

Booklet No.

Roll No. (in figure)

700 Two Zero Four  
Zero One Zero Zero  
Three Nine Zero Three Three

417-B

OMR Answer Sheet No.

**B.A./B.Sc./B.Com. I Sem. Examination, 2022-23**

राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020

(मेजर/माइनर)

Booklet Code

**P**

**COMPULSORY CO-CURRICULAR**

अनिवार्य सहगामी पाठ्यक्रम

**Food Nutrition and Hygiene (Obj.)**

खाद्य पोषण एवं स्वच्छता ( बहुविकल्पीय)

**Paper : Z010101T**

**(Only for Boys)**

**(केवल बालकों के लिए)**

**Time : Two Hours ]**

**[ Maximum Marks : 100**

**Important Note:** Please read instructions carefully printed on the back of OMR Sheet.

**महत्वपूर्ण निर्देश :** कृपया ओ.एम.आर. शीट के पीछे छपे निर्देशों को ध्यान पूर्वक पढ़ें।

1. Which vitamin produces in human body by receiving morning sunlight?  
(A) A  
(B) B  
(C) C  
(D) D
1. प्रातःकालीन धूप से मानव शरीर में कौन सा विटामिन उत्पन्न होता है?  
(A) A  
(B) B  
(C) C  
(D) D
2. First necessity of human body is-  
(A) Meal  
(B) Cloth  
(C) Shelter  
(D) Government
2. मानव शरीर की पहली आवश्यकता है-  
(A) भोजन  
(B) वस्त्र  
(C) आश्रय  
(D) सरकार

3. A diet having all components in right proportion is called as:
- (A) Balance diet  
(B) Fortified diet  
(C) Protein rich diet  
(D) Fatty diet
4. Which is/are related to COVID-19?
- (A) Corona  
(B) Delta variant  
(C) Covishield  
(D) All of the above
5. Which is COVID-19 vaccine?
- (A) Covaxine  
(B) Covishield  
(C) A & B  
(D) None of the above
3. आहार जिसमें सभी घटक सही अनुपात में होते हैं, कहलाता है:
- (A) संतुलित भोजन  
(B) गरिष्ठ भोजन  
(C) प्रोटीन युक्त आहार  
(D) वसायुक्त आहार
4. निम्न में से कौन COVID-19 से संबंधित है?
- (A) कोरोना  
(B) डेल्टा वैरियंट  
(C) कोविशील्ड  
(D) उपर्युक्त सभी
5. कौन कोविड-19 वैक्सीन है?
- (A) कोवैक्सीन  
(B) कोविशील्ड  
(C) A & B  
(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं

6. Which is variant of COVID-19?
- (A) Delta  
(B) Alpha  
(C) Gamma  
(D) All of the above
7. Which is related to COVID-19?
- (A) Antigen Test  
(B) RTPCR  
(C) A & B  
(D) None of the above
8. AIDS day is on-
- (A) 1 January  
(B) 14 February  
(C) 26 January  
(D) 1 December
6. कोविड-19 का वैरियंट है?
- (A) डेल्टा  
(B) अल्फा  
(C) गामा  
(D) उपर्युक्त सभी
7. कोविड-19 से संबंधित है-
- (A) एंटीजेन टेस्ट  
(B) RTPCR  
(C) A & B  
(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
8. एड्स दिवस होता है-
- (A) 1 जनवरी को  
(B) 14 फरवरी को  
(C) 26 जनवरी को  
(D) 1 दिसम्बर को

