

CFN-01

December - Examination 2017

Certificate in Food and Nutrition Examination**You & Your Food****आप और आपका भोजन****Paper - CFN-01****Time : 3 Hours]****[Max. Marks :- 100**

निर्देश : इस प्रश्न-पत्र के तीन खण्ड हैं - 'अ', 'ब' और 'स'। प्रत्येक खण्ड के निर्देशानुसार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

(खण्ड - अ)**10 × 2 = 20**

(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 अंकों का है।

- 1) निम्न पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।
 - (i) भोजन क्या है?
 - (ii) कुपोषण को परिभाषित कीजिए।
 - (iii) पोषक तत्व के नाम लिखिये।
 - (iv) आहार में सब्जियों का महत्व

- (v) मिश्रित खाद्य पदार्थ
- (vi) पाश्चुरीकरण
- (vii) चावल पकाने की विधि
- (viii) वसा के कार्य
- (ix) भोजन खराब होने के कारण
- (x) अण्डे की रचना

(खण्ड - ब)

4 × 10 = 40

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को अधिकतम 200 शब्दों में परिसीमित कीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 2) खमीरीकरण से आप क्या समझते हैं?
- 3) प्रोटीन के कार्य लिखिए।
- 4) शरीर में जल के कार्य लिखिए।
- 5) एक गर्भवती महिला को लोह तत्व की आवश्यकता पर टिप्पणी लिखिए।
- 6) कैलोरी की कमी का स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता है?
- 7) भोजन के कार्य व उपयोगिता समझाइए।
- 8) भोजन में खनिज लवण के महत्त्व को समझाइए।
- 9) सुविधाजनक भोज्य पदार्थों के लाभ व हानि लिखिए।

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को अधिकतम 500 शब्दों में परिसीमित कीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 10) शाकाहारी एवं मांसाहारी भोजन की विवेचना कीजिए तथा इनकी पौष्टिकता के बारे में बताइए।
- 11) विटामिन बी के कार्य, स्रोत, प्रकार तथा इसे प्रभावित करने वाले कारकों का वर्णन कीजिए।
- 12) खाद्य परिरक्षण के सिद्धान्त तथा विधियाँ विस्तार से समझाइए।
- 13) एक पेय पदार्थ का संगठन, पोषण मूल्य, प्रकार बताइए।
