

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No. **223/2915020**

Sr. No. of Question Paper : 2651

G

Unique Paper Code : 6967000001

Name of the Paper : Ayurveda and Nutrition

Name of the Course : Value Addition Course
मूल्य संवर्धन पाठ्यक्रम

Semester : I/III

Duration : 1 Hour

Maximum Marks : 30

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.
3. First question is compulsory and attempt any two questions from remaining.
4. Each question carries 10 marks.

P.T.O.

छात्रों के लिए निर्देश

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

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

(5×2=10)

✓ (i) Concept of "*Sattva* " and "*Tamas* "

✓ (ii) Four eras and evolution of Indian food

(iii) "*Ritucharya* "

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए।

(i) “सत्त्व” और “तमस्” की अवधारणा

(ii) चार युग और भारतीय भोजन का विकास

(iii) “ऋतुचर्या”

2. Discuss the ayurvedic principles of food habits and factors determining quality of food (aahar vidhi visheshaayatana) (10)

भोजन की आदतों के आयुर्वेदिक सिद्धांतों और भोजन की गुणवत्ता निर्धारित करने वाले कारकों पर चर्चा करें (आहार विधि विशेषायतन)

3. Enlist the principles of “Ahar Vidhi Vidhan”. Explain with examples. (10)

“आहार विधि विधान” के सिद्धांतों को सूचीबद्ध करें। उदाहरण सहित समझाइए।

4. Elaborate upon the various suitable food items as per the principles of "*Pathya*", "*Apathya*" and "*Viruddha ahar*". (10)

“पथ्य, अपथ्य और विरुद्ध आहार” के सिद्धांतों के अनुसार विभिन्न उपयुक्त खाद्य पदार्थों का विस्तार से वर्णन कीजिए।