



Seat No. _____

HAP-19070601055200
B. R. S. (Sem. V) (CBCS) (W.E.F.2019)
Examination
June - 2023
MDC-516 : Food & Nutrition
(New Course)

Time : 2 Hours / Total Marks : 50

સૂચના : દરેક પ્રશ્નોના માંગ્યા મુજબ જવાબ આપો.

- 1 પોષક આહારની રૂપરેખા સમજાવી આહારના મુખ્ય ઘટકો વિશે વિગતે સમજણ આપો. 10

અથવા

- 1 સમતોલ આહાર એટલે શું ? આહારના કાર્યોની વિસ્તૃત સમજણ આપો. 10
- 2 નીચે આપેલા પ્રશ્નોમાંથી કોઈપણ એક પ્રશ્નનો વિગતે ઉત્તર આપો : 10
- (1) આધાર ચયાપચય એટલે શું ? આધાર ચયાપચયને અસર કરતી બાબતોની ટૂંકમાં સમજણ આપો.
- (2) પ્રોટીનનું બંધારણ અને વર્ગીકરણ સમજાવી અપૂર્ણ પ્રોટીનને સંપૂર્ણ બનાવવાના માર્ગો લખો.

અથવા

- 2 ટૂંકનોંધ લખો : (કોઈપણ ત્રણ) 15
- (1) અપૂરતા પોષણની માનવ આરોગ્ય પર અસરો.
- (2) બહુ શર્કરાઓ.
- (3) કેલરી અને શરીરના વજનનો સંબંધ
- (4) ફેટી એસિડ
- (5) પોષણવિષયક સામાન્ય ઉણપો.

4 નીચે આપેલા પ્રશ્નોમાંથી કોઈપણ પાંચના માગ્યા મુજબ જવાબ આપો : 15

- (1) અનિવાર્ય એમિનો એસિડ એટલે શું?
 - (2) કયા પ્રકારનો આહાર શરીરમાં કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ વધારે છે? ઉદાહરણ સાથે સમજાવો.
 - (3) સમતોલ આહાર માટે માંસાહાર કરવો અનિવાર્ય નથી - સમજાવો.
 - (4) અર્ગોસ્ટેરોલની શરીરમાં ઉપયોગિતા સમજાવો.
 - (5) કેલરીની જરૂરિયાત નક્કી કરવા માટેની પદ્ધતિઓના નામ લખો.
 - (6) લિપિડ એટલે શું ?
 - (7) 'જલ એજ જીવન' સમજાવો.
-