

OMR Answer Sheet No.

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|

Question Booklet  
Number

**NP-101**

**B.Sc./B.Com. (Major/Minor) I Year-I Semester**

**Examination, Dec.-2023**

**(Held in Jan.-2024)**

**Co-curricular Course**

**Paper : I**

**Z010101T**

**(Food, Nutrition and Hygiene)**

Question Booklet Series

**A**

To be filled in by the candidate / निम्न पूर्तियाँ परीक्षार्थी स्वयं भरें)

Roll No. (in figures)

अनुक्रमांक (अंकों में)

Roll No. (in words)

अनुक्रमांक (शब्दों में)

Enrolment No. (in figures)

[ Time : 2 Hours

[ समय : 2 घण्टे

[ Maximum Marks: 75

[ अधिकतम अंक : 75

Name of College

कॉलेज का नाम

Signature of Invigilator

कक्ष निरीक्षक के हस्ताक्षर

*Instructions to the Examinee :*

1. Do not open the booklet unless you are asked to do so.
2. The booklet contains 100 questions. Examinee is required to answer any 60 questions in the OMR Answer-Sheet provided and not in the question booklet. In case Examinee attempts more than 60 Questions, **first** 60 attempted questions will be evaluated. All questions carry equal marks.
3. Examine the Booklet and the OMR Answer-Sheet very carefully before you proceed. Faulty question booklet due to missing or duplicate pages/questions or having any other discrepancy should be immediately replaced.

*(Remaining Instructions on last page)*

*परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :*

1. प्रश्न-पुस्तिका को तब तक न खोलें जब तक आपसे कहा न जाए।
2. प्रश्न-पुस्तिका में 100 प्रश्न हैं। परीक्षार्थी को किन्हीं 60 प्रश्नों को दी गई ओ0एम0आर0 आन्सर-शीट पर ही हल करना है। परीक्षार्थी द्वारा 60 से अधिक प्रश्नों को हल करने की स्थिति में, **प्रथम** 60 उत्तरों को ही मूल्यांकित किया जायेगा। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।
3. प्रश्नों के उत्तर अंकित करने से पूर्व प्रश्न-पुस्तिका तथा OMR आन्सर-शीट को सावधानीपूर्वक देख लें। दोषपूर्ण प्रश्न-पुस्तिका जिसमें कुछ भाग छपने से छूट गये हों या प्रश्न एक से अधिक बार छप गए हों या उसमें किसी अन्य प्रकार की कमी हो, उसे तुरन्त बदल लें।

*(शेष निर्देश अन्तिम पृष्ठ पर)*

**Rough Work**  
रफ़ कार्य

- |  |   |
|--|---|
| <p>1. Which mineral is needed for RBC formation?</p> <p>(A) Calcium</p> <p>(B) Iron</p> <p>(C) Zinc</p> <p>(D) Vitamin K</p>           | <p>1. लाल रक्त कणिकाओं के निर्माण के लिए किस तत्व की आवश्यकता होती है?</p> <p>(A) कैल्शियम</p> <p>(B) लौह तत्व</p> <p>(C) जिंक</p> <p>(D) विटामिन K</p> |
| <p>2. Which of the following is a source of Vitamin C?</p> <p>(A) Sunlight</p> <p>(B) Milk</p> <p>(C) Egg yolk</p> <p>(D) Guava</p>    | <p>2. निम्न में से कौन सा विटामिन C का स्रोत है?</p> <p>(A) सूर्य की रोशनी</p> <p>(B) दूध</p> <p>(C) अंडे की जर्दी</p> <p>(D) अमरुद</p>                 |
| <p>3. We get vitamin A from which of the following?</p> <p>(A) Beetroot</p> <p>(B) Lemon</p> <p>(C) Yellow fruit</p> <p>(D) Pulses</p> | <p>3. निम्न में से किससे विटामिन A मिलता है?</p> <p>(A) चुकन्दर</p> <p>(B) नींबू</p> <p>(C) पीले फल</p> <p>(D) दालें</p>                                |

4. This nutrient needed for healthy immune system is-
  - (A) Calcium
  - (B) Vitamin E
  - (C) Vitamin A
  - (D) Vitamin D
5. Diabetes is related with.
  - (A) Metabolism of Carbohydrate
  - (B) Digestion of Glucose
  - (C) Digestion of Glycogen
  - (D) All of these
6. Which should be the first food of a neonate?
  - (A) Honey
  - (B) Janam ghutti
  - (C) Mother milk
  - (D) Glucose
7. Polysaccharides are-
  - (A) Simple carbohydrates
  - (B) Complex carbohydrates
  - (C) Mix carbohydrates
  - (D) None of the above
4. स्वस्थ प्रतिरक्षा प्रणाली के लिए आवश्यक पोषक तत्व है-
  - (A) कैल्शियम
  - (B) विटामिन E
  - (C) विटामिन A
  - (D) विटामिन D
5. मधुमेह इससे सम्बन्धित है-
  - (A) कार्बोहाइड्रेट का चयापचय
  - (B) ग्लूकोज का पाचन
  - (C) ग्लाइकोजन का पाचन
  - (D) उपरोक्त सभी
6. नवजात शिशु का सबसे पहला भोजन होना चाहिए-
  - (A) शहद
  - (B) जन्म घुट्टी
  - (C) माँ का दूध
  - (D) ग्लूकोज
7. पॉली सैकेराइड्स हैं-
  - (A) सरल कार्बोहाइड्रेट्स
  - (B) जटिल कार्बोहाइड्रेट्स
  - (C) मिश्रित कार्बोहाइड्रेट्स
  - (D) इनमें से कोई नहीं

8. Which of the following is a unsaturated fatty acid-

- (A) Linoleic acid
- (B) Oleic acid
- (C) Arachidonic acid
- (D) All of these

9. Which is known as Pregnancy hormone-

- (A) Progesterone
- (B) Oxytocin
- (C) Prolactin
- (D) None of these

10. Which is considered as a complete food-

- (A) Fruits
- (B) Milk
- (C) Curd
- (D) Meat

11. Which food item has calcium-

- (A) Honey
- (B) Sugar
- (C) Milk
- (D) Potato

8. निम्न में से असंतृप्त वसीय अम्ल है-

- (A) लिनोलिक अम्ल
- (B) ओलिक अम्ल
- (C) आर्कीडोनिक अम्ल
- (D) उपरोक्त सभी

9. प्रेगनेंसी हॉर्मोन है-

- (A) प्रोजेस्टेरोन
- (B) ऑक्सीटोसिन
- (C) प्रोलैक्टिन
- (D) इनमें से कोई नहीं

10. सम्पूर्ण भोजन होता है-

- (A) फल
- (B) दूध
- (C) दही
- (D) मांस

11. किस खाद्य पदार्थ में कैल्शियम होता है-

- (A) शहद
- (B) चीनी
- (C) दूध
- (D) आलू

12. Which are the good sources of Protein-
- (A) Rice
  - (B) Fruit
  - (C) Eggs
  - (D) Green Vegetables
13. Which of the following metals is a constituent of Vitamin B<sub>12</sub>-
- (A) Magnesium
  - (B) Cobalt
  - (C) Zinc
  - (D) Iron
14. Which one of the following is required for muscle contraction-
- (A) Calcium
  - (B) Vitamin C
  - (C) Iron
  - (D) Fluoride
15. Milk protein is-
- (A) Albumin
  - (B) Myosin
  - (C) Gluten
  - (D) Casein
12. इनमें से प्रोटीन का अच्छा स्रोत है-
- (A) चावल
  - (B) फल
  - (C) अंडे
  - (D) हरी सब्जियाँ
13. निम्न में से कौन सा विटामिन B<sub>12</sub> का धातु घटक है-
- (A) मैग्नीशियम
  - (B) कोबाल्ट
  - (C) जिंक
  - (D) लौह
14. मांसपेशियों के संकुचन के लिए जरूरी है-
- (A) कैल्शियम
  - (B) विटामिन C
  - (C) लौह
  - (D) फ्लोराइड
15. दुग्ध शर्करा है-
- (A) एल्बुमिन
  - (B) मायोसीन
  - (C) ग्लूटिन
  - (D) केसीन

16. The term nutrition means-

- (A) Renewal of strength
- (B) Self satisfaction
- (C) Removal of hunger
- (D) Nourishment of body

17. Calcium deficiency can lead to-

- (A) Tetany
- (B) Keratomalacia
- (C) Rickets
- (D) None of these

18. Which nutrients is called Body fuel-

- (A) Fat
- (B) Carbohydrate
- (C) Both (A) and (B)
- (D) None of these

19. Meat and fish give which nutrient-

- (A) Fat
- (B) Protein
- (C) Vitamin
- (D) Carbohydrates

16. पोषण शब्द का अर्थ है-

- (A) शक्ति का नवीनीकरण
- (B) स्वयं सन्तुष्ट होना
- (C) भूख का खत्म होना
- (D) शरीर का पोषण

17. कैल्शियम की कमी से होता है-

- (A) टिटैनी
- (B) किरेटोमैलेसिया
- (C) रिकेट्स
- (D) इनमें से कोई नहीं

18. कौन सा पोषण तत्व शारीरिक ईंधन कहलाता है?

- (A) वसा
- (B) कार्बोहाइड्रेट
- (C) (A) तथा (B) दोनों
- (D) इनमें से कोई नहीं

19. मांस तथा मछली में कौन सा पोषक तत्व मिलता है-

- (A) वसा
- (B) प्रोटीन
- (C) विटामिन
- (D) कार्बोहाइड्रेट

20. Vitamins and minerals help in-

- (A) Repair of cells
- (B) Gain in Body weight
- (C) Provide energy
- (D) Protection against infection

21. Carbohydrates are made up of-

- (A) Butyric acids
- (B) Amino acid
- (C) Fatty acids
- (D) Sugar

22. Which vitamin is needed for blood clotting-

- (A) Vitamin K
- (B) Vitamin A
- (C) Vitamin B
- (D) Vitamin C

23. What is the chemical name of vitamin B<sub>6</sub>-

- (A) Niacin
- (B) Pyridoxin
- (C) Thiamine
- (D) Riboflavin

20. विटामिन और खनिज सहायता करते हैं-

- (A) कोशिकाओं की मरम्मत में
- (B) शरीर का वजन बढ़ाने में
- (C) ऊर्जा देने में
- (D) संक्रमण से बचाव में

21. कार्बोहाइड्रेट किससे बनते हैं-

- (A) ब्यूटायरिक अम्ल
- (B) एमिनो अम्ल
- (C) वसीय अम्ल
- (D) शर्करा

22. रक्त का थक्का जमाने के लिए आवश्यक विटामिन है-

- (A) विटामिन K
- (B) विटामिन A
- (C) विटामिन B
- (D) विटामिन C

23. विटामिन B<sub>6</sub> का रासायनिक नाम है-

- (A) नायसिन
- (B) पायरिडॉक्सिन
- (C) थायमीन
- (D) राइबोफ्लेविन



24. Water soluble vitamins are-

- (A) Vitamin A and D
- (B) Vitamin E and K
- (C) Vitamin B and C
- (D) Vitamin A and K

25. The word Vitamin was given by-

- (A) Macculum
- (B) Funk
- (C) Garren
- (D) Hopkins

26. Cells of pancreas secrets-

- (A) Glycogen
- (B) Thyroxin
- (C) Insulin
- (D) Glucose

27. Which Protein found in mother milk is-

- (A) Myosin
- (B) Lactoglobulin
- (C) Lactalbumin
- (D) Both (B) and (C)

24. जल में घुलनशील विटामिन हैं-

- (A) विटामिन A और D
- (B) विटामिन E और K
- (C) विटामिन B और C
- (D) विटामिन A और K

25. विटामिन शब्द दिया था-

- (A) मैकलम
- (B) फंक
- (C) गारेन
- (D) हॉपकिन्स

26. अग्नाशय की कोशिकाएँ श्रावित करती हैं-

- (A) ग्लाइकोजन
- (B) थायरोक्सिन
- (C) इन्सुलिन
- (D) ग्लूकोज

27. माँ के दूध में कौन सा प्रोटीन होता है-

- (A) मायोसिन
- (B) लैक्टोग्लोबुलिन
- (C) लेक्टएल्ब्यूमिन
- (D) (B) और (C) दोनों

28. Maltose is also known as-

- (A) Malt sugar
- (B) Cane sugar
- (C) Fruit sugar
- (D) Milk sugar

28. माल्टोज को इस नाम से भी जाना जाता है-

- (A) माल्ट शर्करा
- (B) गन्ने की शर्करा
- (C) फल शर्करा
- (D) दुग्ध शर्करा

29. Different type of protein energy

malnutrition are-

- (A) Kwashiorkor
- (B) Marasmic kwashiorkor
- (C) Marasmus
- (D) All of these

29. प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण के प्रकार हैं-

- (A) क्वाशियोरकोर
- (B) मेरास्मिक क्वाशियोरकोर
- (C) मेरास्मस
- (D) उपरोक्त सभी

30. Which is the name of an amino acid

bond-

- (A) Hydrogen bond
- (B) Peptide bond
- (C) Acidic bond
- (D) Ionic bond

30. एमिनो अम्ल बन्ध का नाम है-

- (A) हाइड्रोजन बंध
- (B) पेप्टाइड बंध
- (C) अम्लीय बंध
- (D) आयनिक बंध

31. The process of protein synthesis takes place in which of the following cell organelles-

- (A) Cytoplasm
- (B) Mitochondria
- (C) Ribosomes
- (D) Vacuoles

32. Which process converts glucose to Pyruvic acid during digestion of carbohydrates-

- (A) Krebs cycle
- (B) Gluconeogenesis
- (C) Glycogenolysis
- (D) Glycolysis

33. Which is called as fruit sugar-

- (A) Maltose
- (B) Fructose
- (C) Glucose
- (D) Galactose

31. प्रोटीन संश्लेषण का कार्य कोशिका के किस अंग में होता है-

- (A) साइटोप्लाज्म
- (B) माइटोकॉन्ड्रिया
- (C) राइबोसोम
- (D) रिक्तिकाएँ

32. कार्बोहाइड्रेट के पाचन में कौन सी प्रक्रिया ग्लूकोज को पायरूविक अम्ल में परिवर्तित करती है-

- (A) क्रेब्स चक्र
- (B) ग्लूकोनिओजेनेसिस
- (C) ग्लाइकोजिनोलाइसिस
- (D) ग्लाइकोलाइसिस

33. फलों की शर्करा है-

- (A) माल्टोज
- (B) फ्रक्टोज
- (C) ग्लूकोज
- (D) गैलेक्टोज

34. Which enzyme convert starch to maltose in the mouth-
- (A) Maltose  
(B) Amylase  
(C) Lipase  
(D) Protease
35. Food exchange list is-
- (A) Group of carbohydrate rich food items  
(B) Group of protein rich food items  
(C) Group of same nutritional composition food items  
(D) Group of different nutritional composition food items
36. Smallest unit of protein is-
- (A) Amino acid  
(B) Fatty acid  
(C) Glucose  
(D) All of these
34. एन्जाइम जो मुँह में स्टार्च को माल्टोज में बदलता है-
- (A) माल्टोज  
(B) एमाइलेज  
(C) लाइपेज  
(D) प्रोटीएज
35. फूड एक्सचेंज सूची है-
- (A) कार्बोहाइड्रेट प्रचुर खाद्य पदार्थों का समूह  
(B) प्रोटीन प्रचुर खाद्य पदार्थों का समूह  
(C) एक समान पोषण संघटन के खाद्य पदार्थों का समूह  
(D) भिन्न-भिन्न पोषण संघटन के खाद्य पदार्थों का समूह
36. प्रोटीन की सूक्ष्मतम इकाई है-
- (A) एमिनो अम्ल  
(B) वसीय अम्ल  
(C) ग्लूकोज  
(D) उपरोक्त सभी

37. Which of the following is known as lactation hormone-
- (A) Prolactin  
(B) Estrogen  
(C) Progesterone  
(D) None of these
37. लैक्टेशन हार्मोन है-
- (A) प्रोलैक्टिन  
(B) ईस्ट्रोजेन  
(C) प्रोजेस्टेरोन  
(D) इनमें से कोई नहीं
38. Supplementation of which nutrient is required by a pregnant women-
- (A) Iodine  
(B) Iron  
(C) Folate  
(D) All of these
38. गर्भवती महिला को किस पोषक तत्व के अनुपूरक की आवश्यकता होती है-
- (A) आयोडीन  
(B) लौह  
(C) फोलेट  
(D) उपरोक्त सभी
39. During second to third trimester of pregnancy, BMR increases-
- (A) 5 Percent  
(B) 7 Percent  
(C) 10 Percent  
(D) 25 Percent
39. गर्भावस्था में द्वितीय से तृतीय त्रयिमेस्टर में बी.एम. आर. बढ़ जाता है-
- (A) पाँच प्रतिशत  
(B) सात प्रतिशत  
(C) दस प्रतिशत  
(D) पच्चीस प्रतिशत

40. First vaccination for a new born is-

- (A) Tetanus
- (B) BCG
- (C) Polio
- (D) DPT

41. Introduction of liquid or semi liquid food to an infant is known as-

- (A) Monitoring
- (B) Cleaning
- (C) Weaning
- (D) None of these

42. Complications of diabetes are-

- (A) Blurring of vision
- (B) Weakness
- (C) Diabetes coma
- (D) All of these

43. Normal blood pressure is-

- (A) 100/160 mm Hg
- (B) 90/140 mm Hg
- (C) 80/110 mm Hg
- (D) 80/120 mm Hg

40. नवजात शिशु को सबसे पहले कौन सा टीका लगता है-

- (A) टिटनेस
- (B) BCG
- (C) पोलियो
- (D) DPT

41. शिशु को सर्वप्रथम तरल और अर्द्धतरल भोजन देना कहलाता है-

- (A) मॉनिटरिंग
- (B) क्लीनिंग
- (C) वीनिंग (विलोपन)
- (D) इनमें से कोई नहीं

42. मधुमेह की जटिल स्थिति हैं-

- (A) दृष्टि में धुंधलापन
- (B) कमजोरी
- (C) मधुमेह कोमा
- (D) उपरोक्त सभी

43. सामान्य रक्तचाप होता है-

- (A) 100/160 mm Hg
- (B) 90/140 mm Hg
- (C) 80/110 mm Hg
- (D) 80/120 mm Hg

44. Functions of food are-

- (A) Growth and development
- (B) Giving energy
- (C) Protections from diseases
- (D) All of these

45. Vitamin A is needed for-

- (A) For Health of eyes and skin
- (B) Bone Health
- (C) Blood formation
- (D) Muscle Health

46. Which is the best food for infant-

- (A) Cow's milk
- (B) Mother's milk
- (C) Powdered milk
- (D) Artificial milk

47. 1 gram of carbohydrate gives-

- (A) 6 Calories
- (B) 5 Calories
- (C) 10 Calories
- (D) 4 Calories

44. भोजन के कार्य हैं-

- (A) वृद्धि एवं विकास
- (B) ऊर्जा प्रदान करना
- (C) रोगों से बचाव
- (D) उपरोक्त सभी

45. विटामिन ए की आवश्यकता होती है-

- (A) आँखों और त्वचा का स्वास्थ्य
- (B) अस्थि स्वास्थ्य
- (C) रक्त निर्माण
- (D) मांसपेशियों का स्वास्थ्य

46. शिशु के लिए सर्वोत्तम आहार है-

- (A) गाय का दूध
- (B) माँ का दूध
- (C) दूध पाउडर
- (D) कृत्रिम दूध

47. एक ग्राम कार्बोहाइड्रेट देता है-

- (A) 6 कैलोरी
- (B) 5 कैलोरी
- (C) 10 कैलोरी
- (D) 4 कैलोरी

48. Which of the following is the main source of protein-
- (A) Fat  
(B) Soyabean  
(C) Fruits  
(D) Water
49. Deficiency of vitamin B causes-
- (A) Scurvy  
(B) Goitre  
(C) Beri-Beri  
(D) Night Blindness
50. Source of carbohydrate are-
- (A) Yam  
(B) Colocasia  
(C) Potato  
(D) All of these
51. Deterioration of fat and oil is called-
- (A) Saponification  
(B) Rancidity  
(C) Pasteurization  
(D) Emulsification
48. निम्न में से कौन सा प्रोटीन का मुख्य स्रोत है-
- (A) वसा  
(B) सोयाबीन  
(C) फल  
(D) जल
49. विटामिन B की कमी से कौन सा रोग होता है-
- (A) स्कर्वी  
(B) घेंघा  
(C) बेरी-बेरी  
(D) रतौंधी
50. कार्बोहाइड्रेट के स्रोत हैं-
- (A) ज़िमीकन्द  
(B) अरबी  
(C) आलू  
(D) उपरोक्त सभी
51. वसा और तेल का विघटन कहलाता है-
- (A) साबुनीकरण  
(B) विकृतगंधिता  
(C) पाश्चुरीकरण  
(D) पायसीकरण



52. Which of the following are the properties of fat-

- (A) Soluble in alcohol
- (B) Insoluble water
- (C) Dense source of energy
- (D) All of these

53. Glucose stored in the liver as-

- (A) Protein
- (B) Glycogen
- (C) Sucrose
- (D) Fat

54. Which of the following is not the part in the composition of carbohydrate-

- (A) Hydrogen
- (B) Carbon
- (C) Nitrogen
- (D) Oxygen

52. निम्न में से वसा के गुण हैं-

- (A) अल्कोहल में घुलनशीलता
- (B) जल में अघुलनशीलता
- (C) ऊर्जा का सघनता स्रोत
- (D) उपरोक्त सभी

53. ग्लूकोज लीवर में किस रूप में भंडारित होता है-

- (A) प्रोटीन
- (B) ग्लाइकोजन
- (C) सुक्रोज
- (D) वसा

54. निम्न में से कौन सा कार्बोहाइड्रेट का भाग नहीं है-

- (A) हाइड्रोजन
- (B) कार्बन
- (C) नाइट्रोजन
- (D) ऑक्सीजन

55. What is the main function of Vitamin E-

- (A) Maintenance of reproductive health
- (B) Maintenance of eye sight
- (C) Generate energy
- (D) Growth of body

56. The health status that arises from excess nutrition-

- (A) Obesity
- (B) Good nutrition
- (C) Malnutrition
- (D) Over weight

57. Calciferol is the chemical name of which vitamin-

- (A) Vitamin A
- (B) Vitamin D
- (C) Vitamin C
- (D) Vitamin E

55. विटामिन E का मुख्य कार्य है-

- (A) प्रजनन स्वास्थ्य को बनाये रखना
- (B) स्वस्थ दृष्टि बनाये रखना
- (C) ऊर्जा प्रदान करना
- (D) शरीर की वृद्धि करना

56. अत्यधिक पोषण से प्राप्त स्वास्थ्य स्तर है-

- (A) मोटापा
- (B) सुपोषण
- (C) कुपोषण
- (D) अधिक वजन

57. कैल्सिफेरॉल किस विटामिन का रासायनिक नाम है-

- (A) विटामिन A
- (B) विटामिन D
- (C) विटामिन C
- (D) विटामिन E

58. Which of the following is source of invisible fat-

- (A) Pulses
- (B) Cereals
- (C) Egg
- (D) All of these

59. Which disease occur due to the excess of carbohydrate and fat-

- (A) Malnutrition
- (B) Diarrhoea
- (C) Obesity
- (D) Osteoporosis

60. Generic formula of carbohydrate is-

- (A)  $C=O$
- (B)  $CHO$
- (C)  $CHC$
- (D)  $CH_2O$

61. Krebs cycle also called-

- (A) Glycolysis
- (B) HMP shunt Pathway
- (C) Citric acid cycle
- (D) Glycogenesis

58. अदृश्य वसा का स्रोत है-

- (A) दालें
- (B) अनाज
- (C) अंडा
- (D) उपरोक्त सभी

59. अत्यधिक कार्बोहाइड्रेट एवं वसा से कौन सा रोग होता है-

- (A) कुपोषण
- (B) अतिसार
- (C) मोटापा
- (D) अस्थियों का खोखलापन

60. कार्बोहाइड्रेट का सामान्य सूत्र है-

- (A)  $C=O$
- (B)  $CHO$
- (C)  $CHC$
- (D)  $CH_2O$

61. क्रेब्स चक्र को कहते हैं-

- (A) ग्लाइकोलाइसिस
- (B) एच एम पी शंट पॉथवे
- (C) सिट्रिक एसिड चक्र
- (D) ग्लाइकोजेनेसिस

62. Process by which glycogen is converted into glucose-

- (A) Glycogenesis
- (B) Glycolysis
- (C) Glycogenolysis
- (D) Krebs cycle

63. Deficiency of vitamin C causes-

- (A) Rickets
- (B) Scurvy
- (C) Beri-Beri
- (D) Pellagra

64. Fats are the esters of fatty acids with-

- (A) Benzene
- (B) Ether
- (C) Glycerol
- (D) Alcohol

65. Amylase in saliva begin the breakdown of carbohydrates into-

- (A) Simple sugars
- (B) Polypeptides
- (C) Amino acids
- (D) Fatty acids

62. प्रक्रिया जिसमें ग्लाइकोजन ग्लूकोज में परिवर्तित होता है-

- (A) ग्लाइकोजेनेसिस
- (B) ग्लाइकोलाइसिस
- (C) ग्लाइकोजिनोलाइसिस
- (D) क्रेब्स चक्र

63. विटामिन C की कमी से होता है-

- (A) रिकेट्स
- (B) स्कर्वी
- (C) बेरी-बेरी
- (D) पेलाग्रा

64. वसा निम्न में से किसके साथ वसीय अम्लों के इस्टर्स हैं-

- (A) बेंजीन
- (B) ईथर
- (C) ग्लिसरॉल
- (D) अल्कोहल

65. मुँह की लार का एमाइलेज कार्बोहाइड्रेट को किसमें तोड़ता है-

- (A) सरल शर्करा
- (B) पालीपेप्टाइड
- (C) एमिनो अम्ल
- (D) वसीय अम्ल

66. Which food item provide energy-

- (A) Rice
- (B) Bread
- (C) Sugar
- (D) All of these

67. What is the calcium requirement for a pregnant women-

- (A) 600 mg/day
- (B) 1200 mg/day
- (C) 1000 mg/day
- (D) 400 mg/day

68. Requirement of calcium during lactation-

- (A) Increase
- (B) Decrease
- (C) Remain same
- (D) None of these

69. Protein found in egg white is-

- (A) Casein
- (B) Collagens
- (C) Ovalbumin
- (D) Oxytocin

66. कौन सा खाद्य पदार्थ ऊर्जा देता है-

- (A) चावल
- (B) ब्रेड
- (C) चीनी
- (D) उपरोक्त सभी

67. गर्भवती महिला को कैल्शियम की कितनी आवश्यकता होती है-

- (A) 600 मिलीग्राम प्रतिदिन
- (B) 1200 मिलीग्राम प्रतिदिन
- (C) 1000 मिलीग्राम प्रतिदिन
- (D) 400 मिलीग्राम प्रतिदिन

68. धात्री अवस्था में कैल्शियम की आवश्यकता-

- (A) बढ़ती है
- (B) कम होती है
- (C) एक समान रहती है
- (D) इनमें से कोई नहीं

69. अण्डे की सफेदी का प्रोटीन होता है-

- (A) केसीन
- (B) कोलेजन
- (C) ओवल्बुमिन
- (D) ऑक्सीटोसिन

70. Which of the following helps in calcium absorption to build strong bones-

- (A) Vitamin C
- (B) Vitamin D
- (C) Phosphorus
- (D) Iron

71. Soyabean is a rich source of-

- (A) Protein
- (B) Fat
- (C) Energy
- (D) Calcium

72. What is the free source of vitamin D-

- (A) Egg
- (B) Milk
- (C) Sunlight
- (D) All of these

70. निम्न में से कौन हड्डियों को मजबूत बनाने के लिए

कैल्शियम के अवशोषण में मदद करता है-

- (A) विटामिन C
- (B) विटामिन D
- (C) फॉस्फोरस
- (D) लौह तत्व

71. सोयाबीन किसका एक प्रचुर स्रोत है-

- (A) प्रोटीन
- (B) वसा
- (C) ऊर्जा
- (D) कैल्शियम

72. विटामिन D का मुक्त स्रोत है-

- (A) अंडा
- (B) दूध
- (C) सूर्य की रोशनी
- (D) उपरोक्त सभी

73. ICMR stands for-

- (A) Indian Council of Mortality Research
- (B) Indian Council of Medical Research
- (C) Indian Council of Malaria Research
- (D) International Council of Medical Research

74. Fat soluble vitamin are-

- (A) B and C
- (B) B, D and E
- (C) A, B, C and K
- (D) A, D, E and K

75. Main source of energy in food is-

- (A) Carbohydrate and fat
- (B) Minerals and protein
- (C) Vitamins and minerals
- (D) Water and vitamins

73. आई.सी.एम.आर. है-

- (A) भारतीय मृत्यु अनुसंधान परिषद
- (B) भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद
- (C) भारतीय मलेरिया अनुसन्धान परिषद
- (D) अन्तर्राष्ट्रीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद

74. वसा में घुलनशील विटामिन हैं-

- (A) B और C
- (B) B, D और E
- (C) A, B, C और K
- (D) A, D, E और K

75. भोजन में ऊर्जा का मुख्य स्रोत है-

- (A) कार्बोहाइड्रेट और वसा
- (B) खनिज लवण और प्रोटीन
- (C) विटामिन और खनिज लवण
- (D) जल और विटामिन

76. Which of the following is needed for growth of the body-

- (A) Carbohydrate
- (B) Fat
- (C) Protein
- (D) Minerals

77. Pectin is found in-

- (A) Ripen fruits
- (B) Rice
- (C) Ghee
- (D) Milk

78. How many carbon atoms are there in one molecule of carbohydrate-

- (A) Two
- (B) Four
- (C) Six
- (D) Eight

79. When Glucose level in blood fall down, it is called-

- (A) Hyperglycaemia
- (B) Hypoglycaemia
- (C) Glycosuria
- (D) Polyuria

76. शरीर की वृद्धि के लिए जरूरी है-

- (A) कार्बोहाइड्रेट
- (B) वसा
- (C) प्रोटीन
- (D) खनिज लवण

77. पेक्टिन मिलता है-

- (A) पके फलों में
- (B) चावल में
- (C) घी में
- (D) दूध में

78. कार्बोहाइड्रेट के एक अणु में कितने कार्बन अणु होते हैं-

- (A) दो
- (B) चार
- (C) छः
- (D) आठ

79. जब रक्त में ग्लूकोज की मात्रा कम हो जाती है तो वह स्थिति कहलाती है-

- (A) हाइपरग्लाइसीमिया
- (B) हाइपोग्लाइसीमिया
- (C) ग्लाइकोसूरिया
- (D) पॉलीयूरिया



80. Colostrum is source of-

- (A) Lactoferrin
- (B) Immunoglobulin
- (C) Both (A) and (B)
- (D) None of these

81. Unit of energy is-

- (A) Kilometer
- (B) Celsius
- (C) Kilogram
- (D) Calories

82. Which vitamin is not soluble in fat-

- (A) Vitamin B
- (B) Vitamin A
- (C) Vitamin D
- (D) Vitamin E

83. Richest source of vitamin C is-

- (A) Banana
- (B) Sprouted cereals
- (C) Amla
- (D) Wheat

80. कोलोस्ट्रम एक स्रोत है-

- (A) लेक्टोफेरिन
- (B) इम्यूनोग्लोबिन
- (C) (A) और (B) दोनों
- (D) इनमें से कोई नहीं

81. ऊर्जा की इकाई है-

- (A) किलोमीटर
- (B) सेल्सियस
- (C) किलोग्राम
- (D) कैलोरी

82. कौन सा विटामिन वसा में घुलनशील नहीं है-

- (A) विटामिन B
- (B) विटामिन A
- (C) विटामिन D
- (D) विटामिन E

83. विटामिन C सबसे अधिक पाया जाता है-

- (A) केले में
- (B) अंकुरित अनाज में
- (C) आँवला में
- (D) गेहूँ में

84. What is the full form of RDA-

- (A) Required Dietary Allowances
- (B) Revised Dietary Allowances
- (C) Recommended Daily Allowances
- (D) Recommended Dietary Allowances

85. Extra glucose stored in-

- (A) Kidney
- (B) Liver
- (C) Bones
- (D) Lungs

86. Basic unit of carbohydrate is-

- (A) Glucose
- (B) Cellulose
- (C) Galactose
- (D) Fructose

87. The process of breakdown of large fat globules into smaller uniformly distributed particles is known as-

- (A) Emulsification
- (B) Saponification
- (C) Pasteurization
- (D) Hydrolysis

84. RDA का पूरा नाम है-

- (A) आवश्यक आहारिय भत्ते
- (B) संशोधित आहारिय भत्ते
- (C) अनुशंसित दैनिक भत्ते
- (D) अनुशंसित आहारिय भत्ते

85. अतिरिक्त ग्लूकोज संचित रहता है-

- (A) गुर्दों में
- (B) यकृत में
- (C) हड्डियों में
- (D) फेफड़ों में

86. कार्बोहाइड्रेट की सरलतम इकाई है-

- (A) ग्लूकोज
- (B) सेल्युलोज
- (C) गैलेक्टोज
- (D) फ्रक्टोज

87. बड़े वसा कणों का सूक्ष्म कणों में टूटना, समान रूप से वितरित होने की प्रक्रिया कहलाती है-

- (A) पायसीकरण
- (B) साबुनीकरण
- (C) पाश्चुरीकरण
- (D) हाइड्रोलिसिस

88. Retinol is the chemical name of-

- (A) Vitamin K
- (B) Vitamin A
- (C) Vitamin C
- (D) Vitamin E

89. What is the role of vitamin K-

- (A) Anti-oxidant
- (B) Anti-informatory
- (C) Clotting of blood
- (D) Formation of bone

90. Which disease occur due to the deficiency of Iodine-

- (A) Scurvy
- (B) Goitre
- (C) Beri-Beri
- (D) Rickets

91. Who gave the word protein-

- (A) Hulder
- (B) Mulder
- (C) Holder
- (D) Molder

88. रेटिनॉल रासायनिक नाम है-

- (A) विटामिन K का
- (B) विटामिन A का
- (C) विटामिन C का
- (D) विटामिन E का

89. विटामिन K का कार्य है-

- (A) एन्टी-आक्सीडेंट
- (B) सूजनरोधी
- (C) रक्त का थक्का जमाना
- (D) अस्थियों का निर्माण करना

90. आयोडीन की कमी से कौन सा रोग होता है-

- (A) स्कर्वी
- (B) घेंघा
- (C) बेरी-बेरी
- (D) रिकेट्स

91. प्रोटीन शब्द किसने दिया-

- (A) हुल्डर
- (B) मुल्डर
- (C) होल्डर
- (D) मोल्डर

92. Which of the following factors affect lactation-

- (A) Mental state of lactating women
- (B) Diet of lactating women
- (C) Low secretion of Prolactin hormones
- (D) All of these

93. Milk is deficient in which nutrient

- (A) Vitamin C
- (B) Vitamin A
- (C) Vitamin B
- (D) Vitamin D

94. Choose the correct option-

- (A) First yellow secretion after child birth is called colostrum
- (B) It is rich in protein, fat, minerals
- (C) Both (A) and (B)
- (D) None of these

92. कौन से कारक स्तनपान को प्रभावित करते हैं-

- (A) धात्री स्त्री की मानसिक स्थिति
- (B) धात्री स्त्री का आहार
- (C) प्रोलैक्टिन हार्मोन का अल्प सावण
- (D) उपरोक्त सभी

93. दूध में किस पोषक तत्व का अभाव है-

- (A) विटामिन C
- (B) विटामिन A
- (C) विटामिन B
- (D) विटामिन D

94. सही विकल्प का चयन करें-

- (A) शिशु के जन्म के बाद निकलने वाला पहला पीला गाढ़ा तरल कोलेस्ट्रम कहलाता है।
- (B) इसमें प्रोटीन, वसा, खनिज लवण प्रचुर मात्रा में पाये जाते हैं।
- (C) (A) और (B) दोनों
- (D) उपरोक्त में से कोई नहीं

95. Which is most important during infancy-

- (A) Exercise
- (B) Nutrition
- (C) Hunger
- (D) Sports

96. Which of the following are immunity booster foods-

- (A) Turmeric
- (B) Green tea
- (C) Healthy oil
- (D) All of these

97. Which of the following provides us nutrition-

- (A) Food
- (B) Hunger
- (C) Disease
- (D) Micro-organism

95. शैशवावस्था में सर्वाधिक महत्व है-

- (A) व्यायाम का
- (B) पोषण का
- (C) भूख का
- (D) खेल का

96. प्रतिरक्षा को बढ़ाने वाले पदार्थ हैं-

- (A) हल्दी
- (B) ग्रीन टी
- (C) स्वास्थ्यवर्धक तेल
- (D) उपरोक्त सभी

97. निम्न में से हमारे शरीर को कौन पोषित करता है-

- (A) भोजन
- (B) भूख
- (C) रोग
- (D) कीटाणु

98. Nutrition provided according to the requirement of the body is called-

- (A) Malnutrition
- (B) Incomplete Nutrition
- (C) Good Nutrition
- (D) None of these

99. Basic food groups for Indian are-

- (A) Three
- (B) Four
- (C) Seven
- (D) Five

100. One gram fat contains-

- (A) 4 Calories energy
- (B) 8 Calories energy
- (C) 5 Calories energy
- (D) 9 Calories energy

98. जब पोषण शरीर की आवश्यकता के अनुरूप होता है तो ऐसी स्थिति कहलाती है-

- (A) कुपोषण
- (B) अपर्याप्त पोषण
- (C) सुपोषण
- (D) इनमें से कोई नहीं

99. भारतीयों के लिए आधारभूत खाद्य समूह है-

- (A) तीन
- (B) चार
- (C) सात
- (D) पाँच

100. एक ग्राम वसा में होती है-

- (A) 4 कैलोरी ऊर्जा
- (B) 8 कैलोरी ऊर्जा
- (C) 5 कैलोरी ऊर्जा
- (D) 9 कैलोरी ऊर्जा

**Rough Work**  
रफ़ कार्य

4. Four alternative answers are mentioned for each question as A, B, C & D in the booklet. The candidate has to choose the most appropriate answer and mark the same in the OMR Answer-Sheet as per the direction :

**Example :**

**Question :**

- Q. 1    ☐ A    ☒    ☐ C    ☐ D
- Q. 2    ☐ A    ☐ B    ☒    ☐ D
- Q. 3    ☐ A    ☒    ☐ C    ☐ D

Illegible answers with cutting or over-writing or half filled circle will be cancelled.

5. In case the candidate does not fill the appropriate circle in the OMR Answer-Sheet and leave blank 'Zero' mark will be given.
6. The candidate has to mark answers on the OMR Answer-Sheet with black or blue ball point pen only carefully as per directions.
7. There will be no negative marking.
8. Examinee must handover the answer sheet to the invigilator before leaving the examination hall and can carry the used question booklet with them.
9. Rough-work, if any, should be done on the blank page provided for the purpose at the end of booklet.
10. Write your Roll Number and other required details in the space provided on the title page of the booklet and on the OMR Answer-Sheet with ball point pen. **Do not use lead pencil.**
11. To bring and use of log-book, calculator, pager & cellular phone in examination hall is prohibited.

4. प्रश्न-पुस्तिका में प्रत्येक प्रश्न के चार सम्भावित उत्तर A, B, C तथा D हैं। परीक्षार्थी को उन चारों विकल्पों में से एक सबसे सही अथवा सबसे उपयुक्त उत्तर छानना है। उत्तर को OMR आन्सर-शीट में सम्बन्धित प्रश्न संख्या में निम्न प्रकार भरना है :

**उदाहरण :**

**प्रश्न :**

- प्रश्न 1    ☐ A    ☒    ☐ C    ☐ D
- प्रश्न 2    ☐ A    ☐ B    ☒    ☐ D
- प्रश्न 3    ☐ A    ☒    ☐ C    ☐ D

अपठित उत्तर या ऐसे उत्तर जिन्हें काटा या बदला गया है, या गोले में आधा भरकर दिया गया उत्तर निरस्त कर दिया जाएगा।

5. यदि परीक्षार्थी OMR आन्सर-शीट में उपयुक्त गोले को नहीं भरता है और आन्सर-शीट को खाली छोड़ देता है, तो 'शून्य' अंक प्रदान किया जाएगा।
6. अभ्यर्थी को प्रश्नों के उत्तर OMR आन्सर-शीट पर केवल काले या नीले बाल प्वाइंट पेन से सतर्कतापूर्वक निर्देशानुसार अंकित करने होंगे।
7. निगेटिव मार्किंग नहीं है।
8. परीक्षार्थी उत्तर-पत्रक परीक्षा भवन छोड़ने से पहले कक्ष निरीक्षक को सौंप दें तथा प्रयुक्त प्रश्न पुस्तिका ले जा सकते हैं।
9. कोई भी रफ-कार्य, प्रश्न-पुस्तिका के अन्त में, रफ-कार्य के लिए दिए खाली पेज पर ही किया जाना चाहिए।
10. प्रश्न-पुस्तिका के मुखपृष्ठ पर तथा OMR आन्सर-शीट पर निर्धारित स्थान में अनुक्रमांक तथा अन्य विवरण बाल प्वाइंट पेन से ही भरें। **पेन्सिल का प्रयोग न करें।**
11. परीक्षा कक्ष में लॉग-बुक, कैल्कुलेटर, पेजर तथा सैल्युलर फोन ले जाना तथा उसका उपयोग करना वर्जित है।