Paper Code - 3317

B.Sc.Home Science Sem – I (New Course)

JULY-SEP – 2021

FN 101 CC -1 - **FUNDAMENTALS OF FOODS & NUTRITION**

કુલ સમય :– ૬૦ મીનીટ **કુલ પ્રશ્નો :** ૫૦ **વિદ્યાર્થીએ ટીક કરવાના પ્રશ્નો :** ૩૫

નોંધ : વિદ્યાર્થીએ માત્ર ૩૫ પ્રશ્નો જ ટીક કરવાના રહેશે. જો વધારે ટીક કરેલ હશે તો પ્રથમ ૩૫ પ્રશ્નો જ ગણતરીમાં લેવામાં આવશે.

1. મનુષ્યની પાયાની જરૂરિયાત.

a. આહાર b.પ્રવાસ c.સ્વાસ્થ્ય d.એક પણ નહીં.

2. પોષક તત્વોની ઉણપ.

a. અલ્પ પોષણ b. અતિ પોષણ c. કુપોષણ d. a અને c બંને

3. શિશુ માટે આવશ્યક એમિનો એસિડ.

a. વેલીન b.પ્રોલીન c.હિસ્ટીડીન d.એક પણ નહીં.

4. આહારના દેહ ધાર્મિક કાર્યો.

a. પાચન b.શોષણ c.ઉત્સર્જન d.તમામ

5. એક ગ્રામ પ્રોટીનમાંથી મળતી કેલરી.

a. 4 Kcal b.9 Kcal c.6 Kcal d.એક પણ નહીં.

6. સંયુક્ત ચરબી

a. ફોસ્ફો લીપીડ b.ગ્લાયકો લીપીડ c.બંને d એક પણ નહીં.

7. આહારના રાસાયણિક ઘટકો .

a. પોષકતત્વો b.વીટામીન c.ખનીજ ક્ષાર d.એક પણ નહીં.

8. પોષક તત્વોની ખામી કે અધિક માત્રાની સ્થિતિ.

a. કુપોષણ b.અવપોષણ c.અતિ પોષણ d.એક પણ નહીં.

9. આહારના કાર્યો.

a. દેહધાર્મિક b.માનસિક c.સામાજિક d.તમામ

10. એક ગ્રામ કાર્બોદિત માંથી મળતી કેલરી.

a. 4 Kcal b.9 kcal c.8 kcal d.10 Kcal

11. પ્રોટીનની ખામીથી થતો રોગ.

a. બેરીબેરી b.સ્કર્વી c.કર્યોશ્યોરકર d.ગોઈટર.

12. શક્તિ આપનાર.

a. ચરબી b.માખણ c.ઘી d.તમામ.

13. મોનોસેકેરાઈડસમાં કાર્બન આણુની સંખ્યા.

a. 2-4 b.3-6 c.4-6 d.એક પણ નહીં.

14. દ્રાક્ષ શર્કરા.

a. ગ્લુકોઝ b.ફ્રૂકટોઝ c.લેક્ટોઝ d.એક પણ નહીં.

15. શેરડીની શર્કરા .

a. સુક્રોઝ b.ગ્લુકોઝ c.ફ્રૂકટોઝ d.એક પણ નહીં.

16. દૂધ શર્કરા.

a. લેક્ટોઝ b.સુક્રોઝ c.ગ્લુકોઝ d.એક પણ નહીં.

17. સંયુક્ત પ્રોટીન

a. હિમોગ્લોબીન b.ગ્લાયકોપ્રોટીન c.બંને d.એક પણ નહીં.

18. પાણીમાં અદ્રાવ્ય .

a. ચરબી b.કાર્બોદિત c.પ્રોટીન d.એક પણ નહીં.

19.આવશ્યક ફેટી એસિડ.

a. આરકીડોનીક b.પાલ્મીટીક એસિડ c.બ્યુટાઇરીક એસિડ d.એક પણ નહીં.

20. ચરબી વગરનું દૂધ.

a. કન્ડેન્સ્ડ મિલ્ક b.સ્કીમ મિલ્ક c.ટોન્ડ મિલ્ક d.એક પણ નહીં.

21. વનસ્પતીમાં વીટામીન A

a. રેટિનોલ b.કેટોરીન c.કેલ્સીફેરોલ d.એક પણ નહીં.

22. કુદરતી વીટામીન D.

a. સૂર્ય પ્રકાશ b.કેલ્સીફેરોલ c.ઇરગોસ્ટીરોલ d.એક પણ નહીં.

23. એન્ટી હેમરેજિક વીટામીન.

a. K b.A c.D d.E

24. એન્ટીસેપ્ટીક તરીકે કાર્ય કરે છે.

a. મરીમસાલા b.ફળ c.વીટામીન d.એક પણ નહીં.

