

RAN-2403030302040001
F.Y.B.Sc. Home Science (Sem. II) Examination April - 2026
MDC-Vedic Nutrition (TH)
[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 સંક્ષિપ્તમાં જવાબ આપો. (કોઈપણ પાંચ) (5)**
- 1) પરંપરાગતરીતે, ભારતીય ખોરાકને કઈ ત્રણ મુખ્ય શ્રેણીઓમાં વર્ગીકૃત કરવામાં આવે છે?
 - 2) આયુર્વેદ વિજ્ઞાનના વિવિધ બહુવિધ ઉપચારાત્મક અભિગમોના નામ આપો.
 - 3) ઈડલીના બેટરમાં રહેલા પ્રોબાયોટિક સુક્ષ્મજીવોના નામ આપો.
 - 4) કેરીમાં જોવા મળતા મુખ્ય એન્ટીઓક્સિડન્ટનું નામ જણાવો.
 - 5) ખોરાક અને પોષણના પાંચ મૂળભૂત સિદ્ધાંતોની નોંધણી કરો .
 - 6) આયુર્વેદના પિતા તરીકે કોને ઓળખવામાં આવે છે?
- પ્ર. 2 ટૂંકનોંધ લખો (કોઈપણ બે) (10)**
- 1) આયુર્વેદિક આહારના મૂળસિદ્ધાંતો.
 - 2) આરોગ્યપ્રદ આહાર અને બિનઆરોગ્યપ્રદ આહારની આદતો
 - 3) આયુર્વેદિક રોગ વ્યવસ્થાપન (ચિકિત્સા).
- પ્ર. 3 નીચેનાના જવાબ આપો (કોઈપણ બે) (10)**
- 1) દોષોની વિભાવનાઓ અને તેના મૂલ્યાંકન વિશે ટૂંકમાં લખો.
 - 2) અનાજ-આધારિત પરંપરાગત સ્વાસ્થ્યપ્રદ ખોરાક વિશે ટૂંકમાં લખો (કોઈપણ બે)
 - 3) આયુર્વેદિક જીવનશૈલી અને આયુર્વેદિક દિનચર્યા વિશે તેની સૌથી વિશેષ વિશેષતાઓ સાથે સંક્ષિપ્તમાં લખો.

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 probiotic microorganism present in the batter of Idli.
 - 4) Name the major antioxidant found in mango.
 - 5) List the five basic principles of food and nutrition.
 - 6) Who is known as the father of Ayurveda?

Q. 2 Write short notes on (Any two)

(10)

- 1) Basic principles of Ayurvedic diet.
- 2) Healthy eating habits and unhealthy eating habits
- 3) Ayurvedic disease management (treatment).

Q.3 Answer the followings (Any two)

(10)

- 1) Write in brief about the concepts of Doshas and their assessment.
- 2) Write in short about grain-based traditional health foods (any two).
- 3) Write in brief about Ayurvedic lifestyle and Ayurvedic routine with its most special features.
