

[19921]

Seat No: .....

No. of Printed pages : 2

Sardar Patel University  
F Y B.Sc (Home) I Semester  
22<sup>nd</sup> November 2016, Tuesday

Introduction to Foods and Nutrition (UH01CFDN11)  
10:00 am - 12:00 pm

Total Marks 30

Note:

Figures to the right indicate marks  
All questions are compulsory

Q 1 Define balanced diet. Explain the basic five food groups in detail with examples. (08)

OR

Q1 Define food. Explain the functions of food in detail with examples. (08)

Q 2 Write the functions of any 03: (09)

- Protein
- Vitamin C
- Iron
- Vitamin A
- Calcium

Q3 Give reasons on any four: (08)

- Nutrition is important for healthy living.
- Germination is a good way of improving the nutritive value of food.
- Protein is essential in growing years.
- Minerals are essential part of our diet.
- Blanching is very beneficial in cooking.

Q4 Say true or false: (05)

- Calcium is needed for teeth and bones.
- Thiamin causes Beriberi.
- Vitamin C is essential for the absorption of Iron.
- Riboflavin is also known as Vitamin B3.
- Nicotinamide and Niacinamide are same.

ગુજરાતી તરજુમો

પ્ર૧. સંતુલિત આહાર ની વ્યાખ્યા આપી પાયા ના પાંચ ખાધજુથ વિસ્તાર થી સમજાવો. (૦૮)

અથવા

પ્ર૧. આહાર ની વ્યાખ્યા આપી આહાર ના કાર્યો વિસ્તાર થી સમજાવો. (૦૮)

પ્ર૨. ગમે તે ત્રણ ના કાર્યો લખો: (૦૯)

- પ્રોટીન
- વિટામીન -સી
- લોહત્વ
- વિટામીન -એ
- કેલ્શિયમ

પ્ર૩. કારણ આપો: (કોઈ ચાર) (૦૮)

- સ્વાસ્થ જીવન માટે પોષણ જરૂરી છે.
- આહાર ની પોષકતા વધારવા ફણગવવું એ સારી પદ્ધતિ છે.
- પ્રોટીન શારિરિક વિકાસ માટે જરૂરી છે.
- ક્ષાર આપણા આહાર નું અગત્ય નો ભાગ છે.
- બ્લાન્ચિંગ રાધવા માટે ફાયદાકારક છે.

પ્ર૪. સાચું કે ખોટું લખો: (૦૫)

- હાડકા અને દાંત માટે કેલ્શિયમ જરૂરી છે.
- બેરી-બેરી થાયમીન થી થાય છે.
- લોહત્વ ના શોષણ માટે વિટામીન-સી જરૂરી છે.
- રીબોફલેવીન બી-૩ ના નામ થી ઓળખાય છે.
- નિકોટિનઅમાઈડ અને નાયસીનઅમાઈડ સરખા છે.