

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No...5004...

आपका अनुक्रमांक.....

Sr. No. of Question Paper : 4359

H

Unique Paper Code : 6967000001

Name of the Paper : Ayurveda and Nutrition

प्रश्नपत्र का नाम : आयुर्वेद एवं पोषण

Name of the Course : Value Addition Course

पाठ्यक्रम का नाम : मूल्य संवर्धन पाठ्यक्रम

Semester : II

सेमेस्टर

Duration : 1 Hour

Maximum Marks : 30

समय : 1 घण्टा

अधिकतम अंक : 30

### **Instructions for Candidates**

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. **First** question is compulsory and attempt any **two** questions from remaining.
3. Each question carries **10** marks.

P.T.O.

4. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

### छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए ।
2. पहला प्रश्न अनिवार्य है और शेष में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।
3. प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है ।
4. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए ।

1. Write short notes on **any two** of the following :

(5×2=10)

(i) "*Kapha Prakriti*"

(ii) My Plate

(iii) Description of *Pathya* and *Apathya* food

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणी कीजिए :

(i) “कफ प्रकृति”

(ii) मेरी प्लेट

(iii) पथ्य और अपथ्य भोजन का वर्णन

2. Describe the regulations of FSSAI for labelling *Ayurvedic Aahara* products. (10)

आयुर्वेदिक आहार उत्पादों पर लेबल लगाने के लिए एफएसएसआई के नियमों का वर्णन कीजिए।

3. Enlist principles of *Aharmatra* important for health. Explain in detail the significance of “*Guru*” and “*Laghu*” *Aahar*. (10)

स्वास्थ्य के लिए महत्त्वपूर्ण आहार मात्रा के सिद्धांतों को सूची बद्ध कीजिए। “गुरु” और “लघु” आहार के महत्त्व को विस्तार से समझाइए।

4. "Adopting the principles of "Dincharya" and "Ritucharya" help in maintaining human health. Explain this statement. (10)

“दिनचर्या” और “ऋतुचर्या” के सिद्धांतों को अपनाने से मानव स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद मिलती है। इस कथन को समझाइये।