

No. of Printed Pages : 12

CNCC-1

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

Term-End Examination

December, 2021

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) Give *one* example for each of the following :

10

- (i) Non-perishable food
- (ii) Non-available carbohydrate
- (iii) Micronutrient
- (iv) Dimensions of health
- (v) Inhibitor of iron in our diet

[2]

CNCC-1

(vi) Methods of nutritional status assessment

(vii) Clinical manifestation of xerophthalmia

(viii) Functions of food

(ix) Supplementary food programme

(x) Types of menu

(b) Explain the following in 2-3 sentences each :

10

(i) Essential fatty acid

(ii) Mycotoxin

(iii) Synergism

(iv) Blanching

(v) Colostrum

2. (a) Define nutritional status. Explain the relationship between food, nutrition and health.

10

P. T. O.

[3]

CNCC-1

- (b) Define malnutrition. Briefly explain the interaction between malnutrition and infection, giving examples. 10
3. (a) What is a balanced diet ? How would you plan a balanced diet ? Explain briefly. 4+6
- (b) Explain, how food gets digested, absorbed and utilized by the body. 10
4. (a) What are the different fat soluble vitamins and water soluble vitamins required by the body ? 5
- (b) Enumerate the functions of the following in our body : 5+5+5
- (i) Proteins
- (ii) Fats
- (iii) Water
5. (a) How would you prevent or delay the decomposition of food by microorganisms ? Explain briefly. 8
- (b) Enlist the points you would keep in mind to ensure that your domestic refrigerator functions well. 5

P. T. O.

[4]

CNCC-1

- (c) What are the different methods you would adopt at home level to preserve foods ? Explain the principle of preservation for any *one* method. 4+3
6. (a) What factors would you keep in mind while planning meals for a family ? Discuss briefly. 10
- (b) Enlist the nutrient needs for pregnant women in the third trimester. What points would you keep in mind while planning meals for the pregnant women ? 10
7. (a) What are anthropometric measurements ? How will you use them to assess nutritional status ? 10
- (b) Describe the components of the following programmes : 5+5
- (i) National Anaemia Control Programme
- (ii) Mid-day Meal Programme
8. Write short notes on any *four* of the following : 5+5+5+5
- (a) Points to consider while selecting cereals

[5]

CNCC-1

- (b) Lathyrism
- (c) Methods of purchase in a food service unit
- (d) Dietary management of hypertension
- (e) Factors to consider while planning a menu for a food service unit

[6]

CNCC-1

CNCC-1

पोषण और बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र

(सी. एन. सी. सी.)

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर. 2021

सी.एन.सी.सी.-1 : समदाय और पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : प्र. सं. 1 अनिवार्य है। कल पाँच प्रश्नों के उत्तर

दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. (क) निम्नलिखित में से प्रत्येक के लिए **एक** उदाहरण

दीजिए :

10

(i) नष्ट न होने वाले खाद्य पदार्थ

P. T. O.

[7]

CNCC-1

- (ii) अनपलब्ध कार्बोज
- (iii) सक्षम पोषक तत्व
- (iv) स्वास्थ्य के विभिन्न आयाम
- (v) हमारे आहार में लौह तत्व के बाधक पदार्थ
- (vi) पोषण स्तर को निर्धारित करने के तरीके
- (vii) जीरोपथैल्मिया के नैदानिक लक्षण
- (viii) भोजन के कार्य
- (ix) परक आहार कार्यक्रम
- (x) व्यंजन सची के प्रकार

(ख) दो-तीन वाक्यों में निम्नलिखित की व्याख्या कीजिए :

10

- (i) अनिवार्य वसा अम्ल

[8]

CNCC-1

- (ii) माइकोटॉक्सिन
- (iii) योगवाहिता
- (iv) ब्लान्चिंग
- (v) नवदग्ध

2. (क) पोषण स्तर को परिभाषित कीजिए। भोजन, पोषण और स्वास्थ्य के बीच में सम्बन्ध स्पष्ट कीजिए।

10

(ख) कपोषण को परिभाषित कीजिए। उदाहरण सहित संक्रमण और कपोषण के बीच सम्बन्ध का संक्षेप में वर्णन कीजिए।

10

3. (क) सन्तलित आहार क्या है ? आप सन्तलित आहार की योजना कैसे बनाएँगे ? संक्षेप में बताइए। 4+6

P. T. O.

(ख) शरीर में भोजन के पचने, अवशोषण व उपयोग

होने की प्रक्रिया की व्याख्या कीजिए। 10

4. (क) शरीर द्वारा आवश्यक विभिन्न वसा विलय
विटामिन तथा जल विलय विटामिन कौन-कौन से
हैं ? 5

(ख) हमारे शरीर में निम्नलिखित के कार्यों की गणना

कीजिए : 5+5+5

(i) प्रोटीन

(ii) वसा

(iii) जल

5. (क) आप सक्षमजीवाणुओं द्वारा भोजन के विघटन की
रोकथाम या उसमें विलंब कैसे करेंगे ? संक्षेप में
बताइए। 8

(ख) उन बिन्दुओं को सचीबद्ध कीजिए जिनसे आप

यह सनिश्चित करेंगे कि आपका घरेलू फ्रिज
अच्छी तरह से काम करता है। 5

(ग) आप खाद्य परिरक्षण के लिए घरेलू स्तर पर
कौन-से विभिन्न तरीके अपनाएँगे ? किसी एक
विधि के परिरक्षण के सिद्धान्त की व्याख्या
कीजिए। 4+3

6. (क) एक परिवार के लिए आहार नियोजन करते समय
आप किन कारकों को ध्यान में रखेंगे ? संक्षेप में
व्याख्या कीजिए। 10

(ख) तीसरे त्रिमास में गर्भवती महिलाओं के लिए
पोषक तत्वों की जरूरतों को सचबद्ध कीजिए।
गर्भवती महिलाओं के लिए आहार नियोजन करते
समय आप किन बातों का ध्यान रखेंगे ? 10

7. (क) मानवमितीय माप क्या हैं ? पोषण स्तर को

निर्धारित करने के लिए आप इसका इस्तेमाल

कैसे करेंगे ? 10

(ख) निम्नलिखित कार्यक्रमों के घटकों का वर्णन

कीजिए : 10

(i) राष्ट्रीय एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम

(ii) मध्याह्न पोषण कार्यक्रम

8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ

लिखिए : 5+5+5+5

(क) अनाजों का चयन करते समय ध्यान रखने योग्य

बातें

(ख) कलायखंज

(ग) भोजन परिवेषण संस्था में खरीदने के तरीके

(घ) उच्च रक्तचाप की आहार व्यवस्था

(ङ) भोजन परिवेषण संस्था के लिए व्यंजन सची

बनाते समय विचार करने योग्य कारक