

2016

HOME SCIENCE

( General )

( Food and Nutrition )

Full Marks : 40

Time : 2 hours

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

*Answer either in English or in Assamese*

1. Fill in the blanks :

1×5=5

খালী ঠাই পূৰণ কৰা :

(a) Daily requirement of water for an adult is —.

এজন প্ৰাপ্তবয়স্ক লোকৰ দৈনিক — পানীৰ প্ৰয়োজন হয়।

(b) — deficiency in children leads to rickets.

— ৰ অভাৱত সৰু ল'ৰা ছোৱালীৰ প'ৰালগা নামৰ এবিধ ৰোগ হয়।

(c) — is a nutritional disorder commonly observed in adolescent period.

— হ'ল বয়ঃসন্ধি কালছোৱাত সাধাৰণতে দেখা দিয়া এবিধ পুষ্টি সম্বন্ধীয় সমস্যা।

(d) — is a fruit sugar.

— ক ফলমূলৰ শৰ্কৰা বুলি জনা যায়।

(e) National Nutritional Policy has been implemented under the Woman and Child Development Department since —.

মহিলা আৰু শিশু বিকাশ বিভাগৰ অধীনত — চনৰ পৰা ৰাষ্ট্ৰীয় পুষ্টি নীতি প্রচলন কৰা হৈছে।

2. Define any two of the following :  $2\frac{1}{2} \times 2 = 5$

তলত দিয়াবোৰৰ যি কোনো দুটাৰ সংজ্ঞা দিয়া :

(a) Balanced diet

সুষম আহাৰ

(b) Metabolism

বিপাক

(c) Basic five food groups

মূল পাঁচোটা খাদ্য গোষ্ঠী

(d) Importance of diet survey

খাদ্য সমীক্ষা বা খাদ্য জৰীপৰ গুৰুত্ব

3. Write short notes on/Answer the following :

5+5=10

তলত দিয়াবোৰৰ চমু টোকা লিখা/উত্তৰ দিয়া :

(a) Nutrients present in milk

গাখীৰত থকা পৰিপোষকসমূহ

Or/অথবা

Functions of water in the body

শৰীৰত পানীৰ কাৰ্যসমূহ

(b) Importance of nutrition education

পৰিপুষ্টি শিক্ষাৰ গুৰুত্ব

Or/অথবা

What are the important points to be considered while planning balanced diet?

সুষম আহাৰ পৰিকল্পনা কৰোঁতে মন কৰিবলগা গুৰুত্বপূৰ্ণ দিশসমূহ কি কি ?

4. (a) What do you mean by meal planning?

What are the principles of meal planning?

2+8=10

আহাৰ পৰিকল্পনা বুলিলে কি বুজা? আহাৰ পৰিকল্পনাৰ নীতিসমূহ কি কি ?

( 4 )

Or/অথবা

What is food preparation? Why is it important? How will you preserve nutrients while preparing food? 2+2+6=10

খাদ্য বন্ধন কি? বন্ধনৰ প্ৰয়োজনীয়তা কি? বন্ধনত খাদ্যৰ পৰিপোষকসমূহ নষ্ট হোৱাৰ পৰা কেনেকৈ সংৰক্ষণ কৰিবা?

(b) Explain the nutritional requirements of a pre-school child. Plan a whole day menu for a pre-school child. 5+5=10

প্ৰাক্-প্ৰাথমিক বিদ্যালয়ৰ শিশুৰ পৰিপুষ্টিৰ পৰিমাণৰ বিষয়ে লিখা। এটি প্ৰাক্-প্ৰাথমিক বিদ্যালয়ৰ শিশুৰ বাবে এদিনৰ আহাৰ পৰিকল্পনা কৰা।

Or/অথবা

What is food? What are the physiological and sociological functions of food? 2+8=10

খাদ্য কি? খাদ্যৰ শাৰীৰিক আৰু সামাজিক কাৰ্যসমূহ কি কি?

\*\*\*