

**BACHELOR'S DEGREE
PROGRAMME (BDP)
Term-End Examination
June, 2025**

**(Application Oriented Course)
ANC-1 : NUTRITION FOR THE COMMUNITY**

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 100

Note : (i) *Question No. 1 is compulsory.*

(ii) *Answer **five** questions in all.*

(iii) *All questions carry equal marks.*

1. (a) Fill in the blanks : 10×1=10

- (i) A recipe which gives consistently the same results everytime it is used, is known as recipe.
- (ii) A low height for age is indicative of
- (iii) means a deficiency or lack of one or more nutrients in our body.

- (iv) is the enzyme which helps in the partial digestion of carbohydrates in the mouth.
- (v) Ghee and butter are rich in fatty acids.
- (vi) helps in clotting of the blood in our body and known as 'antibleeding vitamin'.
- (vii) present in certain plants foods interferes with the body's ability to produce and use thyroxine, an Iodine containing hormone.
- (viii) Food items that can spoil very easily are known as foods.
- (ix) is a condition arising from the deficiency of Thiamine.
- (x) is a type of food poisoning that involves microorganisms present in the food at the time it is consumed.

- (b) Explain the following in **2-3** sentences each, giving examples : $2 \times 5 = 10$
- (i) Physiological function of food
 - (ii) Causes of food spoilage
 - (iii) Available carbohydrates
 - (iv) Food adulteration
 - (v) Kwashiorkor
2. (a) Enumerate the major functions of carbohydrates in our diet. What is the role of non-available carbohydrates in our body ? $3+3$
- (b) Write the *three* functions of food in our body. Explain any *one* of them briefly. $1+3$
- (c) Enlist the sources of calcium in our diet. What are the consequences of Vitamin D deficiency in our body ? $2+4$
- (d) Write the function and sources of the following : $2+2$
- (i) Folic acid
 - (ii) Vitamin B₁₂

3. (a) Define meal planning. Explain any *two* factors that influence the meal planning of an individual. 2+3+3
- (b) Elaborate the concept of balanced diet, giving suitable examples. 7
- (c) Describe the functions of fat in our body. 5
4. (a) What are the dietary considerations you will keep in mind while planning a meal for the following ? 8+7
- (i) 6-12 months age infant
- (ii) Adolescents
- (b) Define food budgeting. Explain the role of family income in making a food budget. 1+4
5. (a) What points will you consider while selecting the following food items ? 5+5
- (i) Milk and milk products
- (ii) Vegetables and fruits

(b) Explain in detail the principle of food presentation involved in the following methods : 5

- (i) Pasteurization of milk
- (ii) Sun drying of mangoes
- (iii) Addition of high amount of salt in making pickle
- (iv) Addition of sodium benzoate in Jam
- (v) Smoking of fish

(c) Describe the classification of food based on Perishability. 5

6. Explain the following briefly giving examples : 5+5+5+5

- (a) Food laws
- (b) Clinical features of PEM
- (c) Fluorosis
- (d) Maternal malnutrition

7. (a) Define the term 'Obesity' ? Explain the dietary management of obesity. 1+5
- (b) Elaborate on the risk factors of coronary heart disease. 7
- (c) What are the preventive measures you may adopt to prevent anaemia ? 7
8. Write short notes on any *four* of the following : 5+5+5+5
- (a) Diet survey methods (any *two*)
- (b) Flowchart of operations in food service establishment
- (c) Work schedule
- (d) Objectives and components of ICDS
- (e) Dietary management of Diarrhoea

ANC-1

स्नातक उपाधि कार्यक्रम (बी. डी. पी.)

सत्रांत परीक्षा

जून, 2025

(व्यवहारमूलक पाठ्यक्रम)

ए.एन.सी.-01 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : (i) प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।

(ii) कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

(iii) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. (क) रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए : $10 \times 1 = 10$

