

B.A.(HS) Semester - 2 (NEP-2020) Examination
MARCH/APRIL-2025
Fundamental Food & Nutrition-2 (Major-4)

Time: 2:00 Hours

Marks: 50

Instructions:

1. All questions are compulsory.
2. Figures to the right indicate marks.

- પ્રશ્ન-૧ આહાર અને પોષણનું મહત્વ સમજાવો. (૧૦)
 અથવા
 પ્રશ્ન-૧ કઠોળમાંથી મળતા પોષકતત્વો વિશે સમજાવો.
 પ્રશ્ન-૨ દૂધમાંથી મળતા પોષકતત્વો વિશે સમજાવો. (૧૦)
 અથવા
 પ્રશ્ન-૨ ફળ અને શાકભાજીના પોષકતત્વો વિશે સમજાવો.
 પ્રશ્ન-૩ રાંધણ પદ્ધતિના નામ લખી બોઈલીંગ, સ્ટીમીંગ અને બેકિંગ મેથડ સમજાવો. (૧૦)
 અથવા
 પ્રશ્ન-૩ રાંધવાથી પોષકતત્વો પર થતી અસરો સમજાવો.
 પ્રશ્ન-૪ BMRને અસર કરતાં પરીબળો સમજાવો. (૧૦)
 અથવા
 પ્રશ્ન-૪ શરીર પર વધુ અને ઓછી કેલરીની અસરો સમજાવો.
 પ્રશ્ન-૫ ટ્રેકનોઈ લખો. (કોઈપણ બે) (૧૦)
 1) આહાર અને પોષણનો અર્થ અને વ્યાખ્યા.
 2) સુકામેવામાંથી મળતા પોષકતત્વો વિષે લખો.
 3) રાંધણ પ્રક્રિયાના ફાયદાઓ
 4) કેલરીની માપન પદ્ધતિ સમજાવો.

ENGLISH VERSION

- Que-1 Explain the importance of food and nutrition. (10)
 OR
 Que-1 Explain the nutrient values in pulses.
 Que-2 Explain the nutrient value in milk. (10)
 OR
 Que-2 Explain the nutrients available in fruits and vegetables.
 Que-3 Write the names of cooking methods and explain boiling, steaming and baking methods. (10)
 OR
 Que-3 Explain the effects of cooking on nutrients.
 Que-4 Explain the factors affecting BMR. (10)
 OR
 Que-4 Explain the effects of excess and deficiency of calories on the body.
 Que-5 Write a short note. (Any two) (10)
 1) Meaning and definition of diet and nutrition.
 2) Write about the nutrients available in dry fruits.
 3) Advantages of the cooking process.
 4) Explain the method of measuring calories.
