

CFN-02

December - Examination 2019

Certificate in Food and Nutrition Examination**Food and Its Utility**

भोजन की उपयोगिता

Paper - CFN-02**Time : 3 Hours]****[Max. Marks :- 100**

निर्देश : यह प्रश्न पत्र 'अ', 'ब' और 'स' तीन खण्डों में विभाजित है। 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) पोषण स्तर
 - (ii) भोजन के मूल भूत समूह
 - (iii) अवशोषण
 - (iv) उपाचयन

- (v) कैल्शियम का महत्त्व
- (vi) पूरक आहार
- (vii) आई. सी. एम. आर (ICMR)
- (viii) जल के कार्य
- (ix) नवजात शिशु का आहार
- (x) वसा विलेय विटामिन

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। प्रत्येक प्रश्न 10 अंकों का है।

- 2) लौह तत्व के स्रोत, आवश्यकता तथा कमी के प्रभाव लिखिए।
- 3) शरीर में वसा के पाचन तथा अवशोषण को समझाइए।
- 4) शिशु का दूध छुड़ाना (स्तन त्याग) क्यों आवश्यक है?
- 5) भोजन सम्बन्धी भ्रान्तियों पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।
- 6) संतुलित आहार को प्रभावित करनेवाले कारक बताइए।
- 7) किशोरावस्था में वृद्धि व पोषण की आवश्यकता को समझाइए।
- 8) अति पोषण तथा अल्प पोषण में अन्तर स्पष्ट कीजिए।
- 9) पोषण स्तर के आकलन की विधियों का वर्णन कीजिए।

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

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

- 10) वृद्धावस्था में होनेवाले शारीरिक एवं पोषण सम्बन्धी परिवर्तन समझाइए। 60 वर्ष से अधिक उम्र के व्यक्ति की एकदिवसीय आहार तालिका बनाइए।
 - 11) कुपोषण के क्या कारण हैं? इसके प्रभाव को किस प्रकार दूर किया जा सकता है?
 - 12) "भोजन" शब्द को परिभाषित कीजिए। भोजन का वर्गीकरण तथा कार्य की विवेचना कीजिए।
 - 13) प्रोटीन के कार्य, आवश्यकता तथा कमी के प्रभाव पर चर्चा कीजिए।
-