

CMDM/M-24

31137

FOOD AND NUTRITION

Paper – 402

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 80

Note : Attempt *five* questions in all, selecting *one* question from Unit I to Unit IV whereas Unit V is compulsory for all.

नोट : कुल **पाँच** प्रश्न कीजिए, इकाई-I से IV तक में से प्रत्येक से **एक-एक** प्रश्न कीजिए जबकि इकाई-V सभी के लिए अनिवार्य है।

UNIT-I (इकाई-I)

1. What is the difference between Food & Nutrition? Discuss its function in human body.

भोजन और पोषण के बीच क्या अंतर है? मानव शरीर में इसके कार्य की विवेचना कीजिए।

OR (अथवा)

2. What do you mean by Food? Discuss its importance. 15

आहार से आपका क्या तात्पर्य है? इसके महत्व की विवेचना कीजिए।

UNIT-II (इकाई-II)

3. Discuss the term Vitamin. Explain its various types and function in human body.

विटामिन शब्द की विवेचना कीजिए। मानव शरीर में इसके विभिन्न प्रकारों और कार्यों की व्याख्या कीजिए।

OR (अथवा)

4. What do you know about Minerals? Discuss its type and function in body. 15
खनिजों के बारे में आप क्या जानते हैं? शरीर में इसके प्रकार और कार्य की विवेचना कीजिए।

UNIT-III (इकाई-III)

5. How will you differentiate Vegetarian and Non-Vegetarian Diet? Discuss its advantage for a yogic practitioner. 15
शाकाहारी और मांसाहारी आहार के बीच आप कैसे अंतर करोगे? योगाभ्यासी के लिए इसके फायदों की विवेचना कीजिए।

OR (अथवा)

6. What do you know about Malnutrition? Discuss its meaning and methods to overcome. 15
कुपोषण के बारे में आप क्या जानते हैं? इसके अर्थ और दूर करने की विधि की विवेचना कीजिए।

UNIT-IV (इकाई-IV)

7. Briefly discuss the concept of Meal Planning. Prepare a meal plan for Adolescence Male. 15
भोजन-योजना की अवधारणा की संक्षेप में विवेचना कीजिए। किशोर पुरुष के लिए भोजन योजना तैयार कीजिए।

OR (अथवा)

8. Define the term meal planning. Also discuss the principle of meal planning. 15
भोजन योजना शब्द को परिभाषित कीजिए। भोजन योजना के सिद्धांत की भी विवेचना कीजिए।

UNIT-V (इकाई-V)

Compulsory Question (अनिवार्य प्रश्न)

9. (i) Which nutrients are more essential in the diet of Female Adolescence?
- (ii) Discuss the benefits of Dugdahar.
- (iii) What do you know about Alpahar?
- (iv) Write down any *four* factors affecting Meal Planning.
- (v) What are the advantage of Vegetarian Food?
- (vi) Define the term Yogic Diet.
- (vii) What do you mean by Balance Diet?
- (viii) Define the term Nutrition.
- (ix) What is the role of Protein in the body?
- (x) What is the importance of Water in the body? (10×2=20)
- (i) महिला किशोरावस्था के आहार में कौन-से पोषक तत्व अधिक आवश्यक हैं?
- (ii) दुग्धाहार के लाभों की विवेचना कीजिए।
- (iii) अल्पाहार के बारे में आप क्या जानते हैं?
- (iv) भोजन योजना को प्रभावित करने वाले किन्हीं चार कारकों को लिखिए।
- (v) शाकाहारी भोजन के क्या फायदे हैं?
- (vi) योगिक आहार को परिभाषित कीजिए।
- (vii) संतुलित आहार से आपका क्या तात्पर्य है?
- (viii) पोषण शब्द को परिभाषित कीजिए।
- (ix) शरीर में प्रोटीन की क्या भूमिका है?
- (x) शरीर में पानी का क्या महत्व है?

