



RE-0173
Second Year B. A. Examination
April / May – 2010
Home Science : Paper - III
(Family Meal Planning)

Time : 2 Hours]

[Total Marks : 45

સૂચના :

(૧)

<p>નીચે દર્શાવેલ નિશાનીવાળી વિગતો ઉત્તરવહી પર અવશ્ય લખવી. Fillup strictly the details of signs on your answer book.</p> <p>Name of the Examination : S.Y. B.A.</p> <p>Name of the Subject : HOME SCIENCE - 3 (FAMILY MEAL PLANNING)</p> <p>Subject Code No. : 0 1 7 3 Section No. (1, 2,.....) : NIL</p>	<p>Seat No. : <input type="text"/><input type="text"/><input type="text"/><input type="text"/><input type="text"/><input type="text"/></p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center; width: 100%;">Student's Signature</div>
--	---

(૨) પ્રશ્ન-૧ ફરજિયાત છે.

૧ નીચેના પ્રશ્નોના ટૂંકમાં જવાબ લખો :

૯

- (૧) એક વર્ષથી નીચેના બાળકોને આપી શકાય તેવા બે પૂરક આહારના નામ લખો.
- (૨) વિવિધ વ્યવસાય કરનારા લોકોની કેલરીની જરૂરિયાત જણાવો.
- (૩) રમતવીર કેલરી અને પ્રોટીનની દૈનિક જરૂરિયાત જણાવો.
- (૪) ઝાડા થયેલ બાળકને કેવો આહાર આપવો જોઈએ ?
- (૫) ઓછું વજન હોવાના બે કારણો લખો.
- (૬) કુપોષણ એટલે શું ?
- (૭) ખોરાક વિશે પ્રવર્તતી બે માન્યતાઓ લખો.
- (૮) 'કોલોસ્ટ્રમ' એટલે શું ?
- (૯) ટેબલ સેટિંગના બે નિયમો લખો.

૨ આહારનું આયોજન એટલે શું ? આહારનું આયોજન કરતી વખતે ધ્યાનમાં રાખવાના મુદ્દાઓની ચર્ચા કરો.

૧૨

અથવા

૨ આહાર પીરસવાની જુદી જુદી પદ્ધતિઓના નામ લખો. ગમે તે એક પદ્ધતિ વિશે સવિસ્તાર લખો.

૧૨

૩ સગર્ભા સ્ત્રીમાં થતાં શારીરિક ફેરફારો તથા તેમની પોષકતત્વની જરૂરિયાત વિશે માહિતી આપો. ૧૨

અથવા

૩ સ્તનપાન કરાવતી સ્ત્રીની પોષકતત્વોની જરૂરિયાત તથા તેના પોષણસ્તર પર કુપોષણની અસરો વિશે માહિતી આપો. ૧૨

૪ ટૂંકનોંધ લખો : (ગમે તે ત્રણ) ૧૨

- (૧) વજન વધવાનાં ભયસ્થાનો
- (૨) વૃદ્ધ વ્યક્તિની પોષકતત્વોની જરૂરિયાત
- (૩) કિશોરાવસ્થા દરમ્યાન પોષકતત્વોની જરૂરિયાત
- (૪) સ્કૂલ લંચ પ્રોગ્રામ
- (૫) એકથી પાંચ વર્ષના બાળકોની પોષકતત્વોની જરૂરિયાત
- (૬) ઓછું વજન ધરાવનાર વ્યક્તિનો આહાર.

ENGLISH VERSION

Instructions : (1) As per the instruction no. 1 of page no. 1.
(2) Question No 1 is compulsory.

1 Answer the following questions in short : 9

- (i) Name two supplementary foods which can be given to the children below one year.
- (ii) State the requirement of calorie of people doing various occupation.
- (iii) State the daily requirement of calorie and protein of an athlete.
- (iv) Which type of diet should be given to a child having diarrhoea?
- (v) Write two causes of having under weight.
- (vi) What is malnutrition?
- (vii) Write two fallacies regarding food.
- (viii) What is colostrum?
- (ix) Write two rules of Table-setting.

2 What is meal planning? Discuss the points to be considered while planning meals. **12**

OR

2 Name different methods of serving food. Write in detail about any one method. **12**

3 Give information about the physical changes occurring in a pregnant woman and her nutritional requirement. **12**

OR

3 Give information about the nutritional requirement of a lactating woman and the effects of malnutrition on her nutritional status. **12**

4 Write short notes (any three) **12**

- (i) Risk factors of having overweight
- (ii) Nutritional requirement of an old person
- (iii) Nutritional requirement during adolescence
- (iv) School lunch programme
- (v) Nutritional requirement of pre-school children
- (vi) Diet of a person having underweight.
