

B.Sc. (Home Science) Semester-III Examination

FOOD & NUTRITION

Paper-232FN16

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 40

Note :— (1) **ALL** questions are compulsory
(2) All questions carry equal marks.

- 1. (a) Define :
 - 1.1 Nutrition and adequate diet. 2
 - 1.2 Meal planning and its importance. 2
- (b) Explain factors affecting meal planning :
 - 1.3 Socio-cultural 1
 - 1.4 Geographic 1
 - 1.5 Economic 1
 - 1.6 Religious. 1
- 2. 2.1 Write nutrient requirements and food selection for pregnant woman. Plan a day's diet during third trimester of pregnancy. 8

OR

- 2.2 Write importance of diet and nutrient requirements during first three months of lactating woman with one day's menu plan. 8
- 3. Fill in the blanks with appropriate words given in bracket :
(Cow's, weaning food, Immunity, double, preschool, two, calcium, phosphorus).
 - 3.1 Colostrum should be given to increase _____ in infants. 1
 - 3.2 Infants increases _____ his birth weight in the first five months. 1
 - 3.3 During 6-12 months infant requires _____ gram protein per kilogram body weight. 1
 - 3.4 _____ milk us good for artificial feeding. 1
 - 3.5 _____ should be started after six months to infants. 1
 - 3.6 During _____ age diet should be qualitatively and quantitatively adequate. 1
 - 3.7 During preschool age diet should supply _____ and _____ minerals in proper quantity. 2
- 4. Match the following :

A

B

- | | | |
|--|--|---|
| 4.1 High quality protein | (a) Citrus fruits | 1 |
| 4.2 Rich in Vitamin C | (b) Eggs | 1 |
| 4.3 Protein requirement during schoolgoing age (7-9 years) | (c) Deficiency of iron & folic acid | 1 |
| 4.4 Packed lunch | (d) Green leafy vegetables | 1 |
| 4.5 Anemia in adolescent period. | (e) Schoolgoing period | 1 |
| 4.6 Physical and mental growth | (f) Avoid fried food and carbonated drinks | 1 |
| 4.7 Good source of iron | (g) 1/3 of calories and protein | 1 |
| 4.8 Diet during adolescent age | (h) 29.5 gm per day | 1 |
- 5. 5.1 Write about importance of nutrition and diet during old age. Plan a day's diet for an old aged woman. 8

OR

- 5.2 Write about food selection and diet for adult persons according to different activities and different socio-economic levels. 8

B.Sc. (Home Science) Semester-III Examination
FOOD & NUTRITION
Paper-232FN16

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 40

(मराठी माध्यम)

सूचना :— (1) सर्व प्रश्न सोडवा.

(2) सर्व प्रश्नांना सन्मानपूर्वक उत्तरे द्या.

1. (अ) परिभाषा लिहा :

1.1 पोषण व पर्याप्त आहार

2

1.2 आहार आयोजन व त्याचे महत्त्व.

2

(ब) आहार आयोजनावर परिणाम करणारे घटक :

1.3 सामाजिक व सांस्कृतिक

1

1.4 भौगोलिक

1

1.5 आर्थिक

1

1.6 धार्मिक

1

2. 2.1 गर्भवती स्त्रीची पोषक घटकांची आवश्यकता व आहाराच्या निवडी बदल लिहा. गर्भावस्थेच्या तिसऱ्या ट्रायमेस्टर साठी स्त्रीची एक दिवसाची आहार तालिका तयार करा.

8

किंवा

2.2 दुग्धसृजन काळातील (पहिले तीन महिने) स्त्रीची आहार व पोषक घटकांची आवश्यकता लिहा व आहार तालिका तयार करा.

8

3. रिकाम्या जागी योग्य शब्द लिहा .

(गायीचे, वीनिंग फूड, प्रतिकारक शक्ति, दुग्ध, पूर्वशालेय, दोन, कॉल्सीयम, फॉस्फोरस)

3.1 _____ वृद्धिपाकरीत शिशुंना कोलेस्ट्रॉम देणे आवश्यक आहे.

1

3.2 शिशुचे वजन 5 महिन्यांत जन्माच्या वेळेच्या वजनाच्या _____ होते.

1

3.3 शिशुला प्रति किलोग्रॅम शारीरिक वजनास _____ ग्रॅम प्रथिनांची आवश्यकता असते .

1

3.4 कृत्रिम दुग्धघटनाकरिता _____ दूध सर्वोत्तम असते.

1

3.5 सहा महिन्यांनंतर बाळाला _____ सुत केले पाहिजे.

1

3.6 _____ अवस्थेत आहार गुणात्मक व संख्यात्मक दृष्ट्या समतोल असायला पाहिजे.

