

This question paper contains 4+1 printed pages]

Your Roll No.....

5438

B.A. (Prog.)/I

F

Paper Code : A-158

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 हिंदी किसी एक
भाषा में दीजिए; लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक
ही होना चाहिए ।

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

कुल तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिये,
जिनमें प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।

P.T.O.

1. (a) Fill in the blanks :
- (i) Name *two* fat soluble vitamins..... ,
 - (ii)is the chief body building nutrient.
 - (iii) Deficiency of.....causes anaemia.
 - (iv) Name the disease caused due to deficiency of niacin..... .
 - (v) Name one rich source of calcium..... . 6
- (b) Explain briefly any *four* of the following :
- (i) Monosaccharides
 - (ii) Germination
 - (iii) Colostrum
 - (iv) Functions of vitamin-A
 - (v) Grilling
 - (vi) Sources of fat
 - (vii) Malnutrition. 4×2=8
- (a) रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिये :
- (i) वसा में घुलनशील दो विटामिनों के नाम.....
.....व..... ।
 - (ii) शरीर का निर्माण करने वाला मुख्य पोषक-तत्व है
..... ।

- (iii) अनीमिया.....की कमी से होता है।
- (iv) नियासिन की कमी से होने वाला रोग.....।
- (v) कैल्सियम का एक अच्छा स्रोत.....।
- (b) निम्नलिखित में से किन्हीं चार का संक्षेप में उल्लेख कीजिये :
- (i) मोनोसैकराइड्स
- (ii) अंकुरीकरण
- (iii) कोलोस्ट्रम
- (iv) विटामिन-A के कार्य
- (v) ग्रिलिंग
- (vi) वसा के स्रोत
- (vii) कुपोषण

2. (a) Discuss the methods of water purification. 8
- (b) Describe the advantages of cooking food. 4
- (a) जल की शुद्धि के तरीकों का वर्णन कीजिये।
- (b) भोजन पकाने के क्या लाभ हैं ?

P.T.O.

3. (a) Describe the household methods of food preservation. 8
(b) How can nutrients be conserved during food preparation? 4
- (a) घरेलू स्तर पर खाद्य परिरक्षण की विधियों का वर्णन कीजिए।
(b) भोजन की तैयारी के दौरान पोषक-तत्वों को सुरक्षित कैसे रखा जा सकता है ?
4. Discuss the nutritional needs and feeding pattern of preschool children. 12
पूर्वस्कूलगामी बच्चों की पोषण संबंधी आवश्यकताओं व आहार प्रारूप का वर्णन कीजिये।
5. Write short notes on any *three* of the following :
- (i) Fast foods
(ii) Nutritive value of milk and milk products
(iii) Frying as a cooking method
(iv) Diet modification for elderly
(v) Functions and sources of vitamin C 3×4=12

निम्नलिखित में से किन्हीं तीन पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिये :

- (i) फास्ट फूड्स
- (ii) दूध व दूध से बने पदार्थों का पोषण मूल्य
- (iii) तलना—एक पाक कला विधि
- (iv) वृद्धों के लिए आहार में परिवर्तन
- (v) विटामिन C के कार्य व स्रोत।