



**HCS-009-001552**

Seat No. \_\_\_\_\_

**B. R. S. (Sem. V) (CBCS) Examination**

October – 2017

**Food & Nutrition : ELT-523**

*(Elective-16)*

**Faculty Code : 009**

**Subject Code : 001552**

Time : 2 Hours]

[Total Marks : 50

૧ કાર્બોહાઈડ્રેટનું બંધારણ અને પ્રાપ્તિસ્થાન લખી વિવિધ શર્કરાઓ વિશે  
ટૂંકમાં સમજણ આપો. ૧૦

**અથવા**

૧ કેલરી એટલે શું ? ખાદ્યપદાર્થોની કેલરી કઈ રીતે માપી શકાય તે સમજાવી  
રોજના આહારમાં કેલરીની ગોઠવણનું મહત્ત્વ સમજાવો. ૧૦

૨ બેઝલ મેટાબોલીઝમ એટલે શું ? બેઝલ મેટાબોલીઝમને અસર કરતી  
બાબતોની વિસ્તૃત સમજણ આપો. ૧૦

**અથવા**

૨ પોષક આહાર એટલે શું ? આહારના મુખ્ય ત્રણ કાર્યો જણાવો. ૧૦

૩ ટૂંકનોંધ લખો : (કોઈપણ ત્રણ) ૧૫

(૧) કુપોષણ

(૨) પોષકઆહાર

(૩) ફેટીએસિડ

(૪) ચયાપચય

(૫) સેલ્યુલોઝ

૪ કોઈપણ પાંચ પ્રશ્નોના જવાબ આપો :

૧૫

- (૧) પાણીની શરીરમાં ઉપયોગીતા લખો.
- (૨) કેલરીની જરૂરીયાત નક્કી કરવા માટેની પદ્ધતિઓના નામ લખો.
- (૩) આહારનું મનોવૈજ્ઞાનિક કાર્ય સમજાવો.
- (૪) રોજના આહારમાં કેટલા પ્રમાણમાં પ્રોટીન લેવું જોઈએ.
- (૫) વધુ પડતો ચરબીવાળો આહાર લેવો હિતાવહ નથી. શા માટે ?
- (૬) કેલરીની ઉણપની માનવ શરીર પર અસરો લખો.
- (૭) સામાન્ય સ્ત્રી અને પુરૂષ માટે રોજની કેટલી કેલરીની જરૂરિયાત છે ?

---