



ବିଦ୍ୟାସାଗର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

VIDYASAGAR UNIVERSITY

B.Sc. Honours Examination 2021

(CBCS)

1st Semester

NUTRITION

PAPER—GE1T

BASIC HUMAN NUTRITION

Full Marks : 60

Time : 3 Hours

The figures in the right-hand margin indicate full marks.

Candidates are required to give their answers in their own words as far as practicable.

THEORY : GE1T

Group – A

Answer any *four* questions.

4×12

1. (a) Define food group. What are the different types of food group?

(b) What is balanced diet?

- (c) Write the various functions of food. (2+3)+3+4
- 2.** (a) Why rice and pulses should be supplemented together?
(b) Discuss the nutritive value of rice.
(c) Write about the nutritive value of oats. 3+5+4
- 3.** (a) Write about the protein found in milk.
(b) What is the composition of milk?
(c) How cheese is made? 4+4+4
- 4.** (a) What is the function of salt in cooking?
(b) Write about the nutritional aspect of oil.
(c) What are the various source of fat and oils in our diet? 3+5+4
- 5.** (a) What is food pyramid?
(b) Why vegetables should be incorporated in our diet?
(c) What are the importance of fish and meat in our diet? 3+4+5
- 6.** (a) What is the importance of processed food?
(b) What are the various types of legumes used in Indian diet?
(c) Discuss the nutritional aspect of pulses. 4+3+5
- 7.** (a) What is your idea about the role of RDA assessment in maintaining proper nutrition of an individual?

(b) What do you mean by reference man and reference woman?

(c) Define SDA. 6+4+2

8. (a) What do you mean by ectomorphic, mesomorphic and endomorphic body?

(b) What is lean body mass?

(c) Discuss the role of body composition in physical fitness. 6+2+4

Group – B

Answer any six questions. 6×2

9. What is gluten?

10. Give four examples of milk products.

11. Define nutrient.

12. What is food?

13. Define BMR.

14. Define FFM.

15. Write the name of four non enzymatic antioxidants.

16. Define malnutrition.

17. What is food guide pyramid?

18. Write any two functions of Vitamin A.

বঙ্গানুবাদ

দক্ষিণ প্রান্তস্থ সংখ্যাগুলি প্রশ্নমান নির্দেশক।

পরীক্ষার্থীদের যথাসম্ভব নিজের ভাষায় উত্তর দেওয়া প্রয়োজন।

বিভাগ-ক

যেকোনো চারটি প্রশ্নের উত্তর দাও।

৪×১২

১। (ক) খাদ্য গোষ্ঠীর সংজ্ঞা দাও। বিভিন্ন ধরনের খাদ্য গ্রুপ কী?

(খ) সুষম খাদ্য কী?

(গ) খাদ্যের বিভিন্ন কাজ লেখ।

(২+৩)+৩+৪

২। (ক) চাল এবং ডাল কেন একসাথে পরিপূরক হিসেবে ব্যবহার করা উচিত?

(খ) ধানের পুষ্টিগুণ সম্পর্কে লেখ।

(গ) ওটসের পুষ্টিগুণ সম্পর্কে লেখ।

৩+৫+৪

৩। (ক) দুধে পাওয়া প্রোটিন সম্পর্কে লেখ।

(খ) দুধের গঠন কী?

(গ) কিভাবে পনির তৈরি করা হয়?

৪+৪+৪

৪। (ক) রান্নায় লবণের কাজ কী?

(খ) তেলের পুষ্টির দিক সম্পর্কে লেখ।

(গ) আমাদের খাদ্যে চর্বি ও তেলের বিভিন্ন উৎস কী?

৩+৫+৪

৫। (ক) খাদ্য পিরামিড কী?

(খ) কেন শাকসবজি আমাদের খাদ্যতালিকায় অন্তর্ভুক্ত করা উচিত?

(গ) আমাদের খাদ্যতালিকায় মাছ ও মাংসের গুরুত্ব কী?

৩+৪+৫

৬। (ক) প্রক্রিয়াজাত খাবারের গুরুত্ব কী?

(খ) ভারতীয় খাদ্যতালিকায় ব্যবহৃত বিভিন্ন ধরনের শিশ (লেগুম) গোত্রীয় খাদ্য কী কী?

(গ) ডালের পুষ্টির দিকটি আলোচনা কর।

৪+৩+৫

৭। (ক) একজন ব্যক্তির সঠিক পুষ্টি বজায় রাখার ক্ষেত্রে RDA মূল্যায়নের ভূমিকা সম্পর্কে তোমার ধারণা কী?

(খ) রেফারেন্স পুরুষ ও রেফারেন্স মহিলা বলতে কী বোঝ?

(গ) SDA-এর সংজ্ঞা দাও।

৬+৪+২

৮। (ক) এন্ট্রোমরফিক্ মেসোমরফিক্ এবং এন্ডোমরফিক্ দেহ বলতে কী বোঝ?

(খ) 'লিন্ বডি মাস' কী?

(গ) শারীরিক সুস্থতা রক্ষায় শারীরিক গঠনের ভূমিকা আলোচনা কর।

৬+২+৪

বিভাগ-খ

যেকোনো ছয়টি প্রশ্নের উত্তর দাও।

৬×২

৯। গ্লুটেন কী?

১০। দুগ্ধজাত দ্রব্যের চারটি উদাহরণ দাও।

১১। পুষ্টির সংজ্ঞা দাও।

১২। খাদ্য কী?

১৩। বি.এম.আর এর সংজ্ঞা দাও।

১৪। এফ.এফ.এম এর সংজ্ঞা দাও।

১৫। চারটি ননএনজাইমেটিক এন্টি অক্সিডেন্টের নাম লিখ।

১৬। অপুষ্টির সংজ্ঞা দাও।

১৭। ফুড গাইড পিরামিড কী?

১৮। ভিটামিন 'A'-র যেকোনো দুটি কাজ লেখ।