

Seat No. : _____

FA-30
March-2007
Home Science (Principal)
Fundamentals of Human Nutrition (F.N)
Paper – I
(New Course)

Time : 3 Hours]

[Max. Marks : 50

સૂચના : બધા પ્રશ્નોના ગુણ સરખાં છે.

૧. સમતોલ આહારની વ્યાખ્યા આપી સાત પાયાના ખાદ્ય-સમૂહો જણાવો. (૧૦)
અથવા
આહારના કાર્યો જણાવી, પોષક તત્વોની દૈનિક માત્રાનું મહત્ત્વ લખો.
૨. પ્રોટીનના પ્રકાર, કાર્યો, પ્રાપ્તિસ્થાનો અને તેની ઉણપ વિશે માહિતી આપો. (૧૦)
અથવા
વિટામિન-A ના કાર્યો, પ્રાપ્તિસ્થાનો અને તેની ઉણપો વિશે માહિતી આપો.
૩. કેલ્શિયમ ક્ષાર વિશે સંપૂર્ણ માહિતી આપો. (૧૦)
અથવા
પાણીનું આપણા શરીર માટે મહત્ત્વ શું છે ? સમજાવો.
૪. ચરબીના પાચન અને શોષણ વિશે સંપૂર્ણ માહિતી આપો. (૧૦)
અથવા
પ્રોટીનના પાચન અને શોષણ વિશે સંપૂર્ણ માહિતી આપો.
૫. રાંધવાથી થતા લાભ-ગેરલાભ જણાવો તથા રાંધવાની જુદી-જુદી પદ્ધતિઓ વિશે વિસ્તૃત માહિતી આપો. (૧૦)
અથવા
ફણગાવવાની ક્રિયા વિશે સંપૂર્ણ માહિતી આપો તથા તમારી દૃષ્ટિએ આ ક્રિયાથી કયા કયા લાભ થાય છે તે જણાવો.

Seat No. : _____

FA-30
March-2007
Home Science (Principal)
Fundamentals of Human Nutrition (F.N)
Paper – I
(New Course)

Time : 3 Hours]

[Max. Marks : 50

Instruction : All questions carry equal marks.

1. Define “Balanced–diet” and explain seven basic food groups. **(10)**

OR

State the function of food, also write about importance of R.D.A. (Recommended Daily Allowances)

2. Write about types, functions, dietary sources and deficiency disease of Protein. **(10)**

OR

Give information about functions, dietary sources and deficiency diseases of Vitamin–A.

3. Give detailed information about calcium. **(10)**

OR

Explain the importance of water for our body.

4. Write about digestion and absorption of Fat. **(10)**

OR

Write about digestion and absorption of Protein.

5. Discuss the advantage and disadvantages of Cooking. Also give detailed information about cooking methods. **(10)**

OR

Give detailed information about germination process. Also discuss the advantages of germination from your point of view.

Seat No. : _____

FA-30
March-2007
Home Science (Main)
Fundamentals of Human Nutrition (F.N)
Paper – I
(Old Course)

Time : 3 Hours]

[Max. Marks : 50

સૂચના : બધા પ્રશ્નોના ગુણ સરખાં છે.

૧. સમતોલ આહાર એટલે શું ? સમતોલ આહાર માટે કયા ખાદ્ય જૂથો જરૂરી છે ? તે વિશે માહિતી આપો. (૧૦)

અથવા

કાર્બોહાઈડ્રેટના કાર્યો, પ્રકાર અને તે વધુ અને ઓછુ લેવાથી શરીર ઉપર થતી અસર જણાવો.

૨. નીચેનામાંથી કોઈપણ એક વિટામિન વિશે માહિતી આપો. (૧૦)

- (i) વિટામિન-A
(ii) થાયામિન
(iii) વિટામિન-C

અથવા

પ્રોટીનના પ્રકાર, કાર્યો, પ્રાપ્તિસ્થાનો અને તેની ઉણપ વિશે માહિતી આપો.

૩. કેલ્શિયમ ક્ષાર વિશે સંપૂર્ણ માહિતી આપો. (૧૦)

અથવા

શરીર માટે પાણીનું મહત્ત્વ સમજાવી પાણીના વધતા ઓછા પ્રમાણની અસરો ચર્ચો.

૪. કાર્બોહાઈડ્રેટના પાચન અને શોષણ વિશે સંપૂર્ણ માહિતી આપો. (૧૦)

અથવા

પ્રોટીનના પાચન અને શોષણ વિશે સંપૂર્ણ માહિતી આપો.

૫. રાંધવાના કારણો, સર્વશ્રેષ્ઠ રાંધવાની પદ્ધતિ અને રાંધવાથી પોષક તત્ત્વો ઉપર થતી અસર જણાવો. (૧૦)

અથવા

ફણગાવવાની પ્રક્રિયા વિશે સંપૂર્ણ માહિતી આપો.

Seat No. : _____

FA-30
March-2007
Home Science (Main)
Fundamentals of Human Nutrition (F.N)
Paper – I
(Old Course)

Time : 3 Hours]

[Max. Marks : 50

Instruction : All questions carry equal marks.

1. What is balanced diet ? For balanced diet which food groups are necessary ? Give detailed information. **(10)**

OR

Write about functions, types and effect of excess and deficiency of carbohydrate in our body.

2. Give information about any **one** Vitamin given below : **(10)**
(i) Vitamin – A
(ii) Thiamina
(iii) Vitamin – C

OR

Write about types, functions, dietary sources and deficiency diseases of Protein.

3. Give detailed information about calcium. **(10)**

OR

Explain the importance of water. Discuss the effects of excess and less water quantity on body.

4. Write about digestion and absorption of Carbohydrate. **(10)**

OR

Write about digestion and absorption of Protein

5. Discuss the reasons for Cooking, the best Cooking method and the effects of Cooking on Nutrients. **(10)**

OR

Give detailed information about germination process.
