

*This question paper contains 4 printed pages.]*

**5551-A**

*Your Roll No. ....*

**B.A. (Prog.) / I Sem  
(A)**

**AS**

**NUTRITION AND HEALTH EDUCATION -  
Paper - A**

**Introduction to Food Nutrition and Health  
(Admissions of 2011 and onwards)**

*Time : 3 Hours*

*Maximum Marks : 75*

*(Write your Roll No. on the top immediately  
on receipt of this question paper.)*

*(इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित  
स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।)*

**Note :** *Answers may be written either in English or in  
Hindi; but the same medium should be used  
throughout the paper.*

**टिप्पणी :** *इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिन्दी किसी एक भाषा में  
दीजिए; लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।*

[P.T.O.]

Attempt any five questions in all.

Question No. 1 is compulsory.

कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।

1. (a) Briefly explain any five of the following.  $2 \times 5 = 10$

- |                          |                      |
|--------------------------|----------------------|
| (1) Dietary Fibre        | (5) Pressure Cooking |
| (2) Sources of Vitamin A | (6) Vitamin K        |
| (3) Amino acids          | (7) Pellagra         |
| (4) Malnutrition         | (8) B.M.R.           |

निम्नलिखित में से किन्हीं पाँच पर संक्षेप में टिप्पणी लिखें -

- |                        |                     |
|------------------------|---------------------|
| (1) आहार में फोक       | (5) प्रेशर कुकिंग   |
| (2) विटामिन A के स्रोत | (6) विटामिन K       |
| (3) अमीनो अम्ल         | (7) पेलाग्रा        |
| (4) कुपोषण             | (8) बी.एम.आर. (BMR) |

(b) Fill in the blanks - 5

- (1) Iron is required for the synthesis of .....
- (2) Scurvy is associated with the deficiency of .....
- (3) The chief body building nutrient is .....
- (4) Rickets is associated with the deficiency of .....
- (5) 1 gm. of fat in the body when oxidized gives ..... k. cal of energy.

(b) रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए -

- (1) ..... के निर्माण में लोहे की आवश्यकता होती है।
- (2) स्क्वी का सम्बन्ध ..... की कमी से है।
- (3) शरीर की वृद्धि करने वाला मुख्य पोषक तत्व ..... है।
- (4) रिकेट्स का सम्बन्ध ..... की कमी से है।
- (5) जब 1 ग्राम वसा का आक्सीकरण होता है तो .....  
कि. कैलरी ऊर्जा प्राप्त होती है।

2. Write short notes on any three of the following -  $5 \times 3 = 15$

- (1) Functions of Carbohydrates
- (2) Protein Quality
- (3) Determinants of Good Health
- (4) Food Groups.

निम्नलिखित में से किन्हीं तीन पर टिप्पणी लिखें :

- (1) कार्बोज के कार्य
- (2) प्रोटीन की गुणवत्ता
- (3) अच्छे स्वास्थ्य के निर्धारक
- (4) खाद्य वर्ग

3. (a) What are the factors affecting energy requirements ?

10

ऊर्जा की आवश्यकता को प्रभावित करने वाले कारक कौन से हैं ?

(b) What are the advantages of cooking food ? 5

भोजन पकाने के क्या लाभ हैं ?

4. Briefly discuss the various methods of cooking. 15  
भोजन पकाने की विधियों का संक्षिप्त वर्णन कीजिए ।
5. (a) Briefly discuss the causes of food spoilage. 5  
भोजन की खराबी के कारणों का संक्षिप्त वर्णन कीजिए।
- (b) Discuss the functions of food. 10  
भोजन के कार्यों का वर्णन कीजिए।
6. (a) Discuss the role of green leafy vegetables in the diet. 6  
आहार में हरी पत्तेदार सब्जियों के महत्व का विवेचन कीजिए।
- (b) Briefly discuss the methods of preservation at the household level. 9  
घरेलू स्तर पर खाद्य संरक्षण की विधियों का संक्षिप्त वर्णन कीजिए।
7. Write notes on the following - 5×3=15
- (i) Iron
- (ii) Vitamin C
- (iii) Essential fatty acids.
- संक्षिप्त टिप्पणी लिखें -
- (i) लोहा
- (ii) विटामिन C
- (iii) आवश्यक वसीय अम्ल