



BOARD OF SECONDARY EDUCATION KARACHI

S.S.C (ANNUAL) EXAMINATIONS 2022

NEW MODEL QUESTION PAPER

FOOD & NUTRITION (Theory)

(For Girls Only)

CLASS IX (GENERAL GROUP)

FOR GIRLS ONLY

Time: 3 Hours

Total Marks: 60

SECTION "A" (40%)

MULTIPLE CHOICE QUESTIONS (MCQs) (24Marks)

Q.1. 24 MCQs will be given from whole syllabus. Each carries 1 Mark.

SECTION "B" (40%)

(SHORT ANSWERS QUESTIONS) (24 marks)

Note: Answer any Six (6) questions from this section. Each carries 4 marks.

Q2- Write down the six name of basic important nutrients.

Q3- What is meant by desirable food habits?

Q4- Write down the nutritional requirements of an adolescence.

Q5- What is cellulose?

Q6- Describe the importance of water as food constituent.

Q7- Write down any four deficiency disease of calcium.

Q8- Define calories. Name the nutrients which provide most of the calories.

Q9- Describe any three types of protein.

Q10- Write the importance of Breakfast.

Q11- How many types of Vitamins are there?

SECTION- "C" 20%

(DESCRIPTIVE ANSWER QUESTIONS) (12 Marks)

Note: Attempt any TWO 2 questions from this section. All questions carry equal marks.

Q12- How can desirable food habits be developed in children? Explain with examples.

Q13- What is the importance of subject 'Food and Nutrition'?

Q14- Write a short note on any one of the following:

- Basic five food groups
- Vitamins
- Milk as a food nutrient



BOARD OF SECONDARY EDUCATION KARACHI

S.S.C (ANNUAL) EXAMINATIONS 2022

MODEL QUESTION PAPER

FOOD & NUTRITION (Practical)

CLASS IX (GENERAL GROUP)

FOR GIRLS ONLY

(Marks:15)

1. TYPES OF BREAKFAST:

- (i) Prepare healthy breakfast for your elder brother.
- (ii) Prepare two types of breakfast one light and other medium.

2. PARTY DISHES:

- (i) Prepare two dishes for a party.

3. SANDWICHES TYPE:

- (i) Prepare two types of sandwiches.

4. ONE CARBOHYDRATE DISH & ONE PROTEIN DISH ALONG WITH SALADS:

- (i) Prepare one carbohydrate dish and one protein dish along with suitable salad.

Result.pk



BOARD OF SECONDARY EDUCATION KARACHI

S.S.C (ANNUAL) EXAMINATIONS 2022

MODEL QUESTION PAPER

FOOD & NUTRITION (Practical)

CLASS X (GENERAL GROUP)

FOR GIRLS ONLY

(Marks: 15)

1. WINTER & SUMMER LUNCHES:

- (i) Prepare a lunch for winter season.
- (ii) Prepare a lunch for summer season.

2. PACKED LUNCH:

- (i) Prepare a packed lunch for yourself.

3. PATIENT'S DIET:

- (i) Prepare any two types of patient's diet whether liquid or semi liquid or soft diet.

4. TYPES OF BREAKFAST:

- (i) Prepare healthy breakfast for your elder brother.
- (ii) Prepare two types of breakfast one light and other medium.

5. PARTY DISHES:

- (i) Prepare two dishes for a party.

6. SANDWICHES TYPE:

- (i) Prepare two types of sandwiches.

7. ONE CARBOHYDRATE DISH & ONE PROTEIN DISH ALONG WITH SALADS:

- (i) Prepare one carbohydrate dish and one protein dish along with suitable salad.

بورڈ آف سیکنڈری ایجوکیشن، کراچی

سیکنڈری اسکول سرٹیفکیٹ ایگزامینیشن - ۲۰۲۲ء (سالانہ)



نیو ماڈل پیپر

غذا اور تغذیہ (نظری) (صرف طالبات کیلئے)

نشانات: ۶۰

جماعت نہم: (جزل گروپ)

وقت: ۳ گھنٹے

(ریگولر اور پرائیویٹ امیدواروں کے لئے)

(نشانات: ۲۴)

حصہ "الف" (لازمی) (کثