

011

**CFN - 01**

December - Examination 2015

**CFN Examination**

**You & Your Food**

**आप और आपका भोजन**

**Paper - CFN - 01**

**Time : 3 Hours ]**

**[ Max. Marks :- 100**

**निर्देश :** प्रश्न पत्र अ, ब, और स तीन खण्डों में विभाजित हैं। प्रत्येक खण्ड में दिए निर्देशों का पालन करें।

**(खण्ड - अ)**

10 x 2 = 20

**नोट :** सभी दस प्रश्न करने अनिवार्य हैं। प्रत्येक उत्तर की अधिकतम सीमा 30 शब्द होगी। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 1) (i) भोजन के कार्य बताइये।
- (ii) भोजन में अधिक मात्रा के पाये जाने वाले पोषक तत्वों के नाम लिखिये ।
- (iii) खाद्य पदार्थों के वर्ग बताइये।
- (iv) भोजन के खराब होने के कारण बताइये।
- (v) खाना पकाने में घी व तेल की भूमिका बताइये।
- (vi) विटामिन सी वा बी की कमी से होने वाले रोगों के नाम बताइये।

- (vii) विटामिनो का वर्गीकरण दीजिये।  
 (viii) पेय पदार्थो का वर्गीकरण बताइये।  
 (ix) फलो से तैयार पाँच पौष्टिक व्यंजनो के नाम लिखिये।  
 (x) अंकुरण से आप क्या समझती है।

**(खण्ड - ब)**

4 x 10 = 40

**नोट :** किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर अधिकतम 200 शब्दों में दीजिये। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 2) सही खाद्य पदार्थो का चयन किस आधार पर करना चाहिये?
- 3) भोजन परिरक्षण की विधियाँ बताइये।
- 4) कार्बोहाइड्रेट के कार्य बताइये।
- 5) वसा की विभिन्न विशेषताएँ बताइये।
- 6) पाक शास्त्र में शर्करा की विशेषताओं की चर्चा कीजिये।
- 7) मांसाहारी भोज्य पदार्थो के चयन व खरीददारी में ध्यान देने योग्य बातें बताइये।
- 8) मेवे व तिलहनों के चयन व प्रयोग के बारे में बताइये।
- 9) अनाजों की पौष्टिकता बढ़ाने में अंकुरण, भुनना व खमरीकरण की क्या भूमिका है ?

**(खण्ड - स)**

2 x 20 = 40

**नोट :** किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर अधिकतम 500 शब्दों में दीजिये। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 10) मसालो का चयन करते समय ध्यान रखने योग्य बातें बताइये तथा पाक कला में इनकी भूमिका के बारे में चर्चा कीजिये।
- 11) चीनी एव गुड़ की विभिन्न किस्में बताइये, तथा चीनी व गुड़ के विभिन्न व्यंजनों के नाम व प्रयोग लिखिये ।
- 12) विभिन्न खाद्य पदार्थो को मिश्रित रूप में प्रयोग करने के लाभ तथा विधियाँ बताइये ।
- 13) विटामिन डी तथा आयोडीन के कार्य व स्रोत लिखिये।

\_\_\_\_\_