

This question paper contains 4 printed pages]

Your Roll No.

1408

B.A. (Prog.)/I

EH

NUTRITION AND HEALTH EDUCATION

Paper I—Elements of Food, Nutrition and Health

(Admissions of 2004 and onwards)

Time : 2 Hours

Maximum Marks : 50

(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 ।

Note :— The maximum marks printed on the question paper are applicable for the students of the regular colleges (Category 'A'). These marks will, however, be scaled up proportionately in respect of the students of NCWEB/SOL at the time of posting of awards for compilation of result.

Attempt *three* questions in all.

Question No. 1 is compulsory.

कुल तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिये ।

प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है ।

P.T.O.

- I. Answer any *seven* of the following briefly (in 2 or 3 sentences) :

7×2=14

- (i) Definition of nutrition
- (ii) Convenience foods
- (iii) Classification of carbohydrates
- (iv) Functions of fibre
- (v) Function of Vitamin K
- (vi) Germination
- (vii) Deficiency of iodine
- (viii) Nutritional status
- (ix) Food groups.

किन्हीं सात का संक्षेप में उत्तर दीजिए :

- (i) पोषण की परिभाषा
- (ii) सुविधाजनक भोज्य पदार्थ
- (iii) कार्बोज का वर्गीकरण
- (iv) फोक के कार्य
- (v) विटामिन K के कार्य
- (vi) अंकुरीकरण

(vii) आयोडीन की कमी

(viii) पोषण स्तर

(ix) खाद्य समूह ।

2. Discuss the nutritional requirements during old age. Also mention various physiological changes during old age. What factors will you keep in mind while diet planning ? 12

वृद्धावस्था में पोषण सम्बन्धी आवश्यकताएँ लिखिए । वृद्धावस्था में कौन-कौनसे शारीरिक परिवर्तन होते हैं । इनके लिए आहार आयोजन करते समय आप किन बातों का ध्यान रखेंगे ?

3. How can the nutrients in food be conserved and enhanced while preparation and cooking of food at home ? Explain in detail. 12

घरेलू स्तर पर खाना बनाने की तैयारी व पकाते समय पोषक तत्वों की बढ़ोतरी एवं संग्रहण के विभिन्न तरीकों का विस्तार से वर्णन कीजिए ।

4. (a) What are the functions of food ? 6
(b) What are the factors affecting energy requirement ? 6

(अ) भोजन के कार्य लिखिए ।

(ब) ऊर्जा की आवश्यकता को प्रभावित करने वाले कारकों के विषय में लिखिए ।

5. Write short notes on any *three* :

3×4=12

(i) Storage of perishable foods

(ii) Weaning

(iii) Functions of Vitamin A

(iv) Fortification.

किन्हीं तीन पर संक्षिप्त टिप्पणी कीजिए :

(i) शीघ्र खराब होने वाले खाद्य पदार्थों का संग्रहण

(ii) वीनिंग

(iii) विटामिन ए के कार्य

(iv) प्रबलीकरण ।