No. of Printed Pages : 11 **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*

Note *: (i) Answer **five** questions in all.*

(ii) Question no. 1 is compulsory.

(iii) All questions carry equal marks.

1. (a) Define the following in **2-3** lines each : 5×2=10

    (i) Balanced diet

    (ii) Food adulteration

    (iii) Nutritional status

    (iv) Essential fatty acids

    (v) Menarche

(b) Fill in the blanks : 10×1=10

(i) Scurvy is due to the deficiency of ....

(ii) One gram of carbohydrate provides approximately .... kcal.

(iii) Water makes up approximately .... percent of the total body weight of an adult.

(iv) Meal plan for a heavy worker would have more of .... rich foods.

(v) Blanching of vegetables before freezing is done to deactivate ....

(vi) Rods of Retina are sensitive to ....

(vii) In pregnant women, the haemoglobin levels below .... g / 100 ml in blood is considered as anaemia.

(viii) The Vitamin D deficiency in adults is known as ....

(ix) Dried peas are coloured with adulterant .... to give a bright green colour.

(x) A low weight for height is called as ....

2. (a) Discuss the importance of physical, mental, spiritual and social dimensions of health. 8

(b) What are the functions of protein in our body ? List *two* rich sources each of animal and vegetable protein in our diet. 4+2

(c) What are non-available carbohydrates ? What is their role in our body ? 6

3. (a) Briefly explain the functions of iron in our body. List the importance food sources of iron. 4+2

(b) What are Recommended Dietary Allowances ? Explain its uses in planning balanced diets ? 2+6

(c) Discuss the role played by Vitamin A in maintaining normal vision. 6

4. (a) Give suggestions on how to make meals appealing and attractive by using variety in menu planning. 6

(b) What points would you keep in mind while planning meals for a nursing mother to ensure successful lactation ? 8

(c) What points will you keep in mind while feeding infants 6 months to 1 year of age ? 6

5. (a) Enlist the factors which contribute to food spoilage. 5

(b) What are food standards ? 5

(c) Why do we preserve foods ? Describe any *two* methods of food preservation commonly used at home. 10

6. (a) Briefly explain the dietary principles and dietary modifications you will advocate to a diabetic patient. 8

(b) What are the clinical features of protein energy malnutrition ? 6

(c) What is a standardized recipe ? Discuss its relevance in a food service unit. 6

7. (a) List any *two* supplementary feeding programmes run by our government for the welfare of children. Explain briefly the components and objectives of any *one* of the programmes. 2+4

   (b) What is growth monitoring ? Enlist its significance. 4

   (c) What are the different methods of purchase you can adopt to procure food for a food service unit ? Explain briefly. 10

8. Write short notes on any *four* of the following : 4×5=20

   (a) Maternal malnutrition and its consequences

   (b) Fluorosis

   (c) Handy tips for feeding preschoolers

   (d) Factors which favour the development of obesity

   (e) Physiological changes during pregnancy

ANC–001

स्नातक उपाधि कार्यक्रम (बी. डी. पी.)

सत्रांत परीक्षा

जून, 2026

(व्यवहारमूलक कार्यक्रम)

ए.एन.सी.–001 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे *अधिकतम अंक : 100*

नोट : *(i) कुल **पाँच** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।*

(ii) प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।

(iii) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

---

1. (क) निम्नलिखित को **2–3** वाक्यों में परिभाषित कीजिए :

5×2=10

(i) संतुलित आहार

(ii) खाद्य पदार्थों में मिलावट

(iii) पोषण स्तर

(iv) आवश्यक वसा अम्ल

(v) मासिक धर्म की शुरुआत

(ख) रिक्त स्थान भरिए : 10×1=10

(i) स्कर्वी, ... की कमी के कारण होता है।

(ii) एक ग्राम कार्बोहाइड्रेड लगभग................ किलो–कैलोरी ऊर्जा प्रदान करता है।

(iii) पानी, वयस्क शरीर के कुल भाग का लगभग .... प्रतिशत होता है।

(iv) एक घोर परिश्रम वाला कार्य करने वाले श्रमिक वयस्क के लिए आहार नियोजन बनाने हेतु .... खाद्य पदार्थों की मात्रा अधिक होनी चाहिए।

