

कुल प्रश्नों की संख्या : 21]
Total No. of Questions : 21]

[कुल मुद्रित पृष्ठों की संख्या : 8
[Total No. of Printed Pages : 8

C-232610-A

विषय : आहार एवं पोषण Subject : Food and Nutrition

समय : 3 घंटे]
Time : 3 Hours]

[पूर्णांक : 75
[Maximum Marks : 75

नोट : सभी प्रश्नों को हल कीजिए।

Note : Attempt all questions.

निर्देश :

(अ) प्रश्न क्रमांक 1 वस्तुनिष्ठ प्रश्न है। इसमें तीन खण्ड हैं – खण्ड (अ), खण्ड (ब) एवं खण्ड (स)। खण्ड (अ) में बहुविकल्पीय प्रश्न, खण्ड (ब) में रिक्त स्थानों की पूर्ति एवं खण्ड (स) में सही जोड़ी बनाने वाले प्रश्न दिए गए हैं। प्रत्येक खण्ड में 5 प्रश्न हैं तथा प्रत्येक प्रश्न पर 1 अंक आवंटित है।

Instruction :

(A) Question No. 1 is an objective type question. It has three sections – Section (A), Section-B and Section-C. In Section (A) Multiple choice questions, in Section (B) Fill in the blanks and in Section (C) Match the suitable pair are given. Each section has 5 questions and each question carries 1 mark.

(खण्ड-अ)

Section-A

प्रश्न-1. सही विकल्प चुनकर लिखिए :

1×5=5

Choose and write the correct option :

(2)

(i) आहार एवं कृषि संगठन की स्थापना हुई थी :

- (अ) 1845
- (ब) 1945
- (स) 1847
- (द) 1947

Food and Agriculture Organization was established :

- (a) 1845
- (b) 1945
- (c) 1847
- (d) 1947

(ii) स्कर्वी नामक रोग कौन से विटामिन की कमी से होता है ?

- (अ) विटामिन "बी"
- (ब) विटामिन "सी"
- (स) विटामिन "ए"
- (द) विटामिन "डी"

The disease called scurvy is caused by the deficiency of which vitamin ?

- (a) Vitamin "B"
- (b) Vitamin "C"
- (c) Vitamin "A"
- (d) Vitamin "D"

(iii) धीमी आँच पर भोज्य पदार्थों को कितने ताप पर पकाया जाता है ?

- (अ) 85°C
- (ब) 80°C
- (स) 81°C
- (द) 82°C

(3)

At what temperature are foods cooked on low flame ?

- (a) 85°C
- (b) 80°C
- (c) 81°C
- (d) 82°C

(iv) जीवाणुओं द्वारा कौन-सा भोज्य पदार्थ शीघ्र नष्ट हो जाता है :

- (अ) वसा
- (ब) प्रोटीन
- (स) विटामिन
- (द) कार्बोहाइड्रेट

Which food item is quickly destroyed by bacteria :

- (a) Fat
- (b) Protein
- (c) Vitamin
- (d) Carbohydrate

(v) एफ.पी.ओ. खाद्य पदार्थों में मिलावट रोकने संबंधी कानून कब लागू किया गया :

- (अ) 1954
- (ब) 1956
- (स) 1948
- (द) 1943

When was the law to prevent adulteration of F.P.O. foods implemented ?

- (a) 1954
- (b) 1956
- (c) 1948
- (d) 1943

(4)

(खण्ड-ब)

Section-B

प्रश्न-1. रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए :

1×5=5

Fill in the blanks :

(i) स्वच्छता के अभाव में भोजन में अनेक का प्रवेश होता है।

In the absence of hygiene, many _____ enter the food.

(ii) रोटी फुलाने में लीविंग एजेंट का कार्य करती है।

_____ leaving agent works roti rise.

(iii) बीजों के अंकुरण के लिये आवश्यक है।

_____ is essential for germination of seeds.

(iv) धात्री माता को कैलोरी की आवश्यकता होती है।

A nursing mother needs _____ calories.

(v) कार्बोहाइड्रेट प्रकार की होती है।

There are _____ types of carbohydrates.

(खण्ड-स)

Section-C

प्रश्न-1. उचित संबंध जोड़िये :

1×5=5

स्तम्भ (क)

स्तम्भ (ख)

(i) धूम्रपान

(अ) शक्कर का गाढ़ा घोल

(ii) निर्जलीकरण

(ब) वनस्पति वर्ग

(iii) जीवाणु निष्क्रिय

(स) कैंसर

(iv) खमीर

(द) पेचिश

(v) एण्टिअमीबा-हिस्टोलिटिका

(य) खाद्य संरक्षण

(5)

Match the suitable pair :

Column 'A'	Column 'B'
(i) Smoking	(a) Sugar syrup
(ii) Dehydration	(b) Botanical class
(iii) Bacteria inactive	(c) Cancer
(iv) Yeast	(d) Dysentery
(v) Entamoeba histolytica	(e) Food preservation

निर्देश :

(ब) प्रश्न क्रमांक 2 से 9 तक अति लघु उत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न पर 2 अंक आवंटित हैं। उत्तर की अधिकतम शब्द-सीमा 30 शब्द है।

Instruction :

(B) Question Nos. 2 to 9 are very short answer type questions. Each question carries 2 marks. Maximum word-limit of answer is 30 words.

- प्रश्न-2. हरी-पीली पत्तेदार सब्जियों में कौन-कौन से पौष्टिक तत्व पाये जाते हैं ? 2
What are the nutrients found in green and yellow leafy vegetables ?
- प्रश्न-3. प्रोटीन की कमी से होने वाली कोई दो हानियाँ लिखिये। 2
Write any two disadvantages caused by deficiency of protein.
- प्रश्न-4. भोजन पकाना क्यों आवश्यक है ? 2
Why cooking is necessary ?
- प्रश्न-5. खाद्य संरक्षण के दो लाभ बताइये। 2
State two benefits of food preservation.
- प्रश्न-6. भोजन खराब होने के दो कारण लिखिए। 2
Write any two causes of food spoilage.
- प्रश्न-7. भोज्य पदार्थों में मिलावट के रोकथाम के कोई दो उपाय लिखिये। 2
Write any two measures to prevent adulteration in food items.
- प्रश्न-8. ब्राण्ड या ट्रेडमार्क क्या है ? 2
What is a brand or trademark ?

(6)

प्रश्न-9. भोज्य पदार्थों की बनावट से भोज्य ग्रहीता कैसे प्रभावित होती है ? 2

How does food acceptance affected by texture of food ?

निर्देश :

(स) प्रश्न क्रमांक 10 से 17 तक लघु उत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न पर 3 अंक आवंटित हैं। उत्तर की अधिकतम शब्द-सीमा 50 शब्द है।

Instruction :

(C) Question Nos. 10 to 17 are short answer type questions. Each question carries 3 marks. Maximum word-limit of answer is 50 words.

प्रश्न-10. कुपोषण के लक्षण लिखिये। (कोई तीन) 3

Write the symptoms of malnutrition. (Any three)

प्रश्न-11. विटामिन "सी" के दो कार्य एवं प्राप्ति के दो साधन लिखिये। 1+1+½+½=3

Write two functions and two means of obtaining vitamin "C".

प्रश्न-12. पाश्चुराइजेशन से क्या समझते हैं ? 3

What do you understand by pasteurization ?

प्रश्न-13. टाइफाइड किस जीवाणु द्वारा होता है ? इसके कोई दो लक्षण लिखिये। 1+2=3

Write any two symptoms of which bacterium causes typhoid ?

प्रश्न-14. तलने की उथली एवं गहरी विधि में अन्तर लिखिये। (कोई तीन) 3

Differentiate between deep and shallow frying method. (Any three)

प्रश्न-15. केक बनाने के लिये मिश्रण को फेंटना क्यों आवश्यक है ? 3

Why is it necessary to beat the mixture when making a cake ?

प्रश्न-16. फास्टफूड के कोई तीन लाभ लिखिये। 3

Write any three benefits of fast food.

प्रश्न-17. अंकुरण के लिये कौन-कौन सी परिस्थितियाँ आवश्यक है ? (कोई तीन) 3

What conditions are necessary for germination ? (Any three)

(7)

निर्देश :

(द) प्रश्न क्रमांक 18 से 21 तक दीर्घ उत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न पर 5 अंक आवंटित हैं। उत्तर की अधिकतम शब्द-सीमा 150 शब्द है।

Instruction :

(D) Question Nos. 18 to 21 are long answer type questions. Each question carries 5 marks. Maximum word-limit of answer is 150 words.

प्रश्न-18. भोज्य पदार्थों को खरीदते समय आप किन-किन बातों का ध्यान रखेंगे ? (कोई पाँच) **5**
What are the things you should keep in mind; while buying food items ? (Any five).

अथवा / OR

भोजन पकाते समय किन-किन बातों का ध्यान रखना चाहिये ? (कोई पाँच)
What to keep in mind while cooking food ? (Any five)

प्रश्न-19. वृद्धावस्था के लिये आहार आयोजन करते समय किन-किन बातों का ध्यान रखना चाहिए ? किन्हीं पाँच बिन्दुओं का वर्णन कीजिए। **5**
What to keep in mind while planning diet for old age ? Explain any five points.

अथवा / OR

गर्भवती स्त्री का आहार आयोजन करते समय किन-किन बातों का ध्यान रखना चाहिए ? किन्हीं पाँच बिन्दुओं का वर्णन कीजिए।
What to keep in mind while planning diet for pregnant woman ? Explain any five points.

प्रश्न-20. विटामिन "ए" की कमी से होने वाले रोगों के नाम लिखिये तथा प्राप्ति के साधन व कोई तीन कार्य लिखिये। **1+1+3=5**

Write the names of diseases caused by deficiency of vitamin "A" and its means of source and any three functions.

(8)

अथवा / OR

विटामिन "बी" की कमी से होने वाले रोगों के नाम लिखिये तथा प्राप्ति के साधन व कोई तीन कार्य लिखिये।

Write the names of diseases caused by deficiency of vitamin "B" and its means of source and any three functions.

प्रश्न-21.

भोजन के कौन-कौन से कार्य हैं ? कोई पाँच का वर्णन कीजिये।

5

What are the functions of food ? Describe any five.

अथवा / OR

डेली फूड गाइड में भारत के लिये कितने समूह रखे गये हैं ?

How many groups have been kept for India in the daily food guide ?