9. Citrus fruits are excellent source of-

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

10. Sunlight is source of-

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

11. Deficiency of Vitamin A causes-

- (A) Night blindness
- (B) Beri Beri
- (C) Scurvy
- (D) All of the above

9. सिद्रस फल अच्छे स्रोत हैं-

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

10. सूर्य का प्रकाश स्रोत है-

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

11. विटामिन A की कमी से होता है-

- (A) रतौंधी
- (B) बेरी-बेरी
- (C) स्कर्वी
- (D) उपर्युक्त सभी

12. Deficiency of Vitamin C results in
- (A) Night Blindness  
(B) Scurvy  
(C) Beri Beri  
(D) None of the above
13. Carrot is a good source of-
- (A) Vitamin A  
(B) Vitamin B  
(C) Vitamin C  
(D) Vitamin D
14. We should not eat-
- (A) Junk food  
(B) Fast food  
(C) Processed food  
(D) All of the above
15. Deficiency of iodine causes-
- (A) Night blindness  
(B) Goitre  
(C) Scurvy  
(D) Beri Beri
12. विटामिन C की कमी से होता है-
- (A) रतौंधी  
(B) स्कर्वी  
(C) बेरी-बेरी  
(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
13. गाजर उत्तम स्रोत है-
- (A) विटामिन A का  
(B) विटामिन B का  
(C) विटामिन C का  
(D) विटामिन D का
14. हमें नहीं खाना चाहिए-
- (A) जंक फूड  
(B) फास्ट फूड  
(C) प्रसंस्करित फूड  
(D) उपर्युक्त सभी
15. आयोडीन की कमी से होता है-
- (A) रतौंधी  
(B) घेंघा  
(C) स्कर्वी  
(D) बेरी-बेरी

16. Common diseases of now a days are-
- (A) Diabetes  
(B) Blood Pressure  
(C) Obesity  
(D) All of the above
17. Fever is symptom of-
- (A) COVID-19  
(B) Dengue  
(C) Chickengunia  
(D) All of the above
18. Decrement of platelets is observed in-
- (A) Night blindness  
(B) Dengue  
(C) Scurvy  
(D) Beri Beri
16. आजकल की सामान्य बीमारियाँ हैं:
- (A) मधुमेह  
(B) रक्तचाप  
(C) मोटापा  
(D) उपर्युक्त सभी
17. बुखार लक्षण है-
- (A) कोविड-19 का  
(B) डेंगू का  
(C) चिकनगुनिया का  
(D) उपर्युक्त सभी
18. प्लेटलेट्स में कमी प्रेक्षित होती है:
- (A) रतौंधी में  
(B) डेंगू में  
(C) स्कर्वी में  
(D) बेरी-बेरी में

19. DPT vaccine is a class of combination vaccines against three infectious diseases in human-
- (A) Diphtheria  
(B) Pertusis  
(C) Tetanus  
(D) A, B, C
20. \_\_\_\_\_ is a condition of abnormal increase in body weight due to excessive fat deposition.
- (A) Obesity  
(B) Diabetes  
(C) Constipation  
(D) Diarrhoea
21. Symptom of high blood pressure are-
- (A) Dizziness  
(B) Headache  
(C) Vomiting  
(D) All of these
19. DPT संयोजित वैक्सीन का एक समूह है जो तीन बीमारियों के विरुद्ध होता है -
- (A) डिप्थीरिया  
(B) परट्यूसिस  
(C) टिटनेस  
(D) A, B, C
20. अतिअधिक वसा संकेन्द्रण के कारण शरीर का भार अपवाद रूप में बढ़ना द्योतक है-
- (A) मोटापा  
(B) मधुमेह  
(C) कब्ज  
(D) डायरिया
21. उच्च रक्तचाप का लक्षण है-
- (A) सुस्ती  
(B) सरदर्द  
(C) उल्टी  
(D) उपर्युक्त सभी

22. The body temperature of a healthy normal person is
- (A) 88 °F  
(B) 90 °F  
(C) 98.4 °F  
(D) 101 °F
23. Normal blood pressure of human is
- (A) 80/60  
(B) 120/80  
(C) 160/120  
(D) 220/140
24. How is the carbohydrate, taken in as food, absorbed by the blood?
- (A) As a cellulose  
(B) As glucose  
(C) As fructose  
(D) As minerals
22. स्वस्थ सामान्य व्यक्ति के शरीर का तापमान होता है:
- (A) 88 °F  
(B) 90 °F  
(C) 98.4 °F  
(D) 101 °F
23. मानव का सामान्य रक्तचाप है :
- (A) 80/60  
(B) 120/80  
(C) 160/120  
(D) 220/140
24. आहार में लिया गया कार्बोहाइड्रेट रक्त द्वारा अवशोषित होता है-
- (A) सेलुलोज के रूप में  
(B) ग्लूकोज के रूप में  
(C) फ्रक्टोज के रूप में  
(D) खनिज के रूप में



25. ORS stands for-
- (A) Oral Rehydration solution
  - (B) Oral Re-energy solution
  - (C) Other Rehydration Scheme
  - (D) Oral Re-energy scheme
26. TB disease is-
- (A) Tumerculosis
  - (B) Tuberculosis
  - (C) Border Temperature
  - (D) None of these
27. Which one is not viral disease?
- (A) Corona
  - (B) AIDS
  - (C) Measles
  - (D) Malaria
28. Fever is not symptom in-
- (A) Corona
  - (B) Dengue
  - (C) Malaria
  - (D) Fracture

