



Gram Tarang Employability Training Services

SF 5.1 B8 : ଶାବ୍ଦ୍ୟ ସାରଣୀ

ବାର	ସକାଳ ଜଳଖିଆ	ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ	ସନ୍ଧ୍ୟା ଜଳଖିଆ	ରାତ୍ର ଭୋଜନ
ସୋମ	ଉପମା, ସାମ୍ବର, ମଟର ତରକାରି, ଷାର/କଦଳୀ, ଗୁ	ଭାତ, ଡାଲି, ଘାଣ୍ଟ, ପନିର୍ ତରକାରି, ପାମଡ, ଆଚାର	ଗୁ, ଆଳୁଚପ	ଭାତ / ରୁଟି, ଡାଲିମା, ଚିପ୍ସି, ମିଠା, କଦଳୀ
ମଙ୍ଗଳ	ଉଡ଼ଳୀ, ସାମ୍ବର, ଚଟଣୀ, ଷାର/କଦଳୀ, ଗୁ	ଭାତ, ଚିପ୍ସି, କୁକୁଡା ମଫସ ତରକାରି/ପନିର୍ ତରକାରି, ପାମଡ, ଆଚାର	ଗୁ, ସିଙ୍ଗଡା	ଭାତ / ରୁଟି, ଡାଲି, ରାଜମା, ଖିରି, କଦଳୀ
ବୁଧ	ବରା, ମଟର ତରକାରି, ଷାର/କଦଳୀ, ଗୁ	ଭାତ, ଡାଲି, ମାଛ ତରକାରି/ ସ୍ରୋୟାବିନ ତରକାରି, ମାଲତ, ଚିପ୍ସ, ଆଚାର	ଗୁ, ପକୋଡି	ଭାତ / ରୁଟି, ଡାଲିମା, ଉଜା, ମିଠା, କଦଳୀ
ଗୁରୁ	ପୋହା(ବୁଡା), ମଟର ତରକାରି, ସିଝାଅଣ୍ଡା/ଷାର/କଦଳୀ, ଗୁ	ଭାତ, ଡାଲି, ଛତୁ ତରକାରି, ଉଜା, ପାମଡ, ଆଚାର	ଗୁ, ବରା	ଭାତ / ରୁଟି, ଡାଲି, କାବୁଲି ଚଣା, ମିଠା, କଦଳୀ
ଶୁକ୍ର	ପୁରି, ଆଳୁ ତରକାରି, ସିଝାଅଣ୍ଡା/ଷାର/କଦଳୀ, ଗୁ	ଭାତ, ଡାଲି, ମାଛ ତରକାରି/ ଘାଣ୍ଟ, ଚିପ୍ସ, ପାମଡ, ଆଚାର	ଗୁ, ବେଡ୍ ଚପ	ଭାତ / ରୁଟି, ଡାଲି, ଘାଣ୍ଟ ତରକାରି, ମିଠା, କଦଳୀ
ଶନି	ଉପମା, ସାମ୍ବର, ମଟର-ତରକାରି, ଷାର/କଦଳୀ, ଗୁ	ଭାତ, ଡାଲି, ଅଣ୍ଡା ତରକାରି/ ପୋଟଳ ତରକାରି, ଉଜା, ପାମଡ, ଆଚାର	ଗୁ, ଆଳୁଚପ	ଭାତ / ରୁଟି, ଡାଲି, ସ୍ରୋୟାବିନ ତରକାରି, ମିଠା, କଦଳୀ
ରବି	ପୁରି, ଆଳୁ ଦମ୍, ଆଚାର, ଷାର/କଦଳୀ, ଗୁ	ଭାତ, ଡାଲି, କୁକୁଡା ମଫସ ତରକାରି/ପନିର୍ ତରକାରି, ଉଜା, ପାମଡ, ଆଚାର	ଗୁ, ସିଙ୍ଗଡା	ଭାତ / ରୁଟି, ଡାଲି, କାବୁଲି ଚଣା ତରକାରି, ଖିରି, କଦଳୀ