



PG-16070801065200

Seat No. \_\_\_\_\_

**B. R. S. (Sem. VI) (CBCS) (W.E.F. 2016) Examination**

**March / April - 2020**

**Food & Nutrition : ELT-18**

**(New Course)**

Time : 2 Hours]

[Total Marks : 50

૧ દેશની પોષણ સમસ્યાઓ લખી તેના ઉકેલના માર્ગો લખો. ૧૦

**અથવા**

૧ આહારના ઘટકો પર રાંધવાની અસરો લખી પોષક તત્ત્વો જળવાઈ રહે તે માટે રાંધતી વખતે કઈ કઈ કાળજીઓ રાખવી જોઈએ ? ૧૦

૨ નીચેના પ્રશ્નોમાંથી કોઈ પણ એક પ્રશ્નનો વિગતે ઉત્તર આપો : ૧૦

(૧) ખનીજ તત્ત્વોનું વર્ગીકરણ લખી લોહતત્ત્વ વિશે વિસ્તૃત સમજણ આપો.

(૨) વિટામિન એટલે શું ? વિટામિનોની શરીરમાં ઉપયોગિતા લખી વિટામિન-E વિશે વિસ્તૃત સમજણ આપો.

૩ ટૂંકનોંધ લખો : (કોઈ પણ ત્રણ) ૧૫

(૧) વિટામિન-E<sub>12</sub>

(૨) કેલ્શિયમ

(૩) પોષક આહાર યોજનાઓ

(૪) ક્વાશિયોરકોર

(૫) ફલોરાઈડ

૪ નીચેના પ્રશ્નોમાંથી કોઈ પણ પાંચ પ્રશ્નોના માગ્યા મુજબ જવાબ આપો : ૧૫

(૧) અપૂર્ણ પ્રોટીનને સંપૂર્ણ બનાવવાના માર્ગો લખો.

(૨) અનિવાર્ય એમીનો એસિડ એટલે શું ? તેની ઉપયોગિતા લખો.

(૩) સમતોલ આહાર માટે માંસાહાર કરવો અનિવાર્ય નથી, સમજાવો.

(૪) વિટામિન-Aની ઊણપની અસરો લખો.

(૫) રિકેટ્સ રોગનાં લક્ષણો લખો.

(૬) સોડિયમની ઊણપની અસરો લખો.

(૭) રસોઈની કઈ પદ્ધતિ સૌથી ઉત્તમ છે ? શા માટે ?