

CFN-02

June - Examination 2017

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

भोजन की उपयोगिता

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

निर्देश : इस प्रश्न-पत्र 'अ', 'ब' और 'स' तीन खण्डों में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिये निर्देशों का पालन करें।

(खण्ड - अ)**10 × 2 = 20**

(अति लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : सभी 10 प्रश्न करने अनिवार्य हैं। प्रत्येक उत्तर की अधिकतम सीमा 30 शब्द होगी। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 1) निम्न पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।
 - (i) पोषण
 - (ii) संतुलित आहार
 - (iii) व्यस्कावस्था
 - (iv) खनिज की भूमिका
 - (v) विटामिन 'सी' के स्रोत

- (vi) भोजन संबन्धित भ्रान्तियां
- (vii) शैशवस्था के दौरान शारीरिक वृद्धि
- (viii) आर. डी. आई.
- (ix) किस्म नियंत्रण
- (x) पाचन

(खण्ड - ब)

4 × 10 = 40

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए। अधिकतम 200 शब्दों में उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 2) अनुपूरक भोजन क्या है तथा इसकी उपयोगिता क्या है ?
- 3) लौह तत्व के स्रोत तथा कमी के प्रभाव लिखिए।
- 4) गर्भावस्था में पौष्टिक तत्वों की आवश्यकता पर संक्षिप्त नोट लिखिए।
- 5) भारत में व्याप्त कुपोषण के कारणों का उल्लेख कीजिए।
- 6) पोषण स्तर के आकलन की विधियों का वर्णन कीजिए।
- 7) ऊर्जा की आवश्यकता तथा शारीरिक क्रियाशीलता के बीच के सम्बन्ध समझाइए।
- 8) भोजन सम्बन्धी आदतों पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।
- 9) वृद्धावस्था में शारीरिक बदलाव एवं पोषण की आवश्यकताओं को समझाइए।

(खण्ड - स)

2 × 20 = 40

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए। अधिकतम 500 शब्दों में उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 10) आहार नियोजन से आप क्या समझते हैं ? आहार नियोजन करते समय आप किन कारकों को ध्यान में रखेंगे।
- 11) शाला पूर्व बालक की वृद्धि व पोषण आवश्यकताओं को समझाइए। शाला पूर्व बालक की एक दिन की आहार तालिका का आयोजन कीजिए।
- 12) कैल्शियम व आयोडीन के कार्य, स्रोत व दैनिक आवश्यकता बताइए।
- 13) कुपोषण तथा स्वास्थ्य पर विस्तृत टिप्पणी लिखिए।
