

3/10

Name of Subject: غذا اور غذائیت Session: 2018

| Q.Nos | Paper Code | Paper Code | Paper Code | Paper Code |
|-------|------------|------------|------------|------------|
| | 3771 | | | |
| 1 | A | | | |
| 2 | C | | | |
| 3 | C | | | |
| 4 | A | | | |
| 5 | B | | | |
| 6 | A | | | |
| 7 | B | | | |
| 8 | A | | | |
| 9 | D | | | |
| 10 | B | | | |
| 11 | A | | | |
| 12 | B | | | |
| 13 | | | | |
| 14 | | | | |
| 15 | | | | |
| 16 | | | | |
| 17 | | | | |
| 18 | | | | |
| 19 | | | | |
| 20 | | | | |

90

Result.pk

برقیثبات صحیح سوالیہ پرچہ امارنگ Key

ہم نے مضمون غذا اور غذائیت پرچہ 10/18 گروپ سکیم میٹرک انٹرمیڈیٹ 10 2018 کا سوالیہ پرچہ انشائیہ و معروضی (Subjective & Objective) کو بنظر عمیق چیک کر لیا ہے یہ پرچہ Syllabus کے عین مطابق Set کیا گیا ہے۔ اس سوالیہ پرچہ میں کسی قسم کی کوئی غلطی نہ 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 (MCQs) Key کی بابت تصدیق کی جاتی ہے کہ اس میں بھی کسی قسم کی کوئی غلطی نہ 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 کیلئے تفصیلی مارکنگ ہدایات امارنگ سکیم/Rubrics بھی تیار کر دی گئی ہیں۔

Prepared & Checked By:

Dated: 15-09-18

| S.# | Name | Designation | Institution | Mobile No | Signature |
|-----|------------------------|-------------|------------------------------------|-------------|-----------|
| 1 | Nasima Soheeb Lodhi | Principal | G. G. H/S Basti Khudadad Multan | 03000404800 | |
| 2 | Dilshad Begum | SS | e.e. H.S.S Suhaj Miani. Multan | 03008630336 | |
| 3 | | | | | |

26

SSC PART-II (10th CLASS)

FOOD AND NUTRITION (NEW SCHEME)

غذا اور غذائیت (نیو اسکیم)

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۔

- (i) What is meant by Unbalanced diet? غیر متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟
- (ii) How can egg nutrition be preserved? انڈے کی غذائیت کو کیسے برقرار رکھا جاسکتا ہے؟
- (iii) Write dry heat cooking methods. خشک پکانے کے طریقے بیان کریں۔
- (iv) What is meant by Food Spoilage? غذاؤں کے خراب ہونے سے کیا مراد ہے؟
- (v) Where does the Mold Grow? پھپھوندی کہاں پیدا ہوتی ہے؟
- (vi) Describe, how to sit at dining table. کھانے کی میز پر بیٹھنے کا طریقہ بیان کریں۔
- (vii) Which thing is helpful in making meal delicious? کھانے کو لذیذ بنانے کے لیے مددگار چیز کون سی ہے؟
- (viii) How will you set a tray for single person? ایک فرد کے لیے ٹرے کیسے لگائی جاتی ہے؟

3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- (i) Describe comparison of healthy snakes versus junk foods among teenagers. نوبلغ افراد میں صحت مند غذا کی بجائے فاسٹ فوڈ کی ترجیح کا موازنہ کیجیے۔
- (ii) What is the role of vinegar in food preservation? غذائیں محفوظ کرنے میں سرکہ کا کیا کردار ہے؟
- (iii) Describe the use of refrigerator. ریفریجریٹر کا استعمال بیان کریں۔
- (iv) Which things are needed for cooking omelette? آملٹ بنانے کے لیے کون سی اشیاء درکار ہوتی ہیں؟
- (v) What is meant by Menu Planning? مینو پلان سے کیا مراد ہے؟
- (vi) What is Pasteurization? پاسترائزیشن کیا ہے؟
- (vii) Write the dietary needs of a pregnant women. حاملہ خواتین کی غذائی ضروریات تحریر کریں۔

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- (i) What are the necessary items for First Aid Kit? ابتدائی طبی امداد کٹ میں کیا کیا ہونا ضروری ہے؟
- (ii) What is meant by Stewing? دم پزیری سے کیا مراد ہے؟
- (iii) How a family feast menu is planned? گھر بلوغت کے لیے مینو کیسے پلان کیا جاتا ہے؟
- (iv) Write three steps for prevention of malnutrition. نقص غذائیت سے بچاؤ کے تین اقدامات بیان کریں۔
- (v) Which are the Incidental Additives in foods? غذاؤں میں اتفاقی آمیزی اجزاء کون کون سے ہیں؟
- (vi) Which things are shallow fried? درمیانی چکنائی میں کون سی چیزیں تلی جاتی ہیں؟
- (vii) Plan a menu of a day for a school going child. سکول جانے والے بچے کا ایک دن کا مینو تیار کریں۔

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: - Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

نوٹ - کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

5. Write a note on Food Additives. غذاؤں کے آمیزی اجزاء پر نوٹ لکھیں۔
6. Write in detail the Eastern Method of meal service. مشرقی طریقے سے کھانا کیسے پیش کیا جاتا ہے؟ تفصیل سے بیان کریں۔
7. Write different methods for cooking foods. کھانا پکانے کے مختلف طریقے تحریر کیجیے۔

FOOD AND NUTRITION (NEW SCHEME)

TIME ALLOWED: 15 Minutes

OBJECTIVE حصہ معروضی

غذا اور غذائیت (ننو سکیم)

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 کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق متعلقہ دائرہ کو مار کر یا ٹین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو بھر کرنے یا کٹ کر بھر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو بھر نہ کرنے 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 questions on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1-

- (1) Buffet method of meal serving is:- (1) بونے طریقے سے کھانا پیش کرنے کا انداز ہے۔
(A) Informal غیر رسمی (B) Formal رسمی (C) Lavish پر تکلف (D) Pleasant خوشگوار
- (2) Home made foods are:- (2) گھر پر تیار کردہ غذا ہیں۔
(A) Cheap سستی (B) Tasteless بے ذائقہ (C) Digestive زود ہضم (D) Costly مہنگی
- (3) Methods of cooking foods are:- (3) کھانا پکانے کے طریقے ہیں۔
(A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5
- (4) Mold grow :- (4) پھپھوندی نشوونما پاتی ہے۔
(A) At ordinary climate and temperature عام آب و ہوا اور درجہ حرارت پر (B) In hot and moist place گرم مرطوب جگہ پر
(C) At cool place ٹھنڈی جگہ پر (D) In water پانی میں
- (5) Seasonal vegetables and fruits are:- (5) موسمی سبزیاں اور پھل ہوتے ہیں۔
(A) Costly مہنگی (B) Cheap سستی (C) Old پرانے (D) Rotten باسی
- (6) The types of food preservatives are:- (6) غذاؤں کو محفوظ کرنے والے اجزاء کی اقسام ہیں۔
(A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5
- (7) Napkin and table mats should be:- (7) نیپکین اور ٹیبل میٹس ہونے چاہئیں۔
(A) In the same colour or contrast ہم رنگ یا متضاد رنگوں میں (B) In light colours ہلکے رنگوں میں
(C) In bright colours شوخ گہرے رنگوں میں (D) Printed دار پھول
- (8) Tray serving methods are:- (8) ٹرے میں کھانا لگانے کے طریقے ہیں۔
(A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5
- (9) Infants best diet is:- (9) شیر خوار بچے کی بہترین غذا ہے۔
(A) Supplementary diet ضمنی غذا (B) Fruits پھل (C) Cereals دلے (D) Mother feed ماں کا دودھ
- (10) Types of malnutrition are:- (10) نقص غذائیت کی اقسام ہیں۔
(A) 3 (B) 4 (C) 5 (D) 6
- (11) Infants should be given first supplementary diet at the age of:- (11) بچے کو پہلی ضمنی غذا _____ عمر میں دینی چاہیے۔
(A) Four to six months چار سے چھ ماہ (B) Three to four months تین سے چار ماہ
(C) Five to six months پانچ سے چھ ماہ (D) After six months چھ ماہ کے بعد
- (12) _____ is necessary before freezing the vegetables. (12) سبزیوں کو مجمد کرنے سے پہلے ضروری ہے۔
(A) Cooking پکنا (B) Blanch کرنا (C) Buying خریدنا (D) Washing دھونا