DNS-03/DYS-03/PGDYS-03

June - Examination 2026

Diploma in Naturopathy Science/Diploma in Yoga Science/ Post Graduate Diploma in Yoga Science Examination

Diet and Nutrition Science

आहार एवं पोषण विज्ञान

Paper : DNS-03/DYS-03/PGDYS-03

[*Time: **3** Hours*] [*Maximum Marks: **100***]

Note :- The question paper is divided into three Sections A, B and C. Write answers as per the given instructions in each section.

निर्देश :– यह प्रश्न–पत्र 'अ', 'ब' और 'स' तीन खण्डों में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड के निर्देशानुसार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

Section-A **10×2=20**

(Very Short Answer Type Questions)

Note :- Answer **all** questions. As per the nature of the question delimit your answer in one word, one sentence or maximum up to **30** words. Each question carries **2** marks.

खण्ड–'अ'

(अति लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश :– **सभी** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को प्रश्नानुसार एक शब्द, एक वाक्य या अधिकतम **30** शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न **2** अंक का है।

1. (i) Write three benefits of vegetarianism.
शाकाहार के तीन लाभ लिखिए।

(ii) Write the disadvantages of Tamasic diet.
तामसिक आहार के नुकसान लिखिए।

(iii) What is Zero Oil Diet?
ज़ीरो ऑयल आहार क्या होता है?

(iv) Write the names of Sprouted Food.
अंकुरित आहार के नाम लिखिए।

(v) What are the sources of protein?
प्रोटीन किनसे प्राप्त होता है?

(vi) What is the source of vitamin D?

विटामिन 'डी' का स्रोत क्या है?

(vii) Write the sources of vitamin B-12.

विटामिन 'बी–12' के स्रोत लिखिए।

(viii) What is Nutrition?

पोषण किसे कहते हैं?

(ix) Write the types of diet.

आहार के प्रकार लिखिए।

(x) Write the functions of vitamin "E".

विटामिन 'ई' के कार्य लिखिए।

Section-B **4×10=40**

(Short Answer Type Questions)

Note :- Answer **any four** questions. You have to delimit your each answer maximum up to **200** words. Each question carries **10** marks.

खण्ड–'ब'

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश :– **किन्हीं चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने प्रत्येक उत्तर को अधिकतम **200** शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न **10** अंक का है।

2. Write the benefits of diet.

आहार के लाभ लिखिए।

3. Write the benefits of Amritahar.

'अमृताहार' के लाभ लिखिए।

4. Write the diet of a Diabetic Patient.

मधुमेह रोगी का आहार लिखिए।

5. Write a diet plan for Obesity.

मोटापा का आहार लिखिए।

6. Describe a mismatched diet.

बेमेल आहार का वर्णन कीजिए।

7. Write the benefits of Mitahar.
मिताहार के लाभ लिखिए।

8. Write the importance of Salad in diet.
आहार में सलाद का महत्व लिखिए।

9. Describe Yogic Diet.
यौगिक आहार का वर्णन कीजिए।

Section-C **2×20=40**

(Long Answer Type Questions)

Note :- Answer **any two** questions. You have to delimit your each answer maximum up to **500** words. Each question carries **20** marks.

खण्ड–'स'

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश :– **किन्हीं दो** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने प्रत्येक उत्तर को अधिकतम **500** शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न **20** अंक का है।

10. Describe the diet.
आहार की विवेचना कीजिए।

11. Write the importance of Nutrition.
पोषण का महत्व लिखिए।

12. Describe the role of nutrition in achieving health.
स्वास्थ्य प्राप्ति में पोषण का वर्णन कीजिए।

13. Describe the zero oil diet.
ज़ीरो ऑयल आहार का वर्णन कीजिए।
