

No. of Printed Pages : 5

ANC-001

**BACHELOR'S DEGREE
PROGRAMME (BDP)**

Term-End Examination

June, 2026

(APPLICATION ORIENTED PROGRAMME)

ANC-001 : NUTRITION FOR THE COMMUNITY

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 100

ମୁଦ୍ରଣ ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା : 5

ANC-001

ସ୍ନାତକ ଡିଗ୍ରୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ (BDP)

ଚର୍ମ-ସମାପ୍ତି ପରୀକ୍ଷା

ଜୁନ୍ - 2026

(ଆପ୍ଲିକେସନ୍ ଓରିଏଣ୍ଟେଡ୍ ପ୍ରୋଗ୍ରାମ୍)

ANC-001 : ଗୋଷ୍ଠସମାଜ ପାଇଁ ପୁଷ୍ଟିସାର

ସମୟ : 3 ଘଣ୍ଟା

ସର୍ବାଧିକ ନମ୍ବର : 100

ନୋଟ୍ : (i) ସମସ୍ତ ପାଞ୍ଚୋଟି ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଦିଅ ।

(ii) ପ୍ରଶ୍ନ ସଂଖ୍ୟା ହେଉଛି ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ ।

(iii) ସମସ୍ତ ପ୍ରଶ୍ନରୁ ଡିକର ମୂଲ୍ୟ ସମାନ ।

1. (a) ନିମ୍ନଲିଖିତ ପ୍ରତ୍ୟେକକୁ **2-3** ଧାଡ଼ିରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କର : $5 \times 2 = 10$

- (i) ସବୁଜିତ ଆହାର
- (ii) ଖାଦ୍ୟ ଅପମିଶ୍ରଣ
- (iii) ପୃଷ୍ଠିସାରଗତ ଛିତି
- (iv) ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍
- (v) ମିନାର୍ଟ

(b) ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର : $10 \times 1 = 10$

- (i) ର ଅଭାବରୁ ସ୍ବର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ ।
- (ii) ଏକ ଗ୍ରାମର କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ମୋଟ ଉପରେ
kcal ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ।
- (iii) ଜଣେ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୋଟ ଶରୀର ଓଜନର ମୋଟ ଉପରେ
..... ଶତକଡ଼ା ହେଉଛି ଜଳ ।
- (iv) କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରୁଥିବା ଜଣେ ଶ୍ରମିକଙ୍କର ଖାଦ୍ୟ ଯୋଜନାରେ
..... ରେ ଭରପୁର ଖାଦ୍ୟ ଅଧିକ ହେବା ଉଚିତ୍
- (v) ଅଣ-ସକ୍ରିୟ କରିବା ପାଇଁ ପନିପରିବାରୁଚକ ଫ୍ରିଜିଂ
କରିବା ପୂର୍ବରୁ ବ୍ଲଟିଂ କରାଯାଏ ।
- (vi) ରେଡିନାର ରତ୍ ପ୍ରତି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ

- (vii) ଜଣେ ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାଙ୍କ ରକ୍ତରେ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍ ସ୍ତର
..... ଗ୍ରା/100 ମିଲି ରୁ କମ୍ ହୋଇଥିଲେ ତାକୁ
ଆନେମିଆ ଛାଡି କୁହାଯାଏ ।
- (viii) ବୟସ୍କ ଲୋକଙ୍କଠାରେ ଭିଟାମିନ୍ D ର ଅଭାବକୁ
କୁହାଯାଏ ।
- (ix) ଶୁଖିଲା ମଟରରେ ଅପମିଶ୍ରକ ମିଶାଇ ତାକୁ ଗାଢ଼ା
ସବୁଜ ରଙ୍ଗ କରାଯାଏ ।
- (x) ଉଚ୍ଚତା ବୁଲନାରେ କମ୍ ଓଜନ ହେବାକୁ କୁହାଯାଏ ।

2. (a) ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଏବଂ ସାମାଜିକ ଦିଗର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣତା
ଆଲୋଚନା କର । 8
- (b) ଆମ ଶରୀରରେ ପ୍ରୋଟିନ୍‌ର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା କଣ ? ଆମ ଆହାରରେ ଗୋଟିଏ
ପ୍ରାଣୀଭିତ୍ତିକ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଏବଂ ଗୋଟିଏ ପରିବାହିତ୍ତିକ ପ୍ରୋଟିନ୍ ର ଉଦାହରଣ ଦିଅ ।
4+2
- (c) ଅଣ-ଉପଲବ୍ଧ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ କଣ ? ଏହା କିପରି ଆମ ଶରୀରରେ ଭୂମିକା
ନିଭାଇଥାଏ । 6
3. (a) ଆମ ଶରୀରରେ ଆଇରନ୍‌ର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା ସଂକ୍ଷିପ୍ତରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କର । ଆଇରନ୍‌ରେ
ଭରପୁର ଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଉତ୍ପ୍ରଗୁତିକ ବର୍ଣ୍ଣନା କର । 4+2
- (b) ସୁପାରିଶ କରାଯାଉଥିବା ଆହାରଗତ ଭଣ୍ଡା କଣ ? ସନ୍ତୁଳିତ ଆହାର ଯୋଜନା
କଲାବେଳେ ଏହାର ଭୂମିକା ବର୍ଣ୍ଣନା କର ? 2+6
- (c) ସାଧାରଣ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ ଭିଟାମିନ୍ A ର ଭୂମିକା ବର୍ଣ୍ଣନା କର । 6

