

Total No. of Printed Pages—4

1 SEM TDC GEHM (CBCS) GE 1

2 0 2 2

(Nov/Dec)

HOME SCIENCE

(Generic Elective)

Paper : GE-1

(**Human Nutrition**)

Full Marks : 53

Pass Marks : 21

Time : 3 hours

*The figures in the margin indicate full marks
for the questions*

1. খালী ঠাইবোৰ পূৰণ কৰা : 1×5=5

Fill in the blanks :

(a) _____ হাড় আৰু দাঁতৰ গঠনত সহায় কৰে ।
_____ helps in the formation of bones and
teeth.

(b) ভিটামিন D এবিধ _____ দ্ৰৱণীয় ভিটামিন ।
Vitamin D is a/an _____ soluble vitamin.

(c) গোটা বা জুলীয়া সকলো _____ দ্বাৰাই আমাৰ শৰীৰত পুষ্টি সাধন হয়।

_____ can be of solid or liquid, through which our body acquires nutrients.

(d) কাৰ্ব'হাইড্ৰেট আৰু চৰ্বিয়ে শৰীৰত _____ যোগান ধৰে।

Carbohydrate and fats supply _____ to our body.

(e) উত্তম স্বাস্থ্যৰ কাৰণে _____ আহাৰৰ প্ৰয়োজন।

_____ diet is essential for good health.

2. শুদ্ধ বা অশুদ্ধ লিখা :

1×5=5

Write true or false :

(a) সকলো প্ৰয়োজনীয় পুষ্টি আহাৰে শৰীৰত যোগান ধৰে।

Food supplies all the essential nutrients for health.

(b) দৃষ্টিশক্তি ভালৈ ৰাখিবলৈ ভিটামিন Dৰ প্ৰয়োজন।

Vitamin D is essential for proper vision.

(c) আহাৰে আমাৰ মনস্তাত্ত্বিক আৰু আবেগিক তৃপ্তিত সহায় কৰে।

Food can satisfy our psychological and emotional needs.

(d) আহিবনৰ অভাৱত গৰল ৰোগ হয়।

Iron deficiency causes anaemia.

(e) পুষ্টিৰ প্ৰয়োজনীয়তা বয়স আৰু লিংগভেদে বেলেগ বেলেগ হয়।

The nutritional requirement varies according to the age and sex.

3. তলত দিয়াবোৰৰ অৰ্থ লিখা :

2×5=10

Write the meanings of the following :

(a) স্বাস্থ্য

Health

(b) অপুষ্টি

Malnutrition

(c) শৰীৰ গঠনকাৰী আহাৰ

Body-building food

(d) আঁহজাতীয় খাদ্য

Dietary fibre

(e) প্ৰ'টিন

Protein

4. আহাৰ আৰু স্বাস্থ্যৰ সম্পৰ্কৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰা।

6

Explain about the relationship between food and health.

5. আহাৰে সম্পাদনা কৰা শাৰীৰিক বা দৈহিক কামৰ বিষয়ে লিখা । 7
Write about the physiological function of food.
6. গৰ্ভৱতী মহিলাৰ এটা দিনৰ খাদ্য-তালিকা প্ৰস্তুত কৰা । 10
Plan a day's menu for a pregnant woman.

অথবা /Or

প্ৰসূতি মাতৃৰ পৰিপৌষ্টিক প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে চমুকৈ আলোচনা কৰা । 10

Discuss briefly the nutritional requirement of nursing mother.

7. সুসম আহাৰৰ সংজ্ঞা দিয়া । পৰিয়ালৰ খাদ্য অভ্যাস আৰু সংস্কৃতিয়ে আহাৰত কেনেকৈ প্ৰভাৱ পেলায়, আলোচনা কৰা । 10
Define balanced diet. Discuss how can food habit and culture of a family influenced on diet.

অথবা /Or

খনিজ লৱণ কি ? শিশুৰ বৃদ্ধি আৰু বিকাশত আয়'ডিনৰ অভাৱে কি প্ৰভাৱ পেলায়, উল্লেখ কৰা । 10

What is minerals? Mention the effects of iodine deficiency in growth and development of children.

★★★