25. ORS संक्षिप्ताक्षर है
- (A) Oral Rehydration solution
  - (B) Oral Re-energy solution
  - (C) Other Rehydration Scheme
  - (D) Oral Re-energy scheme
26. TB रोग है
- (A) ट्यूमरक्लोसिस
  - (B) ट्यूबरक्लोसिस
  - (C) बार्डर तापमान
  - (D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
27. कौन विषाणुजनित रोग है?
- (A) कोरोना
  - (B) एड्स
  - (C) खसरा
  - (D) मलेरिया
28. बुखार लक्षण नहीं है
- (A) कोरोना में
  - (B) डेंगू में
  - (C) मलेरिया
  - (D) फ्रैक्चर में

29. Thermometer use to measure body temperature scale in-
- (A) Degree celsius  
(B) Degree Fahrenheit  
(C) Absolute Temperature  
(D) All of the above
30. Which is not vital organ?
- (A) Heart  
(B) Kidney  
(C) Liver  
(D) Hand
31. A person with physical disability is known as-
- (A) Handicapped  
(B) Divyang  
(C) Physically challenged  
(D) All of the above
29. शरीर का तापमान मापने के लिए थर्मामीटर पर पैमाना होता है-
- (A) डिग्री सेल्सियस में  
(B) डिग्री फारेनहाइट में  
(C) परम ताप में  
(D) उपर्युक्त सभी
30. कौन जैविक अंग नहीं है?
- (A) हृदय  
(B) गुर्दा  
(C) यकृत  
(D) हाथ
31. शारीरिक अक्षमता वाले व्यक्ति को कहते हैं:
- (A) विकलांग  
(B) दिव्यांग  
(C) शारीरिक रूप से चुनौती प्राप्त  
(D) उपर्युक्त सभी

32. Jaipur Foot Is-

- (A) disease
- (B) cosmetic product
- (C) rubber based prosthetic leg
- (D) All of the above

33. Oxygen level in human body is measured by-

- (A) Stethoscope
- (B) Mamometer
- (C) Oxymeter
- (D) None of the above

34. Which one is the best for baby child?

- (A) Synthetic milk
- (B) Mother milk
- (C) Cow milk
- (D) Goat milk

35. Carcinogen causes-

- (A) Diabetes
- (B) Titanus
- (C) Night Blindness
- (D) Cancer

32. जयपुर फुट है-

- (A) रोग
- (B) सौन्दर्य उत्पाद
- (C) रबर से बना कृत्रिम पैर
- (D) उपर्युक्त सभी

33. मानव शरीर में ऑक्सीजन स्तर मापित किया जाता है:

- (A) स्टेथोस्कोप
- (B) मैमोमीटर
- (C) ऑक्सीमीटर
- (D) उपर्युक्त में से कोई नहीं

34. शिशु बच्चे के लिए कौन सर्वाधिक उपयुक्त है?

