



AAQ-001-020204

Seat No. _____

B. A. (Sem. II) (Home Sci.) (CBCS) Examination

April / May – 2016

Fundamentals of Food & Nutrition : Paper - 201

(New Course)

Faculty Code : 001

Subject Code : 020204

Time : 2 Hours]

[Total Marks : 50

૧ M.C.Q. :

૧૫

(૧) ઘઉંના બાંધેલાં લોટમાં કયું વિશિષ્ટ પ્રોટીન છે ? જેના લીધે રોટલી અને બ્રેડ પોચી બને છે ?

- (A) ગ્લુટેન (B) આલ્બ્યુમીન
(C) ગ્લોબ્યુલીન (D) ફાઇબ્રીનોજન

(૨) વ્યક્તિનાં સર્વાંગી વિકાસ માટે શું જરૂરી છે ?

- (A) અવપોષણ (B) સુપોષણ
(C) કુપોષણ (D) અતિપોષણ

(૩) કેલરીનું માપન શેમાં થાય છે ?

- (A) પ્રત્યક્ષ કસોટી (B) બોમ્બ કેલોરીમીટર
(C) સ્પાઈરોમીટર (D) ટેન્ડરોમીટર

(૪) કયા અનાજમાં લોહતત્ત્વ વધુ હોય છે ?

- (A) ઘઉં (B) ચોખા
(C) રાગી (D) બાજરી

(૫) કયું કઠોળ વધુ પ્રોટીન ધરાવે છે ?

- (A) મગ (B) મઠ
(C) સોયાબીન (D) ચણા

(૬) કેલરીને બીજા કયા નામથી ઓળખી શકાય ?

- (A) એનર્જી (B) કેલોરીમીટર
(C) BMR (D) ડાયનામીક એક્શન

(૭) આહારમાં કેટલાં ખાદ્યજૂથનો સમાવેશ થાય છે ?

- (A) ચાર (B) પાંચ
(C) છ (D) સાત

- (૮) કયા ખાદ્યો તેમાં રહેલાં એન્ટીઓક્સિડન્ટ અને રેસાને કારણે કેન્સર અને અન્ય બિમારીઓ સામે રક્ષણ આપે છે ?
- (A) ફળો (B) બટાટા
(C) ગોળ (D) કઠોળ
- (૯) ૧૦૦ gm કઠોળમાંથી કેટલી કેલરી મળે છે ?
- (A) ૨૪૦ (B) ૩૪૦
(C) ૪૪૦ (D) ૫૪૦
- (૧૦) ઈંડામાં કયા વિટામીનની ખામી હોય છે ?
- (A) વિટામીન - C (B) વિટામીન - B
(C) વિટામીન - A (D) વિટામીન - B1
- (૧૧) વિટામીન - Eનું ઉત્તમ પ્રાપ્તિસ્થાન કયું છે ?
- (A) અનાજ (B) કઠોળ
(C) સૂકોમેવો (D) તેલીબિયા
- (૧૨) ખાંડ કરતાં ગોળમાં કયું તત્ત્વ વધુ હોય છે ?
- (A) વિટામીન - A (B) વિટામીન - D
(C) લોહ (D) એક પણ નહિ
- (૧૩) કયા માધ્યમથી રાંધેલો ખોરાક પચવામાં સરળ હોય છે ?
- (A) તેલ (B) ઘી
(C) પાણી (D) એક પણ નહિ
- (૧૪) અનાજને રાંધવાથી સ્ટાર્ચનું શેમાં રૂપાંતર થાય છે ?
- (A) શર્કરા (B) ચરબી
(C) ક્ષાર (D) વરાળ
- (૧૫) માત્ર મકાઈ પર જીવન ગુજારતાં લોકોને કયો રોગ થાય છે ?
- (A) ગાઉટ (B) ગોઈટર
(C) પેલાગ્રા (D) સ્કર્વી

- ૨ રાંધણ પદ્ધતિનાં ફાયદા સમજાવી, કોઈ પણ ત્રણ પદ્ધતિ વિશે લખો. ૧૫
અથવા
- ૨ કેલરીની વ્યાખ્યા, અર્થ અને તેની જરૂરિયાતને અસરકર્તા પરિબલો સમજાવો. ૧૫
- ૩ કોઈ પણ ચાર કુડ ગ્રુપ અને તેનાં પોષકતત્ત્વો વિશે માહિતી આપો. ૧૫
અથવા
- ૩ અતિપોષણ અને કુપોષણનાં કારણો વિશે લખી, કુપોષણની લાક્ષણિકતાઓ સમજાવો. ૧૫
- ૪ ટૂંકનોંધ લખો. (કોઈ પણ એક) ૫
(૧) સુપોષણ
(૨) કેલરીનું માપન.

ENGLISH VERSION

1 M.C.Q.

15

- (1) Due to which specific protein of wheat Flour Dough, the structure of Roti and bread is soft ?
(A) Gluten (B) Albumin
(C) Globulin (D) Fibrinogen
- (2) What is necessary for all over development of a person ?
(A) Lacking Nutrition (B) Good Nutrition
(C) Malnutrition (D) Over Nutrition
- (3) Calorie measured by which method ?
(A) Direct Test (B) Bomb Calorimeter
(C) Spirometer (D) Tendaro meter
- (4) Which cereal is rich in iron ?
(A) Wheat (B) Rice
(C) Ragi (D) Millets
- (5) Which pulse is rich in Protein ?
(A) Green Gram (B) Math
(C) Soyabean (D) Whole gram
- (6) Which is the other name of calorie ?
(A) Energy (B) Calorimeter
(C) BMR (D) Dianamic action
- (7) Diet contains how many group of food ?
(A) Four (B) Five
(C) Six (D) Seven
- (8) Which foods protect our body from cancer and other diseases due to its antioxidant and fibre content ?
(A) Fruits (B) Potato
(C) Jaggery (D) Pulses
- (9) How much calorie we gain from 100 gm of pulses ?
(A) 240 (B) 340
(C) 440 (D) 540
- (10) Which Vitamin is less in Egg ?
(A) Vitamin - C (B) Vitamin - B
(C) Vitamin - A (D) Vitamin - B1

- (11) Which food is rich source of Vitamin-E ?
 (A) Cereal (B) Pulses
 (C) Nuts (D) Oilseeds
- (12) Which nutrient is more in jaggery compared to sugar?
 (A) Vitamin - A (B) Vitamin - D
 (C) Iron (D) None of above
- (13) Food cooked by which of following is more digestive ?
 (A) Oil (B) Ghee
 (C) Water (D) None of above
- (14) Starch of cereals convert into what by cooking ?
 (A) Sugar (B) Fat
 (C) Minerals (D) Steam
- (15) The people who eat only maize is suffering from which disease ?
 (A) Gout (B) Goiter
 (C) Pellagra (D) Scurvy

2 Explain the advantages of cooking method and write about any three cooking methods in detail. **15**

OR

2 Explain the definition, meaning and factors affecting on calorie requirements. **15**

3 Give information about any four foods groups and its nutrients in detail. **15**

OR

3 Write about the causes of over nutrition and malnutrition and explain the characteristics of malnutrition. **15**

4 Write short note : (any one) **5**

- (1) Good Nutrition
 (2) Calorie measurement