

[This question paper contains 4 printed pages.]

Sr. No. of Question Paper : 176

G

Your Roll No.....

Unique Paper Code : 220154

Name of the Paper : Introduction to Food, Nutrition and Health

Name of the Course : B.A. Programme – NHE

Semester : I

Duration : 3 Hours

Maximum Marks : 75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt FIVE questions in all, including Q. 1 which is compulsory.
3. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दें जिनमें प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।
3. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

1. (a) Fill in the blanks :

(i) Name one monosaccharide _____ .

(ii) Haem iron is obtained from _____ foods (plant/animal).

(iii) Name one fat soluble vitamin _____ .

(iv) Night blindness is caused due to deficiency of _____ .

(v) Germination increases the content of _____ in pulses. (5)

P.T.O.

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

- (i) Nutritional status
- (ii) Roasting
- (iii) Essential amino acids
- (iv) Fermentation
- (v) Sunshine vitamin
- (vi) Invisible fat
- (vii) Role of thiamin (2×5=10)

(क) रिक्त स्थानों की पूर्ति करें :

- (i) एक मोनोसैकराइड का नाम _____ ।
- (ii) हीम रूपी लोहा _____ खाद्य पदार्थों में पाया जाता है (वानस्पतिक/पशुजन्य) ।
- (iii) वसा में घुलनशील एक विटामिन का नाम _____ ।
- (iv) रतौंधी _____ की कमी से होता है ।
- (v) अंकुरीकरण से दालों में _____ की मात्रा में वृद्धि होती है ।

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

- (i) पोषण स्तर
- (ii) भूनना
- (iii) आवश्यक अमीनो अम्ल
- (iv) स्वमीरीकरण
- (v) सूर्य की रोशनी का विटामिन
- (vi) अदृश्य वसा
- (vii) थायमिन की भूमिका

2. (a) Briefly describe the factors affecting energy requirements. (10)
 (b) What are the functions of proteins ? (5)
 (क) ऊर्जा की आवश्यकता को प्रभावित करने वाले कारकों का संक्षेप में विवेचन करें।
 (ख) प्रोटीन के कार्यों का वर्णन करें।
3. (a) Describe the methods of cooking based on moist heat. (10)
 (b) Write about the nutritive value of fast foods. (5)
 (क) नमी सहित ऊष्मा पर आधारित पाक कला विधियों का वर्णन करें।
 (ख) फ़ास्ट फूड्स के पोषण मूल्य के विषय में लिखें।
4. (a) What are the advantages of food preservation ? (10)
 (b) Briefly describe the household methods of food preservation. (5)
 (क) खाद्य संरक्षण के क्या लाभ हैं ?
 (ख) खाद्य संरक्षण के घरेलू तरीकों का वर्णन करें।
5. (a) Describe the five food groups in brief. (10)
 (b) What are the causes of food spoilage ? (5)
 (क) पाँचों खाद्य वर्गों का संक्षेप में वर्णन करें।
 (ख) भोजन खराब होने के कारण हैं ?
6. (a) Describe the ways to conserve nutrients during food preparation. (8)
 (b) Explain the functions and sources of calcium. (7)
 (क) भोजन की तैयारी के दौरान पोषक तत्वों को कैसे सुरक्षित रखा जा सकता है ?
 (ख) कैल्शियम के कार्य व स्रोत का वर्णन करें।

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

- (i) Role of dietary fibre
- (ii) Vitamin K
- (iii) Convenience foods
- (iv) Storage of perishable foods (5×3=15)

किन्हीं तीन पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखें :

- (i) फ़ोक की भूमिका
- (ii) विटामिन K
- (iii) सुविधाजनक भोजन पदार्थ
- (iv) शीघ्र खराब होने वाले खाद्य पदार्थों का घरेलू स्तर पर संग्रहण