- (A) संश्लेषित दूध
- (B) मातृ दूध
- (C) गाय का दूध
- (D) बकरी का दूध

35. कार्सिनोजन कारण है-

- (A) मधुमेह का
- (B) टिटनेस का
- (C) रतौंधी का
- (D) कैंसर का

36. The formula of water is-

- (A) HO
- (B)  $H_2O_2$
- (C)  $H_2O$
- (D) All of the above

37. Green vegetables are good source of-

- (A) Silver
- (B) Iron
- (C) Gold
- (D) Platinum

38. Recommended daily intake of water is-

- (A) 0.5 L
- (B) 2-3 L
- (C) 15 L
- (D) 17 L

36. जल का सूत्र है-

- (A) HO
- (B)  $H_2O_2$
- (C)  $H_2O$
- (D) उपर्युक्त सभी

37. हरी साब्जियाँ उत्तम स्रोत हैं-

- (A) चाँदी का
- (B) लौह का
- (C) स्वर्ण का
- (D) प्लेटिनम का

38. प्रतिदिन पानी लेने की अनुशंसित मात्रा है-

- (A) 0.5 L
- (B) 2-3 L
- (C) 15 L
- (D) 17 L

39. Blood is filtered from urine by human organ-
- (A) Liver  
(B) Kidney  
(C) Heart  
(D) Lungs
40. Iodine can be supplied in body through-
- (A) water  
(B) rice  
(C) salt  
(D) medicine
41. Repaire of body tissue is function of-
- (A) Enzymes  
(B) Proteins  
(C) Carbohydrates  
(D) Minerals
39. मूत्र से रक्त का पृथक्करण होता है:
- (A) यकृत द्वारा  
(B) गुर्दे द्वारा  
(C) हृदय द्वारा  
(D) फेफड़े द्वारा
40. शरीर में आयोडीन की आपूर्ति होती है-
- (A) पानी द्वारा  
(B) चावल द्वारा  
(C) नमक द्वारा  
(D) दवा द्वारा
41. ऊतकों की मरम्मत का कार्य है-
- (A) एंजाइम का  
(B) प्रोटीन का  
(C) कोर्बोहाइड्रेट का  
(D) खनिजों का

42. Basic unit of protein is called-
- (A) Hydrogen  
(B) Amino acid  
(C) Tissues  
(D) Molecules
43. Carbohydrate present in milk is-
- (A) Galactose  
(B) Lactose  
(C) Cellulose  
(D) Maltose
44. Which vitamin is also known as Cobalamine?
- (A) A  
(B) B<sub>12</sub>  
(C) C  
(D) D
45. Which of the following vitamin help in blood clotting?
- (A) A  
(B) C  
(C) D  
(D) K
42. प्रोटीन की आधारभूत इकाई है-
- (A) हाइड्रोजन  
(B) अमीनो अम्ल  
(C) ऊतक  
(D) अणु
43. दूध में उपस्थित कार्बोहाइड्रेट है-
- (A) गैलेक्टोज  
(B) लैक्टोज  
(C) सेलुलोज  
(D) माल्टोज
44. किस विटामिन को कोबालामीन के नाम से भी जानते हैं?
- (A) A  
(B) B<sub>12</sub>  
(C) C  
(D) D
45. निम्न में से कौन विटामिन रक्त का थक्का बनाने में सहायक होता है?
- (A) A  
(B) C  
(C) D  
(D) K

46. Mid day meal programme is related to-

- (A) take lunch at home
- (B) Primary education
- (C) higher education
- (D) all of the above

46. दोपहर भोजन कार्यक्रम संबंधित है:

- (A) घर पर दोपहर का भोजन लेना
- (B) प्राथमिक शिक्षा
- (C) उच्च शिक्षा
- (D) उपर्युक्त सभी

47. The first 1000 days are important for a child for-

- (A) Significant growth of immune system
- (B) Brain development
- (C) Bone development
- (D) All of the above

47. शिशु के लिए पहले 1000 दिन महत्वपूर्ण होते हैं-

- (A) प्रतिरोधक क्षमता विकसित होने के लिए
- (B) मस्तिष्क विकास के लिए
- (C) हड्डियों के विकास के लिए
- (D) उपर्युक्त सभी

48. Deficiency of protein in infants leads to-

- (A) Kwashiorkor
- (B) Marasmus
- (C) Obesity
- (D) Anaemia

48. शिशु में प्रोटीन की अल्पता से होता है-

- (A) क्वाशरकोर
- (B) मेरेस्मस
- (C) मोटापा
- (D) एनीमिया

49. Which of the following is/ are responsible for malnutrition?

- (A) Poverty
- (B) Adulteration
- (C) Illiteracy
- (D) All of the above

50. Population of India is lesser than-

- (A) America
- (B) South Africa
- (C) China
- (D) Canada

51. What is the average haemoglobin level of Indian women?

- (A) 10-12%
- (B) 20-22%
- (C) 24-26%
- (D) None of the above

49. कुपोषण के लिए उत्तरदायी है-

- (A) गरीबी
- (B) मिलावट
- (C) अशिक्षा
- (D) उपर्युक्त सभी

50. भारत की जनसंख्या कम है-

- (A) अमेरिका से
- (B) दक्षिण अफ्रीका से
- (C) चीन से
- (D) कनाडा से

51. भारत में औसतन हीमोग्लोबिन स्तर महिलाओं का होता है-

- (A) 10-12%
- (B) 20-22%
- (C) 24-26%
- (D) उपरोक्त में से कोई नहीं



52. To prevent and cure anaemia one should take:
- (A) Leafy vegetables  
(B) Egg  
(C) Jaggery  
(D) All of the above
53. Vitamin-A dose for children is :
- (A) 1,00,000 IU  
(B) 5,00,000 IU  
(C) 10,00,000 IU  
(D) None of the above
54. The total requirement of calcium during lactation is :
- (A) 400 mg  
(B) 600 mg  
(C) 1200 mg  
(D) None of the above
55. Immunity boosting measures include-
- (A) Getting good sleep  
(B) Eating nutritious food  
(C) Doing proper exercise  
(D) All of the above
52. रक्ताल्पता की स्थिति को कम करने के लिए आहार में लेना चाहिए-
- (A) पत्तेदार सब्जियाँ  
(B) अण्डा  
(C) गुड़  
(D) उपरोक्त सभी
53. बच्चों को विटामिन-A की मात्रा दी जाती है-
- (A) 1,00,000 IU  
(B) 5,00,000 IU  
(C) 10,00,000 IU  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
54. धात्रीवस्था में कैल्शियम की कुल आवश्यकता है-
- (A) 400 mg  
(B) 600 mg  
(C) 1200 mg  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
55. प्रतिरक्षा बढ़ाने के उपाय/ उपायों में शामिल है-
- (A) अच्छी नींद लेना  
(B) पौष्टिक भोजन खाना  
(C) उचित व्यायाम करना  
(D) उपर्युक्त सभी

56. Which type of disease is measles?  
 (A) Bacteria generated  
 (B) Virus generated  
 (C) Worm generated  
 (D) None of the above
57. Hepatitis affects:  
 (A) Liver  
 (B) Heart  
 (C) Stomach  
 (D) Intestines
58. Which types of diseases of smallpox:  
 (A) Bacteria generated  
 (B) Virus generated  
 (C) Worm generated  
 (D) None of the above
59. Who proposed vitamin word?  
 (A) Mendel  
 (B) Pasteur  
 (C) Funk  
 (D) Lenek
56. खसरा किस प्रकार का रोग है?  
 (A) जीवाणु जनित  
 (B) विषाणु जनित  
 (C) कृमि जनित  
 (D) उपर्युक्त में कोई नहीं
57. हिपेटाइटिस रोग में प्रभावित होते हैं:  
 (A) यकृत  
 (B) हृदय  
 (C) आमाशय  
 (D) अंत
58. चेचक किस प्रकार का संक्रामक रोग है:  
 (A) जीवाणु जनित  
 (B) विषाणु जनित  
 (C) कृमि जनित  
 (D) उपरोक्त में से कोई नहीं
59. विटामिन शब्द किसने प्रतिपादित किया-  
 (A) मेण्डल  
 (B) पाश्चर  
 (C) फंक  
 (D) लेनेक

60. Cynocobalamin is :

- (A) Vitamin C
- (B) Vitamin B<sub>12</sub>
- (C) Vitamin B<sub>2</sub>
- (D) Vitamin B<sub>6</sub>

61. Which vitamin is responsible for blood clotting?

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

62. Sabla scheme started on-

- (A) 19<sup>th</sup> Nov. 2010
- (B) 14<sup>th</sup> Nov. 2020
- (C) 15<sup>th</sup> Oct. 2010
- (D) 24<sup>th</sup> Nov 2010

60. साइनोकोबालामिन है-

- (A) विटामिन C
- (B) विटामिन B<sub>12</sub>
- (C) विटामिन B<sub>2</sub>
- (D) विटामिन B<sub>6</sub>

61. रक्तस्कन्दन में कौन सा विटामिन क्रियाशील होता है?

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

62. सबला योजना कब प्रारम्भ हुई-

- (A) 19 नवम्बर 2010
- (B) 14 नवम्बर 2020
- (C) 15 अक्टूबर 2010
- (D) 24 नवम्बर 2010

63. The vitamin which is needed to maintain calcium and phosphorus levels in the blood is -

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

64. 'UNICEF' Stands for-

- (A) United Nations Curing Funds
- (B) United Nations Cancer Fund
- (C) United Nations Children's Fund
- (D) United Nationals Cancer Finances

65. Which one is known as home sugar:

- (A) Lactose
- (B) Maltose
- (C) Sucrose
- (D) Dextrose

63. रक्त में कैल्शियम एवं फास्फोरस के स्तर को नियमित करने वाला विटामिन है-

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

64. यूनिसेफ का पूरा नाम है-

- (A) यूनाइटेड नेशन्स क्योरिंग फण्ड
- (B) यूनाइटेड नेशन्स कैंसर फण्ड
- (C) यूनाइटेड नेशन्स चिलड्रन्स फण्ड
- (D) यूनाइटेड नेशनल्स कैंसर फाइनेन्स

65. घरेलू शर्करा का वैज्ञानिक नाम है-

- (A) लैक्टोज
- (B) माल्टोज
- (C) सुक्रोज
- (D) डेक्सट्रोज

66. Which scientist provide the name protein?

- (A) Mulder
- (B) Mendel
- (C) Garner
- (D) Skinner

67. Breast milk has almost no amount of-

- (A) Potassium
- (B) Iron
- (C) Fluoride
- (D) Magnesium

68. PM Poshan Shakti Scheme launched on-

- (A) Sept. 2020
- (B) Sept. 2021
- (C) Oct. 2022
- (D) Aug. 2020

66. प्रोटीन नाम किस वैज्ञानिक द्वारा प्रस्तावित किया गया था?

- (A) मुल्डर
- (B) मैण्डल
- (C) गार्नर
- (D) स्किनर

67. माँ के दूध में नहीं होता है-

- (A) पोटैशियम
- (B) लौह तत्व
- (C) फ्लोराइड
- (D) मैग्नीशियम

68. पीएम पोषण शक्ति योजना कब शुरू हुई-

- (A) सितम्बर 2020
- (B) सितम्बर 2021
- (C) अक्टूबर 2022
- (D) अगस्त 2020

69. Which diet is for hypertension patient?
- (A) DASH diet  
(B) Brat diet  
(C) Low Protein diet  
(D) High fat diet
70. The developing infant from 2-8 weeks after conception is called-
- (A) Zygote  
(B) Embryo  
(C) Fetus  
(D) Ovum
71. Pellagra was given its name rough skin in year:
- (A) 1917  
(B) 1902  
(C) 1735  
(D) 1771
69. उच्च रक्त चाप के रोगी को कौन सा आहार देते हैं?
- (A) डैश आहार  
(B) ब्रैट आहार  
(C) कम प्रोटीन आहार  
(D) उच्च वसा आहार
70. गर्भाधान के 2-8 सप्ताह तक विकसित भ्रूण कहलाता है-
- (A) जाइगोट  
(B) भ्रूण  
(C) फीटस  
(D) अण्डाणु
71. शुष्क त्वचा को पेलैग्रा नाम दिया गया-
- (A) 1917  
(B) 1902  
(C) 1735  
(D) 1771

72. A healthy infant's birth weight triples by-
- (A) 5 months of age  
 (B) 8 months of age  
 (C) 12 months of age  
 (D) Two years of age
73. High intake of \_\_\_\_\_ is advised to prevent constipation.
- (A) Fibre  
 (B) Meat  
 (C) Fish  
 (D) All of the above
74. A complex carbohydrate is :
- (A) Cellulose  
 (B) Glycogen  
 (C) Pectin  
 (D) Sucrose
75. Malnutrition during pregnancy results in:
- (A) Low birth weight babies  
 (B) Obese babies  
 (C) Both above  
 (D) None of these
72. एक स्वस्थ बच्चे का भार जन्म भार से तीन गुना हो जाता है-
- (A) 5वें महीने में  
 (B) 8वें महीने में  
 (C) 12वें महीने में  
 (D) दो वर्ष में
73. कब्ज में किस तत्व को अधिक मात्रा में लेने की सलाह दी जाती है-
- (A) रेशे  
 (B) मांस  
 (C) मछली  
 (D) उपर्युक्त सभी
74. एक जटिल कार्बोहाइड्रेट है :
- (A) सेल्यूलोज  
 (B) ग्लाइकोजन  
 (C) पेक्टिन  
 (D) सुक्रोज
75. गर्भावस्था में कुपोषण के परिणामस्वरूप होते हैं-
- (A) कम भार वाले बच्चे  
 (B) मोटे बच्चे  
 (C) उपर्युक्त दोनों  
 (D) उपर्युक्त कोई नहीं

