

Roll No.

(12/24)

5668

B. A. (General) EXAMINATION

(For Batch 2011 & Onwards)

(Fifth Semester)

HOME SCIENCE

Food and Nutrition

Time : Three Hours

Maximum Marks : 40

Note : Attempt *Five* questions in all, selecting *one* question from each Unit. Q. No. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.

1. Fill in the blacks :

(i) Ragi contains.....

(ii)percentage of total energy is derived from carbohydrates.

- (iii)is the smallest unit of protein.
- (iv)is caused due to deficiency of iodine in adults.
- (v) 100 ml of blood contain..... cholesterol.
- (vi) Thiamine is also known as.....Vitamin.
- (vii)Vitamin is lost to a large extent while making Ghee from butter.
- (viii) Protein derived from.....sources is the best protein.

Unit I

2. How can you define food ? Write down the classification of carbohydrates.

3. What do you understand by protein calories malnutrition ? Explain the protein sparing action of carbohydrates.

Unit II

4. Explain the principles and methods of cooking food.
5. Write short notes on the following :
- (i) Fat soluble Vitamins
 - (ii) Importance of roughage in diet
 - (iii) Fortification.

Unit III

6. What do you understand by balanced diet ? Write down the concept of balanced diet.

7. How can you plan meals for adolescent boys and girls ?

Unit IV

8. Write down the importance of food preservation. Explain the causes of food spoilage.

9. Explain the following :

- (i) Therapeutic nutrition.
- (ii) Typhoid fever
- (iii) Diabetes mellitus.

(Hindi Version)

नोट : प्रत्येक इकाई में से एक प्रश्न चुनते हुए, कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न क्र. 1 अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. रिक्त स्थान भरिए :

- (i) रागी में.....होता है।
- (ii) कुल ऊर्जा का.....प्रतिशत कार्बोहाइड्रेट से प्राप्त होता है।
- (iii)प्रोटीन की सबसे छोटी इकाई है।
- (iv)वयस्कों में आयोडीन की कमी के कारण होता है।
- (v) 100 मिलीलीटर रक्त में.....कोलेस्ट्रॉल होता है।
- (vi) थायमिन को.....विटामिन के रूप में भी जाना जाता है।
- (vii) मक्खन से घी बनाते समय.....विटामिन काफी हद तक कम हो जाता है।
- (viii)स्रोतों से प्राप्त प्रोटीन सबसे अच्छा प्रोटीन है।

इकाई I

2. आप भोजन को कैसे परिभाषित कर सकते हैं ? कार्बोहाइड्रेट का वर्गीकरण लिखिए ।
3. प्रोटीन कैलोरी कुपोषण से आप क्या समझते हैं ? कार्बोहाइड्रेट की प्रोटीन ऐंठन क्रिया को स्पष्ट कीजिए ।

इकाई II

4. भोजन पकाने के सिद्धांतों और विधियों को स्पष्ट कीजिए ।
5. निम्नलिखित पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :
 - (i) वसा में घुलनशील विटामिन
 - (ii) आहार में रेशे का महत्व
 - (iii) फॉर्टिफिकेशन ।

इकाई III

6. संतुलित आहार से आप क्या समझते हैं ? संतुलित आहार की अवधारणा लिखिए ।
7. आप किशोर लड़कों और लड़कियों के लिए भोजन की योजना कैसे बना सकते हैं ?

इकाई IV

8. खाद्य संरक्षण के महत्व को लिखिए । भोजन खराब होने के कारणों को स्पष्ट कीजिए ।
9. निम्नलिखित को स्पष्ट कीजिए :
 - (i) चिकित्सीय पोषण
 - (ii) टायफाइड बुखार
 - (iii) मधुमेह मेलिटस ।