4. (a) ବିଭିନ୍ନ ଆହାର ପ୍ରକାର ବ୍ୟବହାର କରି କିପରି ଖାଦ୍ୟକୁ ସୁସ୍ୱାଦୁ ଏବଂ ଆକର୍ଷଣୀୟ କରାଯାଇପାରିବ, ପ୍ରସ୍ତାବ ଦିଅ । 6
- (b) ସଫଳ ଭାବରେ ସ୍ତନପାନ କରାଇବା ପାଇଁ ମାଆର ଖାଦ୍ୟ ଯୋଜନା କଲାବେଳେ କେଉଁସବୁ ବିଷୟକୁ ଆପଣ ଧ୍ୟାନରେ ରଖିବା ଉଚିତ୍ । 8
- (c) 6 ମାସରୁ 1 ବର୍ଷ ଭିତରେ ହୋଇଥିବା ଶିଶୁର ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ଯୋଜନା କଲାବେଳେ କେଉଁସବୁ ବିଷୟକୁ ଆପଣ ଧ୍ୟାନରେ ରଖିବା ଉଚିତ୍ । 6
5. (a) ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହେଉଥିବାର ବିଭିନ୍ନ କାରଣଗୁଡ଼ିକ ଉଲ୍ଲେଖ କର । 5
- (b) ଖାଦ୍ୟ ମାନଦଣ୍ଡ କଣ ? 5
- (c) ଆମେ କାହିଁକି ଖାଦ୍ୟ ସଂରକ୍ଷଣ କରୁ । ଘରେ ସାଧାରଣ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର ହେଉଥିବା କୌଣସି ଦୁଇଟି ଖାଦ୍ୟ ସଂରକ୍ଷଣ ପଦ୍ଧତି ବର୍ଣ୍ଣନା କର । 10
6. (a) ଜଣେ ଡାଇବେଟିସ୍ ରୋଗୀ ପାଇଁ ତୁମେ ସୁପାରିଶ କରୁଥିବା ଆହାରର ଗୁଣ ନିୟମାବଳୀ ଏବଂ ଆହାରର ଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସଂକ୍ଷିପ୍ତରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କର । 8
- (b) ପ୍ରୋଟିନ୍ ଶକ୍ତି ଅଭାବର ନୈଦାନିକ ବିଶେଷତାଗୁଡ଼ିକ କଣ ? 6
- (c) ସାଧାରଣ ପରିମାପଯୁକ୍ତ ଆହାର କଣ ? ଏକ ଖାଦ୍ୟ ସେବା ଯୁନିଟ୍‌ରେ ଏହାର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଲୋଚନା କର । 6
7. (a) ପିଲାମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକରତା ପାଇଁ ସରକାରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳନା କରାଯାଉଥିବା କୌଣସି ଦୁଇଟି ଅତିରିକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗାଣ ଉଲ୍ଲେଖ କର । କୌଣସି ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଉପଦାନଗୁଡ଼ିକ ଏବଂ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସଂକ୍ଷେପରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କର । 2+4

(b) ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣର ବିସ୍ତାର କଣ ? ଏହାର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣତା ଉଲ୍ଲେଖ କର । 4

(c) ଏକ ଖାଦ୍ୟସେବା ଯୁନିଟ୍ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ କ୍ରୟ କଲାବେଳେ କେଉଁସବୁ କ୍ରୟ ପଦ୍ଧତି ତୁମେ ଅନୁସରଣ କରିବ ? ସଂକ୍ଷେପରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କର ? 10

8. ନିମ୍ନଲିଖିତ ମଧ୍ୟରୁ କୌଣସି ଚାରୋଟି ବିଷୟରେ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ନୋଟ୍ ଲେଖନ୍ତୁ :

4×5=20

(a) ମାତୃଗତ ପୃଷ୍ଠିସାରର ଅଭାବ ଏବଂ ଏହାର ଫଳାଫଳ

(b) ପୁରୋସିଦ୍ଧି

(c) ସ୍କୁଲ୍ ଯିବା ପୂର୍ବ ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବାକୁ ଥିବା ପଦକ୍ଷେପ ।

(d) ମୋଟାପଣତା ପୃଷ୍ଠି ହେବାର କାରଣ ।

(e) ଗର୍ଭବତୀ ଥିବା ସମୟରେ ଶରୀରଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ।

XXXXXXXX