76. A baby is called low birth weight if he/she measures less than:

- (A) 2.5 kg
- (B) 1.5 kg
- (C) 3.5 kg
- (D) 2.2 kg

76. जब कोई शिशु का जन्म भार कम हो वह निम्न भार का कहा जाता है-

- (A) 2.5 kg
- (B) 1.5 kg
- (C) 3.5 kg
- (D) 2.2 kg

77. Highest amount of protein is found in- <https://www.rmlauonline.com>

- (A) Soyabean
- (B) Black gram dal
- (C) Chana
- (D) Pea

77. निम्न में किसमें सर्वाधिक प्रोटीन पाया जाता है-

- (A) सोयाबीन
- (B) उड़द - दाल
- (C) चना
- (D) मटर

78. Which protein is found in Milk-

- (A) Myosine
- (B) Gluten
- (C) Casein
- (D) Haemoglobin

78. दूध में कौन सा प्रोटीन पाया जाता है-

- (A) मायोसिन
- (B) ग्लूटेन
- (C) केसीन
- (D) हीमोग्लोबिन



79. Sea-weeds are rich in-
- (A) Bromine  
(B) Iodine  
(C) Iron  
(D) Chlorine
80. Spinach leaves are rich in:
- (A) Carbohydrates  
(B) Fat  
(C) Vitamin  
(D) Iron
81. Central Food Technology Research Institute is situated in:
- (A) Ranchi  
(B) Hyderabad  
(C) Mysore  
(D) Lucknow
82. Integrated child development services scheme was launched on:
- (A) 2<sup>nd</sup> October, 2000  
(B) 15<sup>th</sup> August, 1990  
(C) 26<sup>th</sup> January, 1986  
(D) 2<sup>nd</sup> October, 1975
79. समुद्री खरपतवार किसका महत्वपूर्ण स्रोत है-
- (A) ब्रोमीन  
(B) आयोडीन  
(C) लौह तत्व  
(D) क्लोरीन
80. पालक के पत्तों में किसकी मात्रा सबसे अधिक होती है?
- (A) कार्बोहाइड्रेट  
(B) वसा  
(C) विटामिन  
(D) आयरन
81. केन्द्रीय खाद्य प्रौद्योगिकी अनुसंधान संस्थान कहाँ स्थित है?
- (A) राँची में  
(B) हैदराबाद में  
(C) मैसूर में  
(D) लखनऊ में
82. एकीकृत बाल विकास सेवा योजना शुरू हुई थी-
- (A) 2 अक्टूबर, 2000  
(B) 15 अगस्त, 1990  
(C) 26 जनवरी, 1986  
(D) 2 अक्टूबर, 1975

83. Gluten is derived from which plant sources:
- (A) Rice  
(B) Wheat  
(C) Soya  
(D) Corn
84. Oral rehydration solution is administered in the condition of:
- (A) Dehydration  
(B) Fever  
(C) Measles  
(D) Haemorrhage
85. Low sodium diet is given in :
- (A) Hypertension  
(B) Peptic ulcer  
(C) Diarrhoea  
(D) Diabetes Mellitus
86. Body stores carbohydrates in the form of:
- (A) Glucose  
(B) Starch  
(C) Glycogen  
(D) Cellulose
83. ग्लूटेन किस वानस्पतिक स्रोत से प्राप्त होता है-
- (A) चावल  
(B) गेहूँ  
(C) सोया  
(D) मक्का
84. जीवन रक्षक घोल इस अवस्था में दिया जाता है-
- (A) निर्जलीकरण  
(B) बुखार  
(C) खसरा  
(D) रक्तस्राव
85. निम्न सोडियम युक्त आहार दिया जाता है-
- (A) उच्च रक्त चाप में  
(B) पेटिक अल्सर में  
(C) डायरिया में  
(D) मधुमेह में
86. शरीर कार्बोहाइड्रेट को इस रूप में भण्डारित करता है-
- (A) ग्लूकोज  
(B) स्टार्च  
(C) ग्लाइकोजन  
(D) सेल्यूलोज

87. Sucrose is composed of:

- (A) Glucose + fructose
- (B) 2 fructose molecules
- (C) Glucose + Galactose
- (D) Fructose + Galactose

88. The problem that can occur because of malnutrition for a long period is :

- (A) Heart disease
- (B) Starvation
- (C) Obesity
- (D) All of the above

89. At what age head and chest circumference should be equal?

- (A) 1 year
- (B) 2 years
- (C) 3 years
- (D) 5 years

90. Antioxidants are helpful in :

- (A) Immunity
- (B) Growth
- (C) Development
- (D) Acidity

87. सुक्रोज बना होता है-

- (A) ग्लूकोज + फ्रक्टोज से
- (B) दो फ्रक्टोज अणुओं से
- (C) ग्लूकोज + गैलेक्टोज से
- (D) फ्रक्टोज + गैलेक्टोज से

88. लम्बे समय तक कुपोषण के कारण होने वाली समस्या है-

- (A) हृदय रोग
- (B) भुखमरी
- (C) मोटापा
- (D) उपरोक्त सभी

89. किस उम्र में सिर और सीने की गोलाई बराबर होनी चाहिए?

- (A) 1 वर्ष
- (B) 2 वर्ष
- (C) 3 वर्ष
- (D) 5 वर्ष

90. प्रति ऑक्सीकारक सहायक हैं-

- (A) प्रतिरक्षा में
- (B) वृद्धि में
- (C) विकास में
- (D) अम्लीयता में

91. \_\_\_\_\_ fulfills all the nutritional needs of a person.

- (A) Bland diet
- (B) Sippy diet
- (C) Balanced diet
- (D) Therapeutic diet

92. In haemoglobin, heam means:

- (A) Copper
- (B) Oxygen
- (C) Protein
- (D) Iron

93. Tripple vaccine is not for this disease:

- (A) Diphtheria
- (B) Pertusis
- (C) Tetanus
- (D) Measles

91. .... किसी व्यक्ति की पोषण सम्बन्धी समस्त आवश्यकताओं को पूरा करता है।

- (A) स्निग्ध आहार
- (B) सिप्पी आहार
- (C) सन्तुलित आहार
- (D) उपचारात्मक आहार

92. हीमोग्लोबिन में हीम का अर्थ है-

- (A) ताँबा
- (B) ऑक्सीजन
- (C) प्रोटीन
- (D) लौह तत्व

93. इस बीमारी के लिए ट्रिपल वैक्सीन नहीं है-

- (A) गलाघोंदू
- (B) काली खाँसी
- (C) टिटनस
- (D) खसरा

94. Disease that spread from one person to another is called:
- (A) Communicable diseases  
(B) Degenerative diseases  
(C) Non-Communicable disease  
(D) None of the above
95. How long do the iron stores last in full babies?
- (A) 1 Month  
(B) 3 Months  
(C) 6 Months  
(D) 12 Months
96. \_\_\_\_\_ Converts in Niacin in our body
- (A) Tryptophan  
(B) Biotin  
(C) Pyridoxal  
(D) Histidine
94. एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति को फैलने वाली बीमारी को कहते हैं-
- (A) संक्रामक रोग  
(B) व्यपज्यीय रोग  
(C) गैर-संक्रामक रोग  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
95. पूर्व अवधि के शिशुओं में लौह तत्व के भण्डार कितने समय तक चलते हैं?
- (A) 1 माह  
(B) 3 माह  
(C) 6 माह  
(D) 12 माह
96. .... हमारे शरीर में नियासिन में परिवर्तित हो जाता है।
- (A) ट्रिप्टोफेन  
(B) बायोटिन  
(C) पायरीडाक्सल  
(D) हिस्टीडीन

97. Phrynoderma is related to:

- (A) Carbohydrates
- (B) Thiamin
- (C) Fat
- (D) Riboflavin

98. Hypertension is commonly called:

- (A) The instant Killer
- (B) The stealthy killer
- (C) The secret killer
- (D) The silent killer

99. Who is father of nutrition?

- (A) A. Lavoisier
- (B) A.V. Leeuwenhoek
- (C) Joseph Lister
- (D) Louis Pasteur

100. The element present in largest amount in our body is :

- (A) Iron
- (B) Sodium
- (C) Phosphorus
- (D) Calcium

97. फ्राइनोडर्मा सम्बन्धित है-

- (A) कार्बोहाइड्रेट से
- (B) थायमिन से
- (C) वसा से
- (D) राइबोफ्लेविन से

98. उच्चरक्तचाप को साधारणतया कहा जाता है-

- (A) इंस्टैंट किलर
- (B) स्टील्थी किलर
- (C) सीक्रेट किलर
- (D) साइलेन्ट किलर

99. पोषण के जनक कौन हैं?

- (A) ए लेवोइजर
- (B) ए.वी. ल्यूवेनहॉक
- (C) जोसफ लिस्टर
- (D) लुई पाश्चर

100. मनुष्य के शरीर में अधिकतम मात्रा में जो तत्व होता है, वह है-

- (A) लोहा
- (B) सोडियम
- (C) फॉस्फोरस
- (D) कैल्शियम