

**CERTIFICATE IN NUTRITION AND
CHILD CARE (CNCC)**

Term-End Examination

June, 2026

CNCC-001 : NUTRITION FOR THE COMMUNITY

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 100

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

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

(iii) *All questions carry equal marks.*

1. (a) List any *three* essential amino acids. 3
- (b) What is the role of vitamin K in the body ? 3
- (c) List any *two* points to remember while purchasing fats and oils. 2
- (d) Name *two* methods of food preservation at home-scale giving examples of foods. 2
- (e) Define the following terms : 5×2=10
 - (i) Goitre

- (ii) Colostrum
 - (iii) Gluten
 - (iv) Ariboflavinosis
 - (v) BodyMass Index
2. (a) Describe the physiological, social and psychological functions of food. 10
- (b) Distinguish between clinical features of Kwashiorkor and Marasmus. 6
- (c) Why is it important to monitor the growth of children ? How is it done ? 4
3. (a) Enumerate the points to be kept in mind while selecting fresh foods. 7
- (b) What are the major causes of food spoilage ? Elaborate. 7
- (c) Give some tips to a young mother on how to feed her infant from birth to one year of age. 6
4. (a) What are the physiological changes which happen in a pregnant woman ? 8
- (b) Briefly describe the function performed by the following nutrients in your body : 4+4+4
- (i) Proteins
 - (ii) Vitamin A
 - (iii) Sodium

5. (a) What are the steps involved in making a budget for a family ? 5
- (b) Discuss briefly how malnutrition favours infection. 5
- (c) What are the kind of snacks that children should avoid eating. Suggest some healthy snacking options. 5
- (d) What considerations should be kept in mind while planning menus for a school canteen ? 5
6. (a) What factors will you keep in mind while planning a meal for an adult ? Explain with suitable examples. 7
- (b) Provide some intelligent buying tips for families to buy the best product with the available money. 7
- (c) What are the clinical features of Rickets ? How will you prevent it ? 6
7. (a) Explain how reduction in fat intake can be achieved in our normal diets. 5
- (b) Which nutrients are of importance for a lactating woman ? Which foods can be selected to meet these requirements ? 7
- (c) Briefly explain the process of digestion of food in the mouth, stomach and small intestine. 8

8. Write short notes on any *four* of the following : 5+5+5+5

- (i) Nutrition education tools
- (ii) Common adulterants in food
- (iii) Approaches to increasing vitamin A consumption in the community
- (iv) Nutrition component of the ICDS programme
- (v) Functions of Dietary fibre

CNCC-001**पोषण और बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र****(सी.एन.सी.सी.)****सत्रांत परीक्षा****जून, 2026****सी.एन.सी.सी.-001 : समुदाय और 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) किन्हीं तीन अमीनो अम्लों को सूचीबद्ध कीजिए। 3****(ख) हमारे शरीर में विटामिन 'के' की क्या भूमिका है ? 3****(ग) वसा एवं तेल खरीदते समय किन दो बिन्दुओं को ध्यान में रखेंगे ? 2****(घ) घरेलू स्तर पर प्रयुक्त होने वाली खाद्य परिरक्षण की किन्हीं दो विधियों का उदाहरण सहित नाम बताइए। 2**

(ङ) निम्नलिखित को परिभाषित कीजिए : $5 \times 2 = 10$

- (i) गलगंड
- (ii) नवदुग्ध
- (iii) ग्लूटेन
- (iv) राइबोफ्लेविन हीनता
- (v) बॉडी मास इंडेक्स

2. (क) भोजन के शरीरक्रियात्मक, सामाजिक एवं मनोवैज्ञानिक कार्यों का वर्णन कीजिए। 10

(ख) क्वाशियोरकॉर और मरास्मस के नैदानिक लक्षणों में अन्तर बताइए। 6

(ग) बच्चों में वृद्धि अनुवीक्षण करना क्यों महत्वपूर्ण है ?
यह किस प्रकार किया जाता है ? 4

3. (क) माँसाहारी खाद्य पदार्थों का चुनाव करते समय ध्यान में रखे जाने वाले बिन्दुओं की गणना कीजिए। 7

(ख) खाद्य पदार्थों के खराब होने के प्रमुख कारण क्या हैं ?
व्याख्या कीजिए। 7

(ग) एक माँ को सुझाव दीजिए कि वह बच्चे के जन्म से
1 वर्ष की आयु तक शिशु को कैसा आहार दें। 6

4. (क) गर्भवती महिला में होने वाले शारीरिक परिवर्तन क्या हैं ? 8
- (ख) आपके शरीर में निम्नलिखित पोषक तत्वों द्वारा किए जाने वाले कार्यों का संक्षेप में वर्णन कीजिए : 4+4+4
- (i) प्रोटीन
- (ii) विटामिन 'ए'
- (iii) सोडियम
5. (क) एक परिवार के लिए बजट बनाने में क्या चरण शामिल हैं ? 5
- (ख) संक्षेप में चर्चा कीजिए कि कुपोषण संक्रमण को कैसे बढ़ावा देता है। 5
- (ग) ऐसे कौन-से अल्पाहार हैं, जिन्हें बच्चों को नहीं खाना चाहिए ? कुछ स्वस्थकर अल्पाहार के विकल्पों का सुझाव दीजिए। 5
- (घ) स्कूल कैंटीन के लिए व्यंजन सूची की योजना बनाते समय किन बातों को ध्यान में रखा जाना चाहिए ? 5
6. (क) एक वयस्क के लिए आहार योजना बनाते समय किन कारकों को ध्यान में रखना जाना चाहिए ? उपयुक्त उदाहरण सहित स्पष्ट कीजिए। 7
- (ख) परिवारों को उपलब्ध धन के साथ सर्वोत्तम उत्पाद खरीदने हेतु सुझाव प्रदान कीजिए। 7

- (ग) रिकेट्स के नैदानिक लक्षण क्या हैं ? इसकी रोकथाम कैसे की जा सकती है ? 6
7. (क) समझाइए कि हमारे सामान्य आहार में वसा के सेवन को किस प्रकार कम किया जा सकता है। 5
- (ख) स्तनपान कराने वाली महिला के लिए कौन-से पोषक तत्व महत्वपूर्ण हैं ? इन आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए किन खाद्य पदार्थों का चयन किया जा सकता है ? 7
- (ग) भोजन के मुँह, आमाशय तथा छोटी आँत में पाचन की प्रक्रिया को संक्षेप में समझाइए। 8
8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5
- (i) पोषण शिक्षण उपकरण
 - (ii) खाद्य पदार्थों में आम मिलावटी पदार्थ
 - (iii) समुदाय में विटामिन 'ए' की खपत को बढ़ाने के सुझाव
 - (iv) आई.सी.डी.एस. कार्यक्रम का पोषण घटक
 - (v) आहारिय रेशे के कार्य

x x x x x