



Seat No. _____

H-16070801065200

B. R. S. (Sem.-VI) (CBCS) (WEF-2016) Examination

April - 2023

Food & Nutrition : ELT-18

(Old Course)

Time : 2 Hours / Total Marks : 50

સૂચના : દરેક પ્રશ્નોના માગ્યા મુજબ જવાબ આપો.

1 જલદ્રાવ્ય વિટામિનોના નામ લખી તેમના કોઈ એક વિટામિન વિશે વિસ્તૃત 10
સમજણ આપો.

અથવા

1 પ્રોટીનનું વર્ગીકરણ અને ઉપયોગિતા સમજાવી અપૂર્ણ પ્રોટીનને સંપૂર્ણ બનાવવાના 10
માર્ગો લખો.

2 નીચેના પ્રશ્નોમાંથી કોઈ એકનો વિગતે ઉત્તર આપો : 10

(1) મુખ્ય ખનીજ તત્વોના નામ લખી તેમના કોઈ એક ખનીજતત્વ વિશે વિગતે
સમજણ આપો.

(2) આહારના ઘટકો પર રાંધવાની અસરો વિગતે સમજાવો.

3 ટૂંકનોંધ લખો : (કોઈપણ ત્રણ) 15

(1) વિટામિન-D

(2) લોહતત્વ

- (3) આયોડિન
- (4) સમતોલ આહાર માટે માંસાહાર અનિવાર્ય નથી
- (5) દેશની પોષણ સમસ્યાઓ અને તેના ઉકેલ

4 નીચેના પ્રશ્નોમાંથી કોઈપણ પાંચ પ્રશ્નોના માગ્યા મુજબ જવાબ આપો : 15

- (1) અનિવાર્ય એમિનોએસીડ એટલે શું ?
- (2) પોષકતત્વોની કમીઓનો સર્વ કરતી વખતે કઈ-કઈ બાબતો ધ્યાનમાં લેવી જોઈએ ?
- (3) ક્વાશીયોરકોર રોગના લક્ષણો લખો.
- (4) અનાજ અને કઠોળને ફણગાવવાથી તેમાં કેવા પ્રકારના ફેરફારો થાય છે ?
- (5) સોડિયમની ઊણપના કારણે શરીરમાં કેવા લક્ષણો ઉદ્ભવે છે ?
- (6) અનાજ અને કઠોળના ઉપરના પડમાં કયા પોષકતત્વો હોય છે ?
- (7) તળેલી વસ્તુઓ કરતા બાફેલી વસ્તુઓ ખાવી આરોગ્ય માટે લાભદાયક છે શા માટે ?