25. શ્રેષ્ઠ રાંધણ પદ્ધતિ.

a. બાફવુ b.ઉકાળવું c.તળવું d.એક પણ નહીં.

26. ટામેટામાં હોય છે.

a. લાઇકોપીન b.ફ્લેવોનોઇડસ c.રીબોફ્લેવીન d.એક પણ નહીં.

27 .આયોડીનની ઉણપ.

a. બેરી બેરી b.ગોઇટર c.પાંડુરોગ d.સ્કર્વી

28. કેલ્શીયમની ઉણપ.

a. પાંડુરોગ b.ગોઈટર c.સ્કર્વી d.સુકતાન

29. રક્તકણોને પરિપકવ બનાવવા માટે આવશ્યક.

a. થાયમીન b.રીબોફ્લેવીન c.સાયનોકોબાલ્મીન d.નાયસીન

30. નાયસીનની ઉણપ.

a. સ્કર્વી b.પેલેગ્રા c.સુકતાન d.d અક પણ નહીં.

31. બાળકો માટે આદર્શ ખોરાક.

a. દૂધ b. ફળ c. અનાજ d. એક પણ નહીં.

32. કુપોષણના કારણો.

a. ગરીબી અને કુટુંબનું કદ b. ખોરાકની ટેવો. c. સામાજિક આર્થિક પરિબળો d. તમામ

33. કુપોષણથી થતા રોગો.

a. રતાંધળાપણુ b. સ્કર્વી c. ગોઈટર d. તમામ

34. રક્ષણાત્મક ખાદ્યો.

a. ફળ b. શાકભાજી c. બંને d. એક પણ નહીં.

35. શરીર ઘડતર કરનારા ખાદ્યો.

a. પ્રાણીજ b. કઠોળ અને દાળ c. a અને b d. એક પણ નહીં.

36. વધુ ચરબી ધરાવનારા ખાદ્યો.

a. ઘી b. કઠોળ c. અનાજ d. એક પણ નહીં.

37. સંતૃપ્ત ફેટી એસિડ .

a. પાલ્મીટીક એસિડ . b. લીનોલિક એસિડ c. લીનોલીનીક એસિડ d. એક પણ નહી

38. પ્રોટીનની જરૂરિયાતનો સંબંધ.

a. શરીરનું વજન b. શરીરની ઊંચાઈ c. BMI d. એક પણ નહીં.

39. વધુ પરમાણુ ભાર ધરાવતી શર્કરા.

a. પોલી સેકેરાઈડસ b. મોનો સેકેરાઈડસ c. ડાઈ સેકેરાઈડ્સ d. એક પણ નહીં.

40. અનાજ માં સ્ટાર્ચનું પ્રમાણ.

a. 65-85 % b. 40-60 % c.35-55 % d એક પણ નહીં.

41. માનવ દૂધમાં લેક્ટોઝનું પ્રમાણ.

a. 5-7 % b.6-7 % c.4-5 % d એક પણ નહીં.

42. ચરબીના દહનમાં સહાય કરે છે.

a. પ્રોટીન b. કાર્બોદિત c. ખનીજ d. એક પણ નહી.

43. આહારની સ્વીકાર્યતા વધારે છે.

a. પ્રોટીન b. કાર્બોદિત c. ચરબી d. એક પણ નહીં.

44. દૂધમાં રહેલું પ્રોટીન.

a. કેસીન b. ઓવો આલ્બ્યુમીન c. લિમોગ્લોબીન d. એક પણ નહીં.

45. અનાજમાં પ્રોટીનનું પ્રમાણ.

a. 7-14 % b.10-20 % c. 15-20 % d. એક પણ નહીં.

46. કઠોળમાં પ્રોટીનનું પ્રમાણ.

a. 7-14 % b.17-43 % c.15-20 % d. એક પણ નહીં.

47. PCMની સારવારમાં ઉત્તમ.

a. સ્કીમ મિલ્ક પાવડર b. કેળા c. બંને d. એક પણ નહી

48. પાણીમાં અદ્રાવ્ય.

a. ચરબી b. કાર્બોદિત c. વીટામીન d. એક પણ નહીં.

49. સન સાઈન વીટામીન.

a. વીટામીન A b.વીટામીન K c. વીટામીન D d. એક પણ નહીં.

50. મનુષ્ય અને પ્રાણીઓની પ્રજનન શક્તિ માટે આવશ્યક વીટામીન.

a.વીટામીન E b.વીટામીન D c.વીટામીન K d. એક પણ નહીં.