

SSC PART-I (9th CLASS)

FOOD AND NUTRITION (NEW SCHEME) (2015-2017 سیشن) (نیو سکیم) غذا اور غذائیت

TIME ALLOWED: 1.45 Hours

SUBJECTIVE حصہ انشائیہ

وقت = 1.45 گھنٹے

MAXIMUM MARKS: 48

کل نمبر = 48

نوٹ - جوابی کاپی پر وہی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کیجیے جو کہ سوالیہ پرچے میں درج ہے۔
and its part number on answer book, as given in the question paper.

SECTION-I حصہ اول

2. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

سوال نمبر 2- کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- Explain the relation of nutrition and physical fitness. غذایت اور جسمانی صحت کا تعلق بیان کریں۔
- Define Food. غذا کی تعریف کریں۔
- Write some functions of food in the body. جسم میں غذا کے چند کام لکھیں۔
- Define Obesity. موٹاپا کسے کہتے ہیں؟
- Describe few sources of fats. چکنائی کے چند ذرائع بیان کریں۔
- What are the general functions of Vitamins in the body? وٹامنز کے جسم میں عمومی کام کیا ہیں؟
- Define the energy value of foods. غذاؤں کی توانائی قدر کی تعریف کریں۔
- Write a note on Vitamin "D". وٹامن " ڈی " پر نوٹ لکھیں۔

3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

سوال نمبر 3- کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- What are the water soluble vitamins? پانی میں حل پذیر وٹامنز کون سے ہیں؟
- What is meant by Marasmus? سوکھے کی بیماری سے کیا مراد ہے؟
- Describe the functions of Vitamin "C" in body. جسم میں وٹامن " سی " کے کام بیان کریں۔
- Determine the energy requirement of individuals with respect to body. جسمانی لحاظ سے افراد کی توانائی کی ضرورت کا تعین کریں۔
- Why vegetables and fruits are necessary in our food? سبزیاں اور پھل ہماری خوراک میں کیوں ضروری ہیں؟
- Define Balanced diet. متوازن غذا کی تعریف کریں۔
- Define Health. صحت کی تعریف کریں۔
- Write some factors influencing dietary practice. غذائی عادات پر اثر انداز ہونے والے چند عوامل لکھیں۔

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

سوال نمبر 4- کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- Write the names of some scales for measuring food. غذائی اشیاء کو ماپنے کے لیے استعمال ہونے والے چند پیمانوں کے نام لکھیں۔
- Write a note on the importance of fish nutrition. مچھلی کی غذائی اہمیت پر نوٹ لکھیں۔
- Why is it important to know the nutrient composition of different foods? مختلف غذاؤں کے اجزائے ترکیبی جاننا کیوں ضروری ہے؟
- Write a note on the importance of poultry nutrition. پھلڑی کی غذائی اہمیت پر نوٹ لکھیں۔
- Discuss the common storage type to store foods. غذاؤں کو سٹور کرنے کے گھریلو سٹوریج کے طریقے کی وضاحت کریں۔
- How packing is used to store the foods? غذاؤں کو سٹور کرنے کے لیے پیکنگ کا استعمال کیسے کیا جاتا ہے؟
- How do the timing effect the purchase of foods? غذا کی خریداری پر وقت کس طرح اثر انداز ہوتا ہے؟
- Write few characteristics of fresh fish. تازہ مچھلی کی چند خصوصیات تحریر کریں۔

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: - Attempt any three questions.

18 = 6 x 3

نوٹ - کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

- Write a detailed note on the effects of nutrition on the growth of children. بچوں کی نشوونما پر غذائیت کے اثرات پر تفصیلاً نوٹ لکھیں۔
- Write about diseases caused by Calcium deficiency. کالسیئم کی کمی کے اثرات سے ہونے والی بیماریوں پر روشنی ڈالیں۔
- Write a note on food pyramid. غذاؤں کے پیمانے پر نوٹ لکھیں۔
- Write a note on the importance of fats and oils in foods. چکنائی اور روغنات کی غذائی اہمیت پر نوٹ لکھیں۔
- Why is it necessary to store the foods properly? غذاؤں کو صحیح طریقے سے سٹور کرنا کیوں ضروری ہے؟

FOOD AND NUTRITION (NEW SCHEME) (2015-2017 سیشن) (غذا اور غذائیت (نیا اسکیم))

TIME ALLOWED: 15 Minutes

OBJECTIVE حصہ معروضی

وقت = 15 منٹ

MAXIMUM MARKS: 12

کل نمبر = 12

نوٹ۔ ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A، B، C اور D دیئے گئے ہیں۔ جوابی کارٹی پر ہر سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق محفوظ دائروں کو مار کر یا جین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو بھر کر یا کاٹ کر بھر کر کے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو بھر کر کے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوالیہ پرچہ پر سوالات ہرگز حل نہ کریں۔

Note: You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice which you think is correct, fill that bubble in front of that question number. On bubble sheet, use marker or pen to fill the bubbles. Cutting or filling two or more bubbles will result in zero mark in that question. Attempt as many questions as given in objective type question paper and leave others blank. No credit will be awarded in case BUBBLES are not filled. Do not solve question on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1۔