(i) जिस रेसिपी को हर बार उपयोग करने पर लगातार एक ही परिणाम मिलता है, उसे

रेसिपी कहते हैं।

(ii) आयु के अनुसार कम लम्बाई का संकेत है।

(iii) का अर्थ हमारे शरीर में एक या अधिक पोषक तत्वों की कमी है।

- (iv) वह एंजाइम है जो मुँह में कार्बोहाइड्रेट के आंशिक पाचन में मदद करता है।
- (v) घी तथा मक्खन में वसीय अम्ल प्रचुर मात्रा में होता है।
- (vi) हमारे शरीर में रक्त का थक्का जमने में मदद करता है और इसे 'रक्तस्रावरोधी विटामिन' के रूप में जाना जाता है।
- (vii) कुछ पौधों में उपस्थित, थायरोक्सिन, एक आयोडीन युक्त हॉर्मोन के उत्पादन तथा उपयोग करने की शरीर की क्षमता को प्रभावित करता है।
- (viii) जो खाद्य पदार्थ बहुत आसानी से खराब हो सकते हैं, उन्हें खाद्य पदार्थ कहा जाता है।
- (ix) थायामिन की कमी से हो जाता है।
- (x) एक प्रकार की खाद्य विषाक्तता है जो भोजन करते समय उसमें उपस्थित सूक्ष्मजीवों के कारण होती है।

(ख) निम्नलिखित को उदाहरण सहित 2-3 वाक्यों में स्पष्ट

कीजिए :

2×5=10

- (i) भोजन के शरीर क्रियात्मक कार्य
- (ii) खाद्य पदार्थों के खराब होने के कारण
- (iii) उपलब्ध कार्बोज
- (iv) खाद्य अपमिश्रण
- (v) क्वाशियोरकर

2. (क) हमारे आहार में कार्बोहाइड्रेट के प्रमुख कार्य बताइए।

हमारे शरीर में अनुपलब्ध कार्बोहाइड्रेट की क्या भूमिका है ?

3+3

(ख) हमारे शरीर में भोजन के तीन कार्यों को लिखिए। उनमें

से किसी एक को संक्षेप में समझाइए।

1+3

(ग) हमारे आहार में कैल्शियम के स्रोतों की सूची बनाइए।

हमारे शरीर में विटामिन 'डी' की कमी के क्या परिणाम होते हैं ?

2+4

(घ) निम्नलिखित के कार्य तथा स्रोत बताइए :

2+2

- (i) फोलिक अम्ल
- (ii) विटामिन बी₁₂

3. (क) आहार नियोजन को परिभाषित कीजिए। किसी व्यक्ति के आहार नियोजन को प्रभावित करने वाले किन्हीं दो कारकों को समझाइए। 2+3+3
- (ख) संतुलित आहार की अवधारणा की उदाहरण सहित व्याख्या कीजिए। 7
- (ग) हमारे शरीर में वसा के कार्यों का वर्णन कीजिए। 5
4. (क) निम्नलिखित का आहार नियोजन करते समय, आप किन आहार सम्बन्धी विचारणीय बातों का ध्यान रखेंगे ? 8+7
- (i) 6-12 माह के शिशु
- (ii) किशोर
- (ख) खाद्य बजट को परिभाषित कीजिए। खाद्य बजट बनाने में परिवार की आय की भूमिका को समझाइए। 1+4
5. (क) निम्नलिखित का चयन करते समय आप किन बातों को ध्यान में रखेंगे ? 5+5
- (i) दूध तथा दूध से बने पदार्थ
- (ii) सब्जियाँ तथा फल

(ख) निम्नलिखित विधियों में सम्मिलित खाद्य परिरक्षण के सिद्धांत को विस्तार से समझाइए : 5

- (i) दूध का पाश्चुरीकरण
- (ii) आम को धूप में सुखाना
- (iii) अचार बनाने में अधिक मात्रा में नमक मिलाना
- (iv) जैम में सोडियम बेन्जोएट मिलाना
- (v) मछली को धुआँ देना

(ग) खराब होने के आधार पर भोजन के वर्गीकरण को बताइए। 5

6. निम्नलिखित को उदाहरण सहित संक्षेप में समझाइए :

5+5+5+5

- (क) खाद्य नियम
- (ख) पी. ई. एम. के नैदानिक लक्षण
- (ग) फ्लुओरोसिस
- (घ) मातृक कुपोषण

7. (क) 'मोटापा' को परिभाषित कीजिए। मोटापे के आहारिय प्रबंधन को समझाइए। 1+5

(ख) हृदय धमनी सम्बन्धी रोग के खतरे के कारक को
विस्तार से बताइए। 7

(ग) एनीमिया की रोकथाम के लिए आप किन उपायों को
अपनायेंगे ? 7

8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ
लिखिए : 5+5+5+5

(क) आहार सर्वेक्षण के तरीके (कोई दो)

(ख) भोजन परिवेषण संस्था के संचालन का प्रवाह चार्ट

(ग) कार्य सूची

(घ) आई. सी. डी. एस. के उद्देश्य तथा अवयव

(ङ) अतिसार में आहार व्यवस्था

× × × × ×