

**CERTIFICATE IN NUTRITION AND
CHILD CARE (CNCC)**

Term-End Examination

June, 2024

CNCC-1 : NUTRITION FOR THE COMMUNITY

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 100

Note : *Question No. 1 is compulsory. Attempt **five** questions in all. All questions carry equal marks.*

1. (a) Fill in the blanks : 5
- (i) Both Calcium and must be supplied to the body in adequate amounts to enable normal growth of bones and teeth.
- (ii) is the condition of health of an individual as influenced by utilisation of nutrient.
- (iii) A molecule of fat is made up of a molecule of glycerol and molecule of fatty acids.

- (iv) is the symptom of deficiency of Vitamin 'C'.
- (v) Molted teeth is a sign of consumption of fluoride.
- (b) Give one example of each of the following : 5
- (i) Plant sources of fat in our diet
 - (ii) Anthropometric measure
 - (iii) Energy imbalance
 - (iv) Physical activity level
 - (v) Deficiency of Niacin.
- (c) Describe the relationship between the following set of terms in 2-3 sentences each : 10
- (i) Health — Nutrition
 - (ii) Colostrum — Infant
 - (iii) Salt — Hypertension
 - (iv) Carbohydrate — Protein sparing action
 - (v) Body size — energy requirement
2. (a) Differentiate between macronutrients and micronutrients giving appropriate examples. 6

- (b) Enlist any *two* Macronutrient and *two* Micronutrient. Give their food sources and describe their functions in our body. 2+6+6
3. What is a balanced diet and food groups ? How will you use good groups to plan a balanced diet ? Explain in detail. 3+3+14
4. (a) What points would you keep in mind while planning meals for : 8+8
- (i) Pregnant women in third trimester
 - (ii) Elderly women
- (b) Why is it important to develop good eating habits in children ? 4
5. (a) Describe the major causes and preventive measures you would adopt for : 8+8
- (i) Protein Energy Malnutrition
 - (ii) Anaemia
- (b) Enumerate the clinical manifestations of Vitamin 'A' deficiency. 4
6. (a) What is the mid-day meal programme ? Explain its objective, components and relevance. 8

- (b) As part of the Integrated Child Development Services how will you use the growth chart of monitor growth of children ? Explain briefly. 6
- (c) What points would you keep in mind while selecting cereals for the food supplement provided under ICDS programme ? 6
7. (a) What is a cycle menu ? Discuss its relevance in a good industry. 6
- (b) What are the essential resources which would be needed to run a food service establishment ? Discuss in brief. 6
- (c) Enumerate the food purchasing methods available in a food sources unit. 8
8. Write short notes on any *four* of the following :
5+5+5+5
- (a) Food laws and standards
- (b) Complementary foods for children
- (c) Nutritional proteins of adolescents
- (d) Dietary Survey
- (e) Nutritional Management of Diarrhea.

CNCC-1

पोषण एवं बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र
(सी. एन. सी. सी.)

सत्रांत परीक्षा

जून, 2024

सी.एन.सी.सी.-1 : समुदाय और पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : प्र. सं. 1 अनिवार्य है। कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. (अ) रिक्त स्थान भरिए : 5

(i) हड्डियों और दाँतों के सामान्य विकास के लिए कैल्शियम और दोनों की पर्याप्त मात्रा में आपूर्ति की जानी चाहिए।

(ii) पोषक तत्वों के उपयोग से प्रभावित व्यक्ति के स्वास्थ्य की स्थिति है।

- (iii) वसा का एक अणु ग्लिसरॉल के एक अणु और फैटी एसिड के अणु से बना होता है।
- (iv) विटामिन 'सी' की कमी का लक्षण है।
- (v) धब्बेदार दाँत क्लोराइड के सेवन का लक्षण है।
- (ब) निम्नलिखित में से प्रत्येक का एक उदाहरण दीजिए : 5
- (i) हमारे आहार में वसा के शाकाहारी स्रोत
- (ii) मानवमितीय माप
- (iii) ऊर्जा असंतुलन
- (iv) शारीरिक गतिविधि स्तर
- (v) नियासिन की कमी
- (स) निम्नलिखित शब्दों के बीच सम्बन्ध बताइए। 2-3 वाक्यों में वर्णन कीजिए : 10
- (i) स्वास्थ्य—पोषण
- (ii) माँ का पहला पीला गाढ़ा दूध—नवजात शिशु
- (iii) नमक—उच्च रक्तचाप
- (iv) कार्बोहाइड्रेट—प्रोटीन को अन्य काम के लिए मुक्त करना
- (v) शरीर आकार : ऊर्जा आवश्यकता

2. (अ) स्थूल पोषण तत्व और सूक्ष्म पोषण तत्वों को उपयुक्त उदाहरण देते हुए उनके बीच अन्तर कीजिए। 6
- (ब) किन्हीं भी 2 स्थूल पोषक तत्व और 2 सूक्ष्म पोषक तत्वों को सूचीबद्ध कीजिए। उनके भोजन के स्रोत और हमारे शरीर में उनके कार्यों का वर्णन कीजिए। 2+6+6
3. संतुलित आहार और खाद्य वर्ग क्या है ? संतुलित आहार की योजना बनाने के लिए आप खाद्य समूहों /वर्गों का उपयोग कैसे करेंगे ? विस्तार से व्याख्या कीजिए। 3+3+14
4. (अ) आहार नियोजन करते समय आप किन बातों का ध्यान रखेंगे ? 8+8
- (i) तीसरे त्रिमास की गर्भवती महिला
- (ii) बुजुर्ग महिला
- (ब) बच्चों में खाने की अच्छी आदतें विकसित करना क्यों जरूरी है ? 4
5. (अ) विवरण दीजिए, प्रमुख कारण और निवारक उपाय जो आप अपनाएँगे : 8+8
- (i) प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण
- (ii) लौह-तत्व की कमी/एनीमिया
- (ब) विटामिन 'ए' की कमी से नैदानिक लक्षणों की गणना कीजिए। 4

6. (अ) मध्याह्न पोषण कार्यक्रम क्या है ? इसका संकल्पना, प्रासंगिकता तथा उद्देश्य की व्याख्या कीजिए। 8
- (ब) आई. सी. डी. एस. के अन्तर्गत आप बच्चों के विकास की अनुवीक्षणता के लिए वृद्धि चार्ट का उपयोग कैसे करेंगे ? संक्षेप में बताइए। 6
- (स) आई. सी. डी. एस. कार्यक्रम के तहत, खाद्य पूरक के लिए अनाज का चयन करते समय आप किन बातों को ध्यान में रखेंगे ? 6
7. (अ) साप्ताहिक व्यंजन सूची क्या है ? एक अच्छे खाद्य उद्योग में इसकी प्रासंगिकता पर चर्चा कीजिए। 6
- (ब) खाद्य सेवा प्रतिष्ठान चलाने के लिए कौन-से आवश्यक संसाधन हैं ? संक्षेप में चर्चा कीजिए। 6
- (स) खाद्य सेवा इकाई में उपलब्ध खाद्य क्रय विधियों की गणना कीजिए। 8
9. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षेप में टिप्पणियाँ दीजिए : 5+5+5+5
- (अ) खाद्य, कानून और मानक
- (ब) बच्चों के लिए पूरक आहार
- (स) किशोरावस्था की पोषण सम्बन्धी समस्याएँ
- (द) आहार सर्वेक्षण
- (य) दस्त में आहार व्यवस्था।