



RAN-2403030302040001

F.Y.B.Sc. (Sem.-II) (HOME SCI.) Examination September - 2025

Vedic Nutrition (TH) MDC

[Total Marks: 25]

સૂચના : / Instructions

- (1) ઉપરોક્ત દર્શાવેલ વિગતો ઉત્તરવહી પર અવશ્ય લખવી.
Fill up strictly the above details on your answer book

Seat No.:

--	--	--	--	--	--

Student's Signature

પ્ર-1. ટૂંકમાં જવાબ આપો (કોઈ પણ પાંચ)

5

- 1) પરંપરાગત રીતે ભારતીય ખોરાકને કઈ ત્રણ મુખ્ય શ્રેણીઓમાં વર્ગીકૃત કરવામાં આવે છે?
- 2) આયુર્વેદ વિજ્ઞાનના વિવિધ બહુવિધ ઉપચારાત્મક અભિગમોના નામ આપો.
- 3) કેરીમાં જોવા મળતા મુખ્ય એન્ટીઓક્સિડન્ટનું નામ જણાવો.
- 4) ખોરાક અને પોષણના પાંચ મુળભૂત સિદ્ધાંતોની નોંધણી કરો.
- 5) આયુર્વેદના પિતા તરીકે કોને ઓળખવામાં આવે છે?
- 6) કયો સ્વાદ, જે વાત અને પિત્ત ઘટાડે છે અને કફને વધારે છે?

પ્ર-2. ટૂંક નોંધ લખો (કોઈ પણ બે)

10

- 1) આયુર્વેદ આહાર માટેના FSSAI ધોરણો
- 2) આયુર્વેદમાં છ મૂળભૂત સ્વાદ અને તેનું મહત્વ.
- 3) આયુર્વેદિક રોગ વ્યવસ્થાપન (ચિકિત્સા)

પ્ર-3. નીચેનાના જવાબ આપો (કોઈ પણ બે)

10

- 1) પિત્ત અને તેને સંતુલિત કરવા માટેની સામાન્ય માર્ગદર્શિકા વિશે ટૂંકમાં સમજાવો.
- 2) આયુર્વેદિક જીવન શૈલી અને આયુર્વેદિક દિનચર્યા વિશે તેની સૌથી વિશેષ વિશેષતાઓ સાથે સંક્ષિપ્તમાં લખો.
- 3) રોગયુક્ત પરિસ્થિતી માં આયુર્વેદિક આહારનું એપ્લિકેશન ટૂંકમાં સમજાવો (કોઈપણ એક રોગ માટે)

ENGLISH VERSION

Q.1. Answer in short (Any five)

(5)

- 1) Traditionally, Indian food is classified into which three main categories?
- 2) Name the various multidisciplinary therapeutic approaches of Ayurvedic science.
- 3) Name the major antioxidant found in mango.
- 4) List the five basic principles of food and nutrition.
- 5) Who is known as the father of Ayurveda?
- 6) Name the taste which increases Vata and pitta and reduces Kapha.

Q.2. Write short notes on (Any two) (10)

- 1) FSSAI Regulations on Ayurvedic Ahar
- 2) Six basic tastes and their significance in Ayurveda.
- 3) Ayurvedic disease management (Chikitsa).

Q.3. Answer the followings (Any two) (10)

- 1) Pitta and its general guidelines for balancing it.
 - 2) Write in brief about Ayurvedic lifestyle and Ayurvedic routine with its most special features.
 - 3) Explain in brief about application of Ayurvedic diet in diseased condition (for any one disease)
-