

[This question paper contains 4 printed pages.]

1254

Your Roll No.

B.A. (Prog.) / I

C

NUTRITION AND HEALTH EDUCATION

Paper I – Elements of Food Nutrition and Health (A-158)

(Admissions of 2004 and onwards)

Time : 2 hours

Maximum Marks : 38

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

*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।*

*Attempt three questions in all, including
Question No. 1 which is compulsory.*

*अनिवार्य प्रश्न क्रमांक 1 सहित
कुल तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए।*

1. (a) Fill in the blanks :

(i) Name one monosaccharide _____ .

P.T.O.

(ii) Name one mineral needed for haemoglobin synthesis _____ .

(iii) Name one source of β -carotene _____ .

(iv) Name the disease caused due to deficiency of vitamin C _____ . (4)

(b) Explain briefly any **FOUR** of the following :

(i) Malnutrition

(ii) Fast foods

(iii) Steaming

(iv) Sources of calcium

(v) Functions of iodine

(vi) Polysaccharides

(vii) Perishable foods (8)

(क) रिक्त स्थान भरें :-

(i) एक मोनोसैकेराइड का नाम _____ ।

(ii) हीमोग्लोबिन के निर्माण के लिए आवश्यक खनिज लवण _____ ।

(iii) बीटा कैरोटीन का एक स्रोत _____ ।

(iv) विटामिन-सी की कमी से होने वाला रोग _____ ।

(ख) निम्नलिखित में से किन्हीं चार का संक्षेप में उल्लेख करें :-

(i) कुपोषण

(ii) फास्ट फूड्स

(iii) भाप में पकाना

(iv) कैल्शियम के स्रोत

(v) आयोडीन के कार्य

(vi) पोलिसैकराइड्स

(vii) शीघ्र खराब होने वाले भोजन पदार्थ

2. (a) Describe the various food groups. (8)

(b) Explain the functions of fats. (5)

(क) विभिन्न खाद्य वर्गों का वर्णन करें।

(ख) वसा के कार्यों का विवेचन करें।

3. (a) Describe the physiological changes during old age. (5)

(b) What are the nutritional requirements of a preschooler? (8)

(क) वृद्धावस्था में होने वाले शारीरिक परिवर्तनों का उल्लेख करें।

(ख) पूर्वस्कूलगामी बच्चे की पोषण संबंधी आवश्यकताएँ क्या होती हैं ?

4. (a) Describe the methods of cooking that use oil as a medium of heat transfer. (8)

(b) What are the ways of enhancing the nutritive value of foods ? (5)

(क) तेल के माध्यम से प्राप्त ऊष्मा पर आधारित पाक-कला विधियों का वर्णन करें।

(ख) भोजन के पोषण मूल्य को बढ़ाने के तरीकों का उल्लेख करें।

5. Write short notes on any **THREE** of the following :

(i) Determinants of health

(ii) Any two methods of food preservation

(iii) Advantages of breast feeding

(iv) Functions of vitamin A

(v) Complete protein (13)

निम्नलिखित में से किन्हीं तीन पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखें :-

(i) स्वास्थ्य के निर्धारक

(ii) खाद्य परिरक्षण के कोई दो तरीके

(iii) स्तनपान के लाभ

(iv) विटामिन-ए के कार्य

(v) पूर्ण प्रोटीन