

[This question paper contains 6 printed pages.]

Sr.No. of Question Paper : 252 G Your Roll No.....

Unique Paper Code : 290580

Name of the Paper : Introduction to Nutrition & Health

Name of the Course : B.A. (Programme) Nutrition & Health (Application Course)

Semester : V

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. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.
3. Attempt 5 questions in all, including Question No. 1 which is compulsory.

**छात्रों के लिए निर्देश**

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

1. (a) State *true* or *false* :-

(i) Smallest unit of protein is glucose.

(ii) Chlorophyll pigment is found in green leafy vegetables.

P.T.O.

- (iii) Pellagra, is caused by the deficiency of Niacin.
- (iv) Vitamin-C is destroyed by heating.
- (v) The first expressed milk of mother is called as cholesterol.

(1×5=5)

(b) Comment briefly in 4-5 lines on **any five** of the following :-

- (i) Malnutrition
- (ii) Sources of Iron
- (iii) Difference between Direct and Indirect Steaming
- (iv) ARF
- (v) Difference between Retinol and Beta Carotene
- (vi) Body Building Foods
- (vii) Hydrogenated Fats
- (viii) Advantages of cooking food

(2×5=10)

(क) सही या गलत बताएं :

- (i) प्रोटीन की सरलतम इकाई ग्लूकोज है ।
- (ii) हरे पत्तेदार सब्जियों में क्लोरोफिल वर्णक मौजूद होता है ।
- (iii) नियासिन की कमी से पेलाग्रा रोग होता है ।
- (iv) विटामिन C ताप से नष्ट हो जाता है ।
- (v) माँ का पहला स्त्रावित दूध कोलेस्ट्रॉल कहलाता है ।

(ख) निम्नलिखित में से किन्हीं पाँच पर 4-5 पंक्तियों में संक्षिप्त टिप्पणी करें :

(i) कुपोषण

(ii) लोहे के स्रोत

(iii) प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष भाप पाक क्रिया में अन्तर

(iv) ए. आर. एफ.

(v) रेटिनॉल व बीटा कैरोटीन में अन्तर

(vi) शरीर निर्माणक भोजन

(vii) हाइड्रोजनीकृत वसा

(viii) भोजन पकाने के लाभ

2. (a) What are the physiological changes in Pregnancy ? Discuss how the nutritional needs are modified in pregnancy.

(b) What are the sources and functions of Vitamin-E ? (10+5)

(क) गर्भावस्था में होने वाले शारीरिक परिवर्तन कौन-कौन से हैं ? गर्भवती स्त्री की पोषकीय आवश्यकताओं का विस्तार से विवेचन कीजिए ।

(ख) विटामिन E के स्रोत एवं कार्यों पर चर्चा करें ।

3. (a) Discuss the classification of carbohydrates with appropriate examples.

(b) What are the functions of carbohydrates in our body ? (6+9)

(क) कार्बोह के वर्गीकरण, उचित उदाहरण सहित वर्णित करें ।

(ख) शरीर में कार्बोह के कार्यों का उल्लेख करें ।

4. (a) Discuss the various factors affecting energy requirement.
- (b) Describe the ways to conserve and enhance nutrients. (8+7)
- (क) ऊर्जा की आवश्यकता को प्रभावित करने वाले कारकों पर चर्चा करें।
- (ख) पोषक तत्वों को सहेजने एवं बढ़ाने हेतु विभिन्न विधियों का वर्णन करें।
5. (a) Write the name of the disease associated with the following nutrients :
- (i) Vitamin-C
- (ii) Vitamin-B<sub>1</sub>
- (iii) Iodine
- (iv) Vitamin-B<sub>2</sub>
- (v) Vitamin-D
- (b) Describe the functions of fats. Explain in detail with examples, the classification of fats. (5+10)
- (क) निम्नलिखित पोषक तत्व से जुड़े रोग का नाम बताएं :
- (i) विटामिन C
- (ii) विटामिन B<sub>1</sub>
- (iii) आयोडीन
- (iv) विटामिन B<sub>2</sub>
- (v) विटामिन D

(ख) वसा के कार्यों का वर्णन करें। उचित उदाहरण सहित वसा के वर्गीकरण पर विस्तार से चर्चा करें।

6. (a) Describe the various cooking methods based on dry heat.

(b) Discuss the physiological changes occurring during old age. (10+5)

(क) सूखी ऊष्मा पर आधारित विभिन्न पाक क्रियाओं का वर्णन करें।

(ख) वृद्धावस्था में आए शारीरिक परिवर्तनों पर चर्चा करें।

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

(i) Classification and Sources of Protein

(ii) Role of Iron in Diet

(iii) Vitamin K

(iv) Microwave Cooking

(v) Importance of Diet during Adolescence

(vi) Factors affecting Balanced diet

(vii) Importance of Breast Feeding (3×5=15)

निम्नलिखित में से किन्हीं तीन पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें :

(i) प्रोटीन के स्रोत व वर्गीकरण

(ii) आहार में लोहे की भूमिका

(iii) विटामिन K

- (iv) माइक्रोवेव पाक क्रिया
- (v) किशोरावस्था में आहार महत्व
- (vi) संतुलित आहार को प्रभावित करने वाले कारक
- (vii) स्तनपान के लाभ