1

3.7 पूर्व शालेय अवस्थेत अहारात योग्य प्रमाणात _____ व _____ धार असणे आवश्यक आहे

2

4. योग्य जोड्या लावा :

अ

ब

4.1 उच्च प्रतीची प्रथिने

(अ) रसादाय फळे

1

4.2 जीवनसत्त्व 'क' संपन्न

(ब) अडी

1

4.3 शालेय अवस्थेत (7-9 yrs) प्रथिनांची आवश्यकता

(क) लोह व फोलिक आम्लाची कमतरता

1

4.4 पॅन्कड तंत्र

(ड) हिरण भाजीपाला

1

4.5 किशोरावस्थेत रक्तक्षय

(इ) शालेय अवस्था

1

4.6 शारीरिक व मानसिक विकारा

(फ) तळलेले पदार्थ व कार्बोनेटेड पेय पदार्थ टाळणे

1

4.7 तोहाये उत्तम स्रोत

(ग) 1/3 कॅलरी व प्रथिने

1

4.8 किशोरावस्थेतील आहार

(ह) 29.5 ग्रॅम प्रति दिवस

1

5. 5.1 वृद्धावस्थेत आहार व पोषणाचे महत्त्व लिहा. वृद्ध स्त्री करिता एक दिवसाची आहार तालिका तयार करा.

8

किंवा

5.2 व्यक्तीकरिता विविध क्रियाशीलता व आर्थिक दर्जाच्या-आधारे आहाराची निवड व पोषणविषयी लिहा.

B.Sc. (Home Science) Semester-III Examination

FOOD & NUTRITION

Paper-232FN16

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 40

(हिन्दी माध्यम)

सूचना :— (1) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं ।

(2) सभी प्रश्नों को समान गुण हैं ।

1. (अ) परिभाषा लिखिए :
 - 1.1 पोषण व पर्याप्त आहार 2
 - 1.2 आहार आयोजन व उसका महत्व । 2
- (ब) आहार आयोजन को प्रभावित करने वाले घटक :
 - 1.3 सामाजिक व सांस्कृतिक 1
 - 1.4 भौगोलिक 1
 - 1.5 आर्थिक 1
 - 1.6 धार्मिक 1
2. 2.1 गर्भवती स्त्री के लिए पोषक घटकों की आवश्यकता व आहार के चयन के विषय में लिखिए । गर्भवती स्त्री (तीसरा ट्रायमेस्टर) के लिए एक दिन की आहार तालिका तैयार कीजिए । 8
- अथवा**
- 2.2 दुग्धसृजन अवस्था (प्रथम तीन महीने) में स्त्री की आहार व पोषक घटकों की आवश्यकता लिखिए व आहार तालिका तैयार कीजिए । 8
3. रिक्त स्थानों में योग्य शब्द लिखिए
(गाय का, वीनिंग फूड, प्रतिकारक शक्ति, दोगुना, पूर्वशालेय, दो, कॉल्सीयम व फॉस्फोरस) :
 - 3.1 _____ बढ़ाने के लिए शिशुओं को कोलोस्ट्रम देना अनिवार्य है । 1
 - 3.2 शिशु का वजन 5 महीने में जन्म के वजन से _____ हो जाता है । 1
 - 3.3 शिशुओं को प्रतिकिलोग्राम शारीरिक वजन के लिए _____ ग्रॅम प्रोटीन की आवश्यकता होती है । 1
 - 3.4 कृत्रिम दुग्धपान के लिए _____ दूध सर्वोत्तम होता है । 1
 - 3.5 छः महीने के बाद शिशुओं को _____ देना चाहिए । 1
 - 3.6 _____ अवस्था में आहार गुणात्मक व संख्यात्मक दृष्टि से समतोल होना चाहिए । 1
 - 3.7 पूर्व शालेय अवस्था में आहार में योग्य प्रमाण में _____ व _____ क्षार आवश्यक हैं । 2
4. जोड़ी लगाइये :

अ	ब	
4.1 उच्च प्रति के प्रोटीन	(अ) रसदाय फल	1
4.2 जीवनसत्व 'क' संपन्न	(ब) अंडे	1
4.3 शालेय अवस्था (7-9 yrs.) प्रोटीन की आवयकता	(क) लोह व फोलिक अम्ल की कमी	1
4.4 पैंकड लंच	(ड) हरी सब्जियां	1
4.5 किशोरावस्था में रक्तक्षय	(इ) शालेय अवस्था	1
4.6 शारीरिक व मानसिक विकास	(फ) तले हुए पदार्थ व कार्बोनेटेड पेय पदार्थ	1
4.7 लोह के उत्तम स्रोत	(ग) 1/3 कैलरी व प्रोटीन	1
4.8 किशोरावस्था में आहार	(ह) 29.5 ग्रॅम प्रति दिवस	1
5. 5.1 वृद्धावस्था में आहार व पोषण का महत्व लिखिए । वृद्ध स्त्री के लिए एक दिन की आहार तालिका तैयार कीजिए । 8
- अथवा**
- 5.2 वयस्क व्यक्ति के लिए विविध क्रियाशीलता व विभिन्न आर्थिक स्तर के आधार पर आहार का चयन व पोषण विषयक जानकारी दीजिए । 8