(v) सब्जियों को फ्रीज करने से पहले ब्लांचिंग, ... को निष्क्रिय करने के लिए की जाती है।

(vi) दृष्टि पटल की रॉड्स .... के प्रति संवेदनशील होती हैं।

(vii) गर्भवती महिलाओं में रक्त में .... ग्राम/100 मिलीलीटर से कम हीमोग्लोबिन का स्तर अनीमिया माना जाता है।

(viii) वयस्कों में विटामिन 'डी' की कमी को .... कहा जाता है।

(ix) सूखे मटर को चमकीला, हरा रंग देने के लिए मिलावटी .... से रंगा जाता है।

(x) ऊँचाई के अनुपात में कम वजन होने को .... कहा जाता है।

2. (क) स्वास्थ्य के शारीरिक, मानसिक, आत्मिक और सामाजिक आयामों के महत्व पर चर्चा कीजिए। 8

(ख) हमारे शरीर में प्रोटीन के क्या कार्य हैं ? हमारे आहार में पशु और वनस्पति से प्राप्त प्रोटीन की अधिकता वाले **दो-दो** स्रोतों की सूची बनाइए। 4+2

(ग) उपलब्ध कार्बोज क्या होते हैं ? हमारे शरीर में इनकी क्या भूमिका है ? 6

3. (क) हमारे शरीर में लौह तत्व के कार्यों को संक्षेप में समझाइए। लौह तत्व के महत्वपूर्ण खाद्य स्रोतों की सूची बनाइए। 4+2

(ख) प्रस्तावित दैनिक मात्रा क्या है ? सन्तुलित आहार की योजना बनाने में इनके उपयोग की व्याख्या कीजिए।

2+6

(ग) सामान्य दृष्टि बनाए रखने में विटामिन 'ए' की भूमिका पर चर्चा कीजिए। 6

4. (क) आहार नियोजन में विविधता का उपयोग करके भोजन को आकर्षक और लुभावना बनाने के तरीके सुझाइए।

6

(ख) स्तनपान कराने वाली माँ के लिए भोजन की योजना बनाते समय आप किन बातों का ध्यान रखेंगे ताकि स्तनपान की प्रक्रिया सफल हो सके ? 8

(ग) छः महीने से एक वर्ष तक के शिशु आहार के लिए आप किन बातों का ध्यान रखेंगे ? 6

5. (क) उन कारकों की सूची बनाइए जो खाद्य पदार्थों को खराब होने में योगदान देते हैं। 5

(ख) खाद्य मानक क्या हैं ? 5

(ग) हम भोजन परिरक्षण क्यों करते हैं ? घर पर आमतौर पर भोजन परिरक्षण की किन्हीं **दो** विधियों का वर्णन कीजिए। 10

6. (क) संक्षेप में उन आहार सिद्धांतों और आहार बदलाव बताइए जिनकी आप मधुमेह रोगी को सलाह देंगे। 8

(ख) प्रोटीन–ऊर्जा कुपोषण के नैदानिक लक्षण क्या हैं ? 6

(ग) प्रमाणिकीकृत विधि क्या है ? किसी भोजन परिवेषण इकाई में इसकी प्रासंगिकता पर चर्चा कीजिए। 6

7. (क) बच्चों के कल्याण के लिए सरकार द्वारा चलाए जा रहे किन्हीं **दो** पूरक आहार कार्यक्रमों की सूची बनाइए। इनमें से **एक** कार्यक्रम के घटकों और उद्देश्यों को संक्षेप में समझाइए। 2+4

(ख) वृद्धि अनुवीक्षण क्या है ? इसके महत्व को सूचीबद्ध कीजिए। 4

(ग) किसी भोजन पर्यवेक्षण इकाई के लिए भोजन प्राप्त करने हेतु आप खरीदारी के कौन–से तरीके अपना सकते हैं ? संक्षेप समझाइए। 10

8. निम्नलिखित में से किन्हीं **चार** पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : $4 \times 5 = 20$

(क) मातृक कुपोषण और उसके परिणाम

(ख) फ्लुओरोसिस

(ग) शालापूर्व बच्चों को भोजन खिलाने के लिए उपयोगी सुझाव

(घ) मोटापा को बढ़ावा देने वाले कारक

(ङ) गर्भावस्था के दौरान होने वाले शारीरिक परिवर्तन

× × × × ×