

- (b) What are the objectives of cooking? Write about baking and grilling method. 6+2+2=10

খাদ্য ৰন্ধনৰ উদ্দেশ্যসমূহ কি কি? সেকা আৰু গ্ৰিলিং বা খৰিকাত দিয়া পদ্ধতিৰ বিষয়ে লিখা।

Or / অথবা

Enumerate the prevalent beliefs and food fads. 10

খাদ্য সম্পৰ্কে থকা অন্ধবিশ্বাস আৰু বিশেষ খাৰণাসমূহৰ বিষয়ে লিখা।

2019

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) _____ protect body from disease.

_____ শৰীৰটোক বেমাৰ আজাৰৰ পৰা সুৰক্ষা দিয়ে।

(b) _____ is known as milk sugar.

_____ দুগ্ধ শৰ্কৰা হিচাপেও জনা যায়।

(c) _____ is a source of iodine.

_____ এবিধ আয়'ডিনৰ উৎস।

(2)

(d) _____ is caused by the deficiency of vitamin D among children.

ভিটামিন Dৰ অভাবত সৰু ল'ৰা ছোৱালীৰ _____ ৰোগ হয়।

(e) Amylase is an _____.

এমাইলেচ এনজাইম _____।

2. Define any two of the following : $2\frac{1}{2} \times 2 = 5$

তলত দিয়াবোৰৰ যি কোনো দুটাৰ সংজ্ঞা দিয়া :

(a) Nutrient

পৰিপোষক

(b) Digestion

পৰিপাক বা পাচন ক্ৰিয়া

(c) Nutrition education

পৰিপুষ্টি শিক্ষা

(d) Meal planning

আহাৰ পৰিকল্পনা

3. Answer in brief :

চমুকৈ উত্তৰ দিয়া :

(a) What are the food sources of vitamin C?

Enumerate the diseases caused by its deficiency. $2\frac{1}{2} + 2\frac{1}{2} = 5$

ভিটামিন Cৰ খাদ্য উৎসসমূহ কি কি? ইয়াৰ অভাৱজনিত ৰোগসমূহৰ বিষয়ে লিখা।

(3)

Or / অথবা

What are the factors to be considered while planning balanced diet? 5

সুষম আহাৰ পৰিকল্পনা কৰোঁতে মন কৰিব লগা দিশসমূহ কি কি?

(b) What are the nutritional problems during adolescence? 5

বয়ঃসন্ধি কালছোৱাত দেখা দিয়া পুষ্টিসম্বন্ধীয় সমস্যাসমূহ কি কি?

Or / অথবা

What are the functions of carbohydrate in our body? 5

আমাৰ শৰীৰত কাৰ্বহাইড্ৰেটৰ কাৰ্যসমূহ কি কি?

4. (a) What do you mean by food? What are the functions of food? $2 + 8 = 10$

খাদ্য বুলিলে কি বুজা? খাদ্যৰ কামসমূহ কি কি?

Or / অথবা

What is metabolism? Explain the metabolism of cellulose, fat and protein.

$1 + 3 + 3 + 3 = 10$

বিপাক কি? শ্বেতসাৰ, চৰ্বি আৰু প্ৰ'টিনৰ বিপাকৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰা।