा तथा विकास का अधिकार है। इस अधिकार की प्राप्ति बच्चे करें एवं उन्हें इसके उचित अवसर मिलें, यह राज्य का दायित्व है। भारतीय सविधान की धारा 21A के अंतर्गत 6 से 14 आयुवर्ग के सभी बच्चों को नि:शुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा का मौलिक अधिकार प्रदत्त है। प्रारंभिक शिक्षा के सर्वव्यापीकरण में मदद करने के उद्देश्य से सभी प्राथमिक एवं मध्य विद्यालयों में पीएम पोषण योजना उपलब्ध कराने का प्रावधान किया गया है। इस योजना का लाभ निम्नवत है :-

- *बच्चों को पौष्टिक आहार एवं स्वास्थ्य की प्राप्ति।*
- *बच्चों के शैक्षिक स्तर में वृद्धि।*
- *बच्चों के बीच सामाजिक समता।*
- *बच्चों की सीखने की क्षमता एवं आत्मसम्मान के स्तर को बढ़ाना।*
- *बच्चों के छीजन में कमी।*
- *नामांकन एवं उपस्थिति में निरंतर बढ़ोतरी।*
- *बच्चों के ठहराव, अधिगम एवं एकाग्रता सुनिश्चित करने में मदद।*

परिवर्तन मूल्य की नई दर की विवरणी (01-12-2024 से प्रभावित)

कक्षा 01 से 05 के लिए			
सामग्री	वजन प्रति छात्र	दर प्रति किलो	मूल्य प्रति छात्र
दाल	20 Gram	120.00	2.40
सब्जी	50 Gram	28.00	1.40
तेल	5 Gram	160.00	0.80
मसाला / नमक	स्वादुनसार		0.68
जलावन	100 Gram	15.00	1.50
		कुल =	6.78

कक्षा 06 से 08 के लिए			
सामग्री	वजन प्रति छात्र	दर प्रति किलो	मूल्य प्रति छात्र
दाल	30 Gram	120.00	3.60
सब्जी	75 Gram	28.00	2.10
तेल	7.5 Gram	160.00	1.20
मसाला / नमक	स्वादुनसार		1.02
जलावन	150 Gram	15.00	2.25
		कुल =	10.17



चेतना

टीचर्स ऑफ़ बिहार

समस्तीपुर
पिन - 848207 (बिहार)

Mobile : 9473119007
7250818080

email : chetanastr@gmail.com
Website : www.teachersofbihar.org

Follow Us

@teachersofbihar

@teachersofbihar

@teachersofbihar

@teachersofbihar

@teachersofbihar