

2017

HOME SCIENCE

( General )

( Food and Nutrition )

Full Marks : 40

Time : 2 hours

*The figures in the margin indicate full marks  
for the questions*

*Answer either in English or in Assamese*

1. Fill in the blanks :

1×5=5

খালী ঠাই পূৰণ কৰা :

(a) Two monosaccharides like glucose and fructose combine to form \_\_\_\_\_.

দুটা মন'চেকেৰাইড অৰ্থাৎ গ্লুক'জ আৰু ফ্ৰুক্ট'জ লগলাগি  
\_\_\_\_\_ গঠিত হৈছে।

(b) The term 'vitamin' was coined by a scientist named \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_ নামৰ এজন বিজ্ঞানীয়ে 'ভিটামিন' নামটো উদ্ভাৱন  
কৰিছিল।

( 2 )

(c) \_\_\_\_\_ is caused by the deficiency of niacin.

নিয়াচিনৰ অভাৱত \_\_\_\_\_ নামৰ এবিধ ৰোগ হয়।

(d) Morning sunlight is a very good natural source of \_\_\_\_\_.

ৰাতিপুৱাৰ সূৰ্যৰ ৰশ্মি হৈছে \_\_\_\_\_ ৰ অতি উত্তম প্ৰাকৃতিক উৎস।

(e) \_\_\_\_\_ is a source of sodium.

\_\_\_\_\_ এবিধ ছ'ডিয়ামৰ উৎস।

2. Define any two of the following :

$2\frac{1}{2} \times 2 = 5$

তলত দিয়াবোৰৰ যি কোনো দুটাৰ সংজ্ঞা দিয়া :

(a) Balanced diet

সুষম আহাৰ

(b) Absorption of food

খাদ্যৰ শোষণ

(c) Nutrition education

পৰিপুষ্টি শিক্ষা

(d) Food group

খাদ্যগোষ্ঠী বা গোট

8A/20

( Continued )

( 3 )

3. Answer in brief :

চমুকৈ উত্তৰ দিয়া :

(a) What are the sources of folic acid? Name the diseases caused by its deficiency. 5

ফলিক এচিডৰ উৎসসমূহ কি কি? ইয়াৰ অভাৱজনিত ৰোগসমূহ লিখা।

Or/অথবা

Write the sources and functions of vitamin C. 5

ভিটামিন C-ৰ উৎস আৰু কাৰ্যসমূহৰ বিষয়ে লিখা।

(b) What are the objectives of meal planning? 5

আহাৰ পৰিকল্পনাৰ উদ্দেশ্যসমূহ কি কি?

Or/অথবা

Write about nutrition during adolescence. 5

বয়ঃসন্ধি কালৰ পৰিপুষ্টি সম্বন্ধে লিখা।

4. (a) What do you mean by protein? What are the food sources of protein? Write about the diseases caused by the deficiency of protein. 2+2+6=10

প্ৰ'টিন বুলিলে কি বুজা? প্ৰ'টিনৰ খাদ্য উৎসসমূহ কি কি? প্ৰ'টিনৰ অভাৱজনিত ৰোগসমূহৰ বিষয়ে লিখা।

8A/20

( Turn Over )

Or/অথবা

Explain the nutritional requirements of a lactating mother. Plan a whole day menu for a lactating mother. 5+5=10

এগবাকী প্ৰসূতি মাতৃৰ পৰিপূষ্টিৰ পৰিমাণৰ বিষয়ে লিখা।  
এগবাকী প্ৰসূতি মাতৃৰ বাবে এদিনৰ আহাৰ পৰিকল্পনা  
কৰা।

(b) Explain the action of the enzymes in our digestive system. 10

পৰিপাক বা পাচন ক্ৰিয়াত পাচক বসসমূহৰ ক্ৰিয়াৰ বিষয়ে  
ব্যাখ্যা কৰা।

Or/অথবা

What is diet survey? Explain the methods of diet survey. 2+8=10

খাদ্য সমীক্ষা বা খাদ্য জৰীপ কি? খাদ্য সমীক্ষাৰ  
প্ৰণালীসমূহ ব্যাখ্যা কৰা।

\*\*\*