

Roll No. 25304160006

AH-7011

B. Sc. (Home Science) (First Semester)
Discipline Specific Core Course (HSSC-01T)
EXAMINATION, Dec./Jan., 2024-25

BASIC NUTRITION

Time : Three Hours

Maximum Marks : 70

नोट : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

Answer all questions.

खण्ड—अ

(Section—A)

1. सभी वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के उत्तर दीजिए : $10 \times 1 = 10$

Answer all the objective type questions :

(i) ऊतकों के निर्माण एवं मरम्मत के लिए कौन-सा पोषक तत्व आवश्यक है ?

(अ) कार्बोहाइड्रेट

P. T. O.

- (ब) प्रोटीन
- (स) वसा
- (द) विटामिन

Which nutrient is essential for building and repairing tissues ?

- (a) Carbohydrate
 - (b) Protein
 - (c) Fat
 - (d) Vitamin
- (ii) भोजन को भाप से पकाने का मुख्य लाभ है :
- (अ) स्वाद बढ़ाता है।
 - (ब) पोषक तत्वों को सुरक्षित रखता है।
 - (स) कुरकुरी बनावट पैदा करता है।
 - (द) पकाने का समय बढ़ाता है।

The primary benefit of steaming food is :

- (a) Enhances flavor
- (b) Retains nutrients
- (c) Produces a crispy texture
- (d) Increases cooking time

[3]

AH-7011

) रक्त में ऑक्सीजन परिवहन के लिए कौन-सा खनिज लवण आवश्यक है ?

(अ) कैल्शियम

(ब) जिंक

(स) आयरन

(द) आयोडीन

Which mineral is essential for oxygen transport in blood :

(a) Calcium

(b) Zinc

(c) Iron

(d) Iodine

(iv) शरीर में विटामिन A का प्रमुख कार्य है :

(अ) अस्थियों का स्वास्थ्य

(ब) दृष्टि

(स) रक्तचाप नियमन

(द) प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया

P. T. O.

Main function of Vitamin A in the body is :

- (a) Bone health
 - (b) Vision
 - (c) Blood pressure regulation
 - (d) Immune response
- (v) मोटे अनाज का पोषण संबंधी मुख्य लाभ है :

- (अ) संतृप्त वसा में उच्च
- (ब) फाइबर एवं खनिज लवण में समृद्ध
- (स) कम कार्बोहाइड्रेट
- (द) उच्च शर्करा

Main nutritional benefit of millet is :

- (a) High in saturated fat
 - (b) Rich in fiber and minerals
 - (c) Low carbohydrate
 - (d) High sugar
- (vi) निम्नलिखित में से कौन-सा किण्वित दुग्ध उत्पाद है ?

- (अ) मक्खन
- (ब) दही
- (स) क्रीम
- (द) पनीर

[5]

AH-7011

Which of the following is a fermented milk product ?

- (a) Butter
- (b) Curd
- (c) Cream
- (d) Paneer

(vii) खट्टे फलों में कौन-सा विटामिन सबसे अधिक पाया जाता है ?

- (अ) विटामिन 'ए'
- (ब) विटामिन 'बी₁₂'
- (स) विटामिन 'सी'
- (द) विटामिन 'डी'

Which vitamin is most commonly found in citrus fruits ?

- (a) Vitamin A
- (b) Vitamin B₁₂
- (c) Vitamin C
- (d) Vitamin D

P. T. O.

(viii) कुपोषण से तात्पर्य है :

- (अ) अल्पपोषण
 (ब) अतिपोषण
 (स) दोनों (अ) और (ब)
 (द) उपर्युक्त में से कोई नहीं

Malnutrition means :

- (a) Undernutrition
 (b) Overnutrition
 (c) Both (a) and (b)
 (d) None of the above

(ix) विटामिन 'ए' की कमी का सामान्य लक्षण है :

- (अ) स्कर्वी
 (ब) रतौंधी
 (स) रिकेट्स
 (द) पेलैग्रा

Common symptom of Vitamin A deficiency is :

- (a) Scurvy
 (b) Nightblindness
 (c) Rickets
 (d) Pellagra

कौन से पोषण तत्व की कमी से रतौंधी का कारण बनता है ?
 (अ) आयरन
 (ब) विटामिन 'ए'
 (स) विटामिन 'सी'
 (द) विटामिन 'ए'

Which nutrient deficiency is responsible for anemia ?

- (a) Iron
 (b) Calcium
 (c) Vitamin C
 (d) Vitamin A

सभी तत्व उपरोक्त प्रश्न के सही उत्तर लिखिए।

Answer all the above question type questions.

(अ) आयरन के कारण रतौंधी।

कारण वह विटामिन 'ए' की कमी से रतौंधी का कारण बनता है।

(ब) विटामिन 'सी' के कारण रिकेट्स।

यह कमी के कारण रिकेट्स।

कारण वह विटामिन 'ए' की कमी से रतौंधी का कारण बनता है।

[8]

(iii) अंडे का संगठन लिखिए।

AH-

Write the composition of Egg.

(iv) कुपोषण क्या है ? कुपोषण के प्रकार बताइए कुपोषण दूर करने में स्थानीय खाद्य पदार्थों भूमिका को समझाइए।

What is Malnutrition ? Give the types malnutrition and explain the role of local available foods in overcoming malnutrition.

खण्ड—ब

(Section—B)

नोट : सभी दीर्घ उत्तरी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। 4×10=40

Answer all the descriptive answer types questions.

इकाई—1

(UNIT—1)

8. पोषण को परिभाषित कीजिए एवं पोषण के विभिन्न प्रकारों को समझाइए।

Define nutrition. Explain the various types of nutrition.

[9]

अथवा

(Or)

प्रोटीन का संगठन एवं कार्य लिखिए।

Write the composition and functions of protein.

इकाई—2

(UNIT—2)

विटामिन 'डी' के प्रारंभिक साधन, कार्य एवं कमी से होने वाले रोगों को वर्णन कीजिए।

Describe the sources, functions, deficiency diseases of Vitamin D.

अथवा

(Or)

लौह तत्व के स्रोत, कार्य एवं प्रस्तावित दैनिक आवश्यकता का वर्णन कीजिए।

Describe the sources, functions and recommended dietary allowances of iron.

इकाई—3

(UNIT—3)

5. 'दुग्ध उत्पाद' पर विस्तृत लेख लिखिए।

Write detailed essay on 'Milk Products'.

P. T. O.

[10]

अथवा

(Or)

निम्नलिखित में से किसी दो पर टिप्पणियाँ लिखिए :

- (i) सब्जियों का वर्गीकरण
- (ii) दालें
- (iii) मिनरेल्स

Write notes on any two of the following :

- (i) Classification of vegetables
- (ii) Pulses
- (iii) Millets

इकाई—4

(UNIT—4)

8. 'एनीमिया' से क्या समझते हैं ? एनीमिया के प्रकार बताइए तथा एनीमिया दूर करने में स्थानीय खाद्य पदार्थों की उपयोगिता को समझाइए।

What do you mean by 'Anemia' ? Give the types of Anemia. Explain how locally available foods are useful to combat Anemia.

[11]

अथवा

(Or)

निम्नलिखित पर टिप्पणियाँ लिखिए :

- (i) खाने के लिए तैयार भोजन
- (ii) कम लागत वाला भोजन

Write notes on the following :

- (i) Ready to eat food
- (ii) Low cost food

AH-7011