

DPHCN-01

Food and Nutrition : An Introduction

आहार एवं पोषण : एक परिचय

Diploma in Public Health and Community
Nutrition (DPHCN-10/16/17)

First Semester, Examination, 2018

Time : 3 Hours

Max. Marks : 40

नोट : यह प्रश्न पत्र चालीस (40) अंकों का है जो तीन (03) खण्डों 'क', 'ख', तथा 'ग' में विभाजित है। शिक्षार्थियों को इन खण्डों में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

खण्ड-क

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

नोट : खण्ड 'क' में चार (04) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए साढ़े नौ ($9\frac{1}{2}$) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. प्रोटीन का वर्गीकरण कीजिए। भोजन में प्रोटीन के स्रोतों एवं कार्यों का वर्णन कीजिए।

2. खाद्य परिरक्षण की परिभाषा दीजिए। खाद्य परिरक्षण विधियों का संक्षेप में वर्णन कीजिए।
3. भोजन के मुख्य कार्यों का विस्तार से वर्णन कीजिए।
4. भोजन के संग्रह की विभिन्न विधियों को विस्तृत रूप से समझाइये।

खण्ड—ख

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए चार (04) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. कार्बोहाइड्रेट्स के प्रमुख कार्यों का वर्णन कीजिए।
2. शरीर में कैल्शियम की आवश्यकता पर प्रकाश डालिए।
3. वसा की अधिकता व कमी से होने वाली हानियाँ बताइये।
4. अंकुरण के महत्व को समझाइये।
5. खाद्य पदार्थों में मिलावट को संक्षिप्त में समझाइये।
6. आयोडीन के प्रमुख स्रोत एवं कार्य बताइये।
7. जल की आवश्यकता एवं कार्यों पर एक लेख लिखिये।
8. कुपोषण के मुख्य कारण बताइये।

खण्ड—ग

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

नोट : खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए आधा ($\frac{1}{2}$) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

सत्य/असत्य छँटिए :

1. वसा निर्माणात्मक भोज्य पदार्थों के वर्ग में सम्मिलित है।
(सत्य/असत्य)
2. प्रोटीन की सबसे सूक्ष्मतम इकाई अमीनो अम्ल है।
(सत्य/असत्य)
3. ग्लूकोज साधारण शर्करा है।
(सत्य/असत्य)
4. नीबू विटामिन 'ए' का स्रोत है।
(सत्य/असत्य)
5. विटामिन 'ए' की कमी से रतौंधी रोग होता है। (सत्य/असत्य)

सही उत्तर चुनिए :

6. ऊर्जा देने वाला प्रमुख पोषक तत्व है :
(अ) खनिज लवण
(ब) जल
(स) विटामिन
(द) कार्बोहाइड्रेट
7. भोजन में कई तत्व उपस्थित रहते हैं।
(अ) लवण
(ब) पोषक
(स) लौह
(द) आवश्यक
8. प्रोटीन का एक ग्राम कैलोरी ऊर्जा देता है :
(अ) 4
(ब) 5
(स) 9
(द) 3

9. गुड़ में उपस्थित पोषक तत्व है :
- (अ) प्रोटीन
 - (ब) वसा
 - (स) विटामिन
 - (द) कार्बोहाइड्रेट
10. बेरी-बेरी रोग किस विटामिन की कमी से होता है ?
- (अ) विटामिन 'बी'
 - (ब) विटामिन 'सी'
 - (स) विटामिन 'के'
 - (द) विटामिन 'ई'