

B.A.(HS) Semester - 3 (NEP-2020) Examination**OCT/NOV-2024****Meal Planning (Major-5)****Time: 2:00 Hours****Marks: 50****Instructions:**

1. All questions are compulsory.
2. Figures to the right indicate marks.

-
- પ્રશ્ન-૧ આહાર આયોજનને અસર કરતાં પરીબળો સમજાવો. (૧૦)
અથવા
- પ્રશ્ન-૧ આહાર આયોજન એટલે શું? અને તેનું મહત્વ સમજાવો.
- પ્રશ્ન-૨ સગર્ભા સ્ત્રીને અપાતાં આહાર વિશે સમજાવો. (૧૦)
અથવા
- પ્રશ્ન-૨ ધાત્રીમાતાને અપાતાં પોષકતત્વો વિશે સમજાવો.
- પ્રશ્ન-૩ વ્યાયામવીરોના આહાર વિશે જણાવો. (૧૦)
અથવા
- પ્રશ્ન-૩ વૃદ્ધાવસ્થા દરમિયાન અપાતાં પોષકતત્વો વિશે સમજાવો.
- પ્રશ્ન-૪ ખાદ્ય અંદાજપત્રકને કરકસરયુક્ત બનાવવા માટેના પરીબળોની ચર્ચા કરો. (૧૦)
અથવા
- પ્રશ્ન-૪ ખાદ્ય અંદાજપત્રકને અસર કરતાં પરીબળો સમજાવો.
- પ્રશ્ન-૫ ટૂંકનોંધ લખો. (કોઈપણ બે) (૧૦)
- 1) આહાર આયોજનની વ્યાખ્યાઓ
 - 2) સ્તનપાન કરાવતી સ્ત્રીના આહારનું મહત્વ
 - 3) અંદાજપત્રક તૈયાર કરવું
 - 4) કામદારોના પોષણ સુધારણા ના ઉપાયો.

ENGLISH VERSION

- Que-1 Explain the factors that should be considered before planning meals. (10)
OR
- Que-1 What is meal planning? explain the importance of meal planning.
- Que-2 Explain the diet given to pregnant women. (10)
OR
- Que-2 Explain the given nutrition for lactation women.
- Que-3 Explain the nutrition requirement for sportsmen. (10)
OR
- Que-3 Explain the nutrition requirements during old age.
- Que-4 Discuss the factors that make a budget sheet economical. (10)
OR
- Que-4 Explain the factors affecting food budgeting.
- Que-5 Write Short Note. (Any Two) (10)
- (1) Definition of meal planning
 - (2) Importance of meal for lactation women
 - (3) Preparation of food Budget
 - (4) Measures for improving worker's nutrition