- (1) _____ gets weak due to weight loss. (1) وزن کی کمی سے _____ کمزور پڑ جاتی ہے۔
 (A) Amunity قوت مدافعت (B) Blood circulation خون کی گردش (C) Disease بیماری (D) Walk چال
- (2) Energy foods provide _____ to body. (2) قوت بخش غذا ایسے مہم کو _____ فراہم کرتی ہیں۔
 (A) Nutrition غذائیت (B) Disease بیماری (C) Energy & heat توانائی و حرارت (D) Growth نشوونما
- (3) Amino acids are the unit of:- (3) امائنو ایسڈز _____ کی اکائی ہوتے ہیں۔
 (A) Vitamin وٹامن (B) Protein پروٹین (C) Carbohydrates کاربوہائیڈریٹس (D) Minerals معدنیات
- (4) One gram of protein provides _____ calories of energy. (4) پروٹین کا ایک گرام _____ کیلوری توانائی فراہم کرتا ہے۔
 (A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5
- (5) Vitamin "A" is present in foods in the form of:- (5) وٹامن "اے" غذاؤں میں _____ کی صورت میں پائے جاتا ہے۔
 (A) Amino acids امائنو ایسڈز (B) Carotene کیروٹین (C) Citrus fruits مرکبہ میوے (D) Milk دودھ
- (6) Deficiency of water cause:- (6) پانی کی کمی سے اس کا نتیجہ _____ ہے۔
 (A) Fever تپ (B) Flu زلہ (C) Dehydration تازہ پانی کی کمی (D) Anaemia خلیج خون
- (7) _____ percent carbohydrate, fat & protein are included in milk. (7) دودھ میں کاربوہائیڈریٹ، چکنائی اور پروٹین _____ فیصد شامل ہوتے ہیں۔
 (A) 78 (B) 75 (C) 18 (D) 13
- (8) Meat does not provide:- (8) گوشت _____ مہیا نہیں کرتا۔
 (A) Proteins پروٹین (B) Carbohydrates کاربوہائیڈریٹس (C) Fats چکنائی (D) Vitamins وٹامنز
- (9) The protein of milk is called:- (9) دودھ کی پروٹین کو _____ کہتے ہیں۔
 (A) Carotene کیروٹین (B) Casein کیسین (C) Lactose لکٹوز (D) Caffeine کیفین
- (10) Sufficient quantity of _____ are present only in Soyabean. (10) صرف سویا بیج میں _____ کا افرقہ مقدار میں موجود ہے۔
 (A) Fats چکنائی (B) Proteins پروٹین (C) Minerals نمکیات (D) Vitamins وٹامنز
- (11) The gills of fresh fish are of _____ colour. (11) تازہ مچھلی کے گھبڑے _____ رنگ کے ہوتے ہیں۔
 (A) Brown بھورے (B) Yellow پیلے (C) Red سرخ (D) Black سیاہ
- (12) There is more amount of _____ in perishable foods. (12) جلد خراب ہونے والی غذاؤں میں _____ کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔
 (A) Heat حرارت (B) Water پانی (C) Dirt مٹی (D) Fats چکنائی

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN
OBJECTIVE KEY FOR SSC/HSS 10th/9th ANNUAL/SUPPLY EXAMINATION, 2018

Name of Subject: غذا اور غذائیت

Session: 2018

9th
hbb

Q.Nos	Paper Code	Paper Code	Paper Code	Paper Code
	1771			
1	A			
2	C			
3	B			
4	C			
5	B			
6	C			
7	D			
8	B			
9	C			
10	A			
11	C			
12	D			
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

برقیکیٹ ہایت صحیح سوال پرچہ امارنگ Key

ہم نے مضمون غذا اور غذائیت پرچہ 9th گروپ سینو سیکم سینو میٹرک انٹر سالانہ امتحان 2018 کا سوالیہ پرچہ پیش کیا۔ (Subjective & Objective) کو نظر میں چیک کر لیا ہے۔ یہ پرچہ Syllabus کے متن مطابق Set کیا گیا ہے۔ اس سوالیہ پرچہ میں کسی قسم کی کوئی غلطی نہیں ہے۔ ہم نے سوالیہ پرچہ کا اردو اور انگریزی Version بھی چیک کر لیا ہے۔ یہ Version آپس میں مطابقت رکھتے ہیں۔ نیز اس پرچہ کی معروضی Key (MCQs) کی بابت تصدیق کی جاتی ہے کہ اس میں بھی کسی قسم کی کوئی غلطی نہیں ہے۔ مزید یہ کہ ہم نے Key بنانے سے متعلق دفتر کی جانب سے تیار کردہ ہدایات وصول کر کے ان کا بغور مطالعہ کر لیا ہے اور ان کی روشنی میں Key بنائی ہے۔ نیز سب ایگزامینرز کے لیے تفصیلی مارکنگ ہدایات امارنگ سیکم Rubrics بھی تیار کر دی گئی ہیں۔

Prepared & Checked By:

Dated: 30-03-18

S.#	Name	Designation	Institution	Mobile No	Signature
1	<u>Abdus Tahir</u>	<u>Pr.</u>	<u>G.G. H/S 2 Block</u>	<u>0300-2000000</u>	<u>[Signature]</u>
2	<u>Nasim Shree Lodhi</u>	<u>Principal</u>	<u>G.G. H/S Basti Khudadad mulla</u>	<u>0300-2000000</u>	<u>[Signature]</u>
3					