

No. of Printed Pages : 12

ANC-1

**BACHELOR'S DEGREE PROGRAMME
(BDP)**

Term-End Examination

June, 2020

ANC-1 : APPLICATION ORIENTED COURSE :

NUTRITION FOR THE COMMUNITY

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 100

Note : (i) Question No. 1 is compulsory.

(ii) Answer five questions in all.

(iii) All questions carry equal marks.

1. (i) Name the building blocks of carbohydrates,
proteins and fats. 3
- (ii) List the different dimensions of health. 2

P. T. O.

- (iii) Which Vitamin is referred to as "Fresh Food Vitamin" ? List its functions in the body. 3
- (iv) List the *two* certificate of quality you will look for in food products to ensure good quality. 1
- (v) Name *two* chemicals used as preservative in food preservation. 2
- (vi) List *two* clinical features (each) of the following : 3
- (a) Riboflavin deficiency
 - (b) Lathyrism
 - (c) Fluorosis
- (vii) What is ORS ? How will you prepare it at home ? Give the method. 2
- (viii) List the types of resources needed in a food service establishment. 2

(ix) Define BMI. What should be the normal range of BMI for Asian population ? 2

2. What factors would you keep in mind with regards to the following ? Explain briefly : 10 + 10

(a) Economy in food budgeting

(b) Meal planning

3. (a) Why do we need iron, calcium and iodine in our body ? Explain briefly. $2\frac{1}{2} + 2\frac{1}{2} + 2\frac{1}{2}$

(b) Briefly explain the influence of processing food on nutritive value. 5

(c) How will you classify foods based on functions ? Explain briefly. $7\frac{1}{2}$

4. (a) Briefly explain how activity level and age influence the nutrient needs for adults ?
Give the RDA of adults based on activity level and age. 10
- (b) What are the physiological changes seen during pregnancy ? How do they influence nutrient requirement ? Explain, giving the RDA for pregnancy. 10
5. (a) List the food products derived from milk. What points would you keep in mind while selecting milk and milk products ? 2+5
- (b) What measures would you advocate to a housewife to enhance the nutritive value of food/diet she serves to her family ?
Elaborate, giving examples. 7

- (c) What measures would you adopt to feed a severely malnourished child ? Explain briefly. 6

6. (a) Give the objectives, beneficiaries and components of the following programmes functional in our country ? 6+6

(i) Mid Day Meal (MDM) Programme.

(ii) National Iodine Deficiency Disorder

Control Programme

- (b) What do you understand by dietary assessment ? What is the purpose of dietary survey ? Explain any *one* method you will use to carry out the dietary survey of population groups. 2+2+4

7. Explain briefly, giving examples :

- (a) Points to be kept in mind while purchasing equipment for a food service unit. 5
- (b) Different methods of purchase used in a food service unit. 5
- (c) Concept and use of cycle menu in a food service unit. 5
- (d) Maintaining records in a food service unit 5

8. Write short notes on any *four* of the following :

5 each

- (a) Complementary foods for children of 6 months to one year of age.
- (b) Role of non-available carbohydrates in our diet
- (c) Digestion of food in our body
- (d) Risk factors of obesity
- (e) Steps involved in planning balanced diets

ए.एन.सी.-1

स्नातक उपाधि कार्यक्रम (बी.डी.पी.)

सत्रांत परीक्षा

जून, 2020

ए.एन.सी.-1 : व्यवहारमूलक कार्यक्रम : समुदाय

के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

 नोट : (i) प्रश्न सं. 1 अनिवार्य है।

(ii) कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

(iii) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

 1. (i) कार्बोज, प्रोटीन और वसा की निर्माण इकाइयों के नाम बताइए। 3

(ii) स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों को सूचीबद्ध कीजिए।

2

- (iii) कौन-सा विटामिन 'फ्रेश फूड' विटामिन कहलाता है ? शरीर में इसके कार्यों को सूचीबद्ध कीजिए। 3
- (iv) खाद्य-उत्पादों की अच्छी गुणवत्ता सुनिश्चित करने के लिए आप गुणवत्ता के जो दो प्रभाव देखेंगे वे बताइए। 1
- (v) खाद्य परिरक्षण में परिरक्षित के रूप में प्रयुक्त होने वाले दो रासायनिकों के नाम बताइए। 2
- (vi) निम्नलिखित प्रत्येक के दो नैदानिक लक्षण बताइए : 3
- (अ) राइबोफ्लेविन की कमी
- (ब) क्लायखंज
- (स) फ्लुओरोसिस
- (vii) ओ. आर. एस. से आप क्या समझते हैं ? आप इसे घर पर कैसे तैयार करेंगे ? विधि बताइए। 2

(viii) खाद्य परिवेषण संस्था के लिए अपेक्षित विभिन्न प्रकार के संसाधनों को सूचीबद्ध कीजिए। 2

(ix) बी. एम. आई. को परिभाषित कीजिए। एशियाई लोगों के लिए बी. एम. आई. का सामान्य स्तर क्या होना चाहिए ? 2

2. (क) निम्नलिखित के संबंध में आप किन कारकों को ध्यान में रखेंगे ? संक्षेप में वर्णन कीजिए :

10+10

(ख) खाद्य बजट को किफायती बनाना

(ग) आहार-नियोजन

3. (क) हमारे शरीर को लौह तत्व, कैल्सियम और आयोडीन की आवश्यकता क्यों होती है ? संक्षेप में वर्णन कीजिए। $2\frac{1}{2}+2\frac{1}{2}+2\frac{1}{2}$

(ख) खाद्य-पदार्थ को संसाधित करने पर उसके पोषक मान पर पड़ने वाले प्रभाव का संक्षेप में वर्णन कीजिए। 5

(ग) कार्यों के आधार पर आप खाद्य-पदार्थों को कैसे वर्गीकृत करेंगे ? संक्षेप में वर्णन कीजिए। $7\frac{1}{2}$

4. (क) सक्रियता स्तर और आयु वयस्कों की पोषक तत्वों की जरूरतों को कैसे प्रभावित करते हैं ? सक्रियता स्तर और आयु पर आधारित वयस्कों की पोषक तत्वों की प्रस्तावित मात्राएँ बताइए। 10

(ख) गर्भावस्था के दौरान कौन से शरीर-क्रियात्मक परिवर्तन दृष्टिगत होते हैं ? ये पोषक तत्व की जरूरत को कैसे प्रभावित करते हैं ? गर्भावस्था के लिए पोषक तत्वों की प्रस्तावित मात्रा देते हुए स्पष्ट कीजिए। 10

5. (क) दूध से प्राप्त होने वाले खाद्य-उत्पादों को सूचीबद्ध कीजिए। दूध और दूध से बने पदार्थों का चयन करते समय आप किन बातों को ध्यान में रखेंगे ?

2+5

(ख) एक गृहणी को उसके परिवार को परोसे जाने वाले खाद्य पदार्थ/आहार का पोषक मान बढ़ाने के लिए आप क्या उपाय सुझायेंगे ? उदाहरण देते हुए विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए। 7

- (ग) गंभीर रूप से कुपोषित बच्चे को भोजन खिलाने के लिए आप क्या उपाय करेंगे ? संक्षेप में वर्णन कीजिए। 6
6. (क) हमारे देश के निम्नलिखित कार्यक्रमों के उद्देश्य, लाभार्थी और घटक बताइए : 6+6
- (i) मध्याह्न भोजन कार्यक्रम
- (ii) राष्ट्रीय आयोडीनहीनता जन्य विकार नियंत्रण कार्यक्रम
- (ख) आहार निर्धारण से आप क्या समझते हैं ? आहार सर्वेक्षण का क्या उद्देश्य है ? जनसमूहों के आहार का सर्वेक्षण करने के लिए आप जो कोई एक तरीका अपनाएँगे उसका वर्णन कीजिए। 2+2+4
7. उदाहरण देते हुए निम्नलिखित का संक्षेप में वर्णन कीजिए : 5+5+5+5
- (क) खाद्य परिवेषण इकाई के लिए उपकरण खरीदते समय ध्यान रखने योग्य बातें।

- (ख) खाद्य परिवेषण इकाई में खरीदारी के लिए प्रयुक्त होने वाली विभिन्न विधियाँ
- (ग) खाद्य परिवेषण इकाई में साप्ताहिक व्यंजन सूची अवधारणा और उसका प्रयोग
- (घ) खाद्य परिवेषण इकाई में रिकॉर्ड बनाना

8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :

5+5+5+5

- (क) छः माह से एक वर्ष तक की उम्र के बच्चों के लिए पूरक खाद्य पदार्थ
- (ख) हमारे आहार में अनुपलब्ध कार्बोज की भूमिका
- (ग) हमारे शरीर में भोजन का पाचन
- (घ) मोटापे में खतरे के कारक
- (ङ) संतुलित आहारों की योजना बनाने में सम्मिलित चरण