

**BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN**  
**OBJECTIVE KEY FOR SSC ANNUAL/SUPPLY EXAMINATION, 2019.**

141 (15)

Name of Subject: Food & Nutrition

Session: 2019

9/11/19 ✓

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

**برقیقت بابت صحیح سوال پرچہ امارنگ Key**

ہم نے مضمون غذا اور غذائیت پرچہ پہلا (9) گروپ X سکیم بنو میٹرک سالانہ امتحان 2019 کا سوالیہ پرچہ انشائیہ و معروضی (Subjective & Objective) کو بنظر عین 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 / مارکنگ سکیم / Rubrics بھی تیار کر دی گئی ہیں۔

Prepared & Checked By:

Dated: 02-09-2019

S.#	Name	Designation	Institution	Mobile No	Signature
1	Tahira Perveen Nawaz	principal	44 #/S Makhdoom Rashid, Multan		M. Perveen
2					
3					

ثانوی و اعلیٰ ثانوی تعلیمی بورڈ، ملتان

9/18 ✓

مضمون: غذا اور غذائیت پرچہ: 1/1/19 گروپ: \_\_\_\_\_

جزل ہدایات برائے مارکنگ Key اور کلکچر اینو سکیم (مارکنگ سکیم)

میٹرک سالانہ امتحان 2019ء

Sr #	Code	Error Indicated	Sr #	Code	Error Indicated
1.	UN	Un-Necessary	8.	SP	Spelling Error
2.	Ir	Irrelevant	9.	P	Punctuation
3.	IC	Incomplete	10.	Wo	Wrong word error
4.	EX	Extra	11.	Wt	Wrong Tense
5.	Rp	Re-Produced	12.	Wf	Wrong Form
6.	I	Insufficient	13.	OA	Over Attempt
7.	Gr	Grammar Error			

اہم نوٹ: ہر سوال "Full Award" سے کم نمبر لگانے کی صورت میں وجہ ضرور لکھیں۔

Section - I

سوال نمبر 2: کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کریں

درست جواب تحریر کرنے پر ہر جز کے دو (2) نمبر دیے جائیں

سوال نمبر 3:

ہر جز کے دو نمبر درست جواب پر دیے جائیں

سوال نمبر 4:

ہر جز کے درست جواب پر دو نمبر دیے جائیں

Section - II

کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کریں

ہر سوال کے درست جواب کے تحریر کرنے کی صورت میں 6 نمبر دیے جائیں۔

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) Briefly explain the relation of nutrition and mental health. غذائیت اور ذہنی صحت کا تعلق بیان کریں۔ (i)  
(ii) Define Nutrients. غذائی اجزاء کی تعریف کریں۔ (ii)  
(iii) Define Nutrition. غذائیت کی تعریف کریں۔ (iii)  
(iv) What is meant by Protective Food? حفاظتی غذاؤں سے کیا مراد ہے؟ (iv)  
(v) Briefly explain how food protect from diseases? غذا سے بیماریوں کا بچاؤ کیونکر ممکن ہے؟ مختصر بیان کریں۔ (v)  
(vi) Write the chemical composition of Fats. چکنائی کی کیمیائی ساخت بیان کریں۔ (vi)  
(vii) Describe the effects of the deficiency of Protein on body. پروٹین کی کمی کے جسم پر ہونے والے اثرات بیان کریں۔ (vii)  
(viii) What is Haemoglobin? Explain. ہیموگلوبن کیا ہے؟ وضاحت کریں۔ (viii)

## 3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- (i) Describe the important sources of Iodine. آئیوڈین کے حصول کے اہم ذرائع بیان کریں۔ (i)  
(ii) What are the functions of Proteins in the body? پروٹین کے جسم میں کیا کام ہیں؟ (ii)  
(iii) What are Fat soluble Vitamins? چکنائی میں حل پذیر وٹامن کون سے ہیں؟ (iii)  
(iv) What are the effects of water deficiency in the body? جسم میں پانی کی کمی کے اثرات بیان کریں۔ (iv)  
(v) Write the names of basic food groups. بنیادی غذائی گروہ کے نام لکھیں۔ (v)  
(vi) Which needs of our food are fulfilled by basic food group meat, fish, chicken and eggs? گوشت، مچھلی، مرغی اور انڈے کا بنیادی گروہ ہماری خوراک کی کون سی ضروریات پوری کرتا ہے؟ (vi)  
(vii) Describe the importance of variety of food. ملی جلی خوراک کی اہمیت واضح کریں۔ (vii)  
(viii) What is meant by 3 G'S? 3 G'S سے کیا مراد ہے؟ (viii)

## 4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- (i) Which fruits contain plenty of water? کون سے پھلوں میں پانی کی کثیر مقدار پائی جاتی ہے؟ (i)  
(ii) What is meant by food deficiency? غذائی قلت سے کیا مراد ہے؟ (ii)  
(iii) Describe the importance of proper food choice. غذاؤں کے مناسب انتخاب کی اہمیت بیان کریں۔ (iii)  
(iv) Why pulses are important for our health? دالیں ہماری صحت کے لیے کیوں ضروری ہیں؟ (iv)  
(v) What is the identification of fresh egg? تازہ انڈے کی پہچان کیا ہے؟ (v)  
(vi) Write the names of few non-perishable foods. دیر تک خراب نہ ہونے والی چند غذاؤں کے نام لکھیں۔ (vi)  
(vii) What is Refrigerator? What type of foods are store in it? ریفریجریٹر کیا ہے؟ اس میں کون کون سی غذائیں سٹوریج کی جاتی ہیں؟ (vii)  
(viii) Write some procedures of correct food storage. غذائیں درست طریقے سے سٹوریج کرنے کے چند طریقے لکھیں۔ (viii)

## SECTION-II حصہ دوم

## NOTE: - Attempt any three questions.

18 = 6 x 3

نوٹ: - کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

5. Write the nutrient importance of Organ Meat. عضلاتی گوشت کی غذائی اہمیت تفصیلاً بیان کریں۔ -5  
6. What are the effects of weight gain on health? وزن کے بڑھنے سے صحت پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟ وزن کم کرنے کی ٹھوس تجاویز تحریر کریں۔ -6  
Give some solid suggestions to lose weight.  
7. How is energy provided to the body? جسم کو توانائی کیسے فراہم ہوتی ہے؟ توانائی کی ضرورت کا تعین کیونکر کیا جاسکتا ہے؟ -7  
How can we estimate the energy requirements of the body?  
8. What characteristics should a purchaser know to purchase dry ingredients? خشک اجناس کی خریداری کے لیے خریدار کو کن خصوصیات کا علم ہونا چاہیے؟ -8  
9. What is the method to estimate the calories and proteins present in the foods? غذاؤں میں موجود حراروں اور پروٹین کا تخمینہ نکالنے کا کیا طریقہ ہے؟ -9

PAPER CODE  
NUMBER: 1771

2019 (A)  
SSC PART-I (9th CLASS)

رول نمبر

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

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 کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق متعلقہ دائرہ کو مار کر یا پین سے بھر

دیکھئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو بھر کر یا کاٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو پُر نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوالیہ پرچہ پر

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) Childhood is the period of:-  
(A) Growth نشوونما کا (B) To work کام کا (C) To sleep سونے کا (D) To write لکھنے کا  
بچپن کا زمانہ ہوتا ہے۔ (1)
- (2) Vitamin A is necessary for:-  
(A) Skin جلد (B) Lungs پیچھڑوں (C) Eyes آنکھوں (D) Both A and C اور A اور C دونوں کے لیے ضروری ہے۔ (2)
- (3) Deficiency of water causes:-  
(A) Fever بخار (B) Flu زکام (C) Dehydration تآ آبدگی (D) Anaemia قلت خون  
پانی کی کمی پیدا کرتی ہے۔ (3)
- (4) \_\_\_\_\_ is essential part of every cell of the body.  
(A) Vitamin وٹامن (B) Carbohydrates کاربوہائڈریٹس (C) Water پانی (D) None کوئی نہیں  
جسم کے ہر خلیے کا لازمی جزو ہے۔ (4)
- (5) Amino acid is the unit of \_\_\_\_\_.  
(A) Protein پروٹین (B) Vitamin وٹامن (C) Carbohydrates کاربوہائڈریٹس (D) Mineral نمکیات  
امینو ایسڈ کی اکائی ہے۔ (5)
- (6) Individuals are divided into \_\_\_\_\_ groups according to their work.  
(A) 2 (B) 4 (C) 6 (D) 8  
کام کاج کی نوعیت کے لحاظ سے افراد کو \_\_\_\_\_ گروہوں میں تقسیم کیا گیا ہے۔ (6)
- (7) The purpose of food labelling is to provide information about food to:-  
(A) Shopkeepers دکاندار (B) Consumers صارفین (C) Factory کارخانہ (D) All of these یہ تمام  
غذائی لیبل کا مقصد \_\_\_\_\_ کو اشیا خوردنی کے متعلق معلومات فراہم کرنا ہے۔ (7)
- (8) The amount of water in nuts is extremely:-  
(A) Excessive بہت زیادہ (B) Nil بالکل نہیں (C) Normal مناسب (D) Little کم  
مغذیات میں پانی کی مقدار نہایت \_\_\_\_\_ ہوتی ہے۔ (8)
- (9) \_\_\_\_\_ carbohydrates are found in meat.  
(A) 3% (B) 6% (C) 75% (D) Zero %  
گوشت میں \_\_\_\_\_ کاربوہائڈریٹس پائے جاتے ہیں۔ (9)
- (10) The protein of milk is called:-  
(A) Carotene کیروٹین (B) Casein کیسین (C) Lactose لیکٹوز (D) Caffeine کیفین  
دودھ کی پروٹین کو \_\_\_\_\_ کہتے ہیں۔ (10)
- (11) The colour of gills of fresh fish is:-  
(A) Brown بھورا (B) Red سرخ (C) Yellow پیلا (D) Black سیاہ  
تازہ مچھلی کے گلپھڑے \_\_\_\_\_ رنگ کے ہوتے ہیں۔ (11)
- (12) Perishable foods are stored:-  
(A) In the sun دھوپ میں (B) In the air ہوائیں (C) In the boxes ڈبوں میں (D) In cold storage ٹھنڈی جگہ پر  
نوری خراب ہونے والی غذاؤں کو سٹور کیا جاتا ہے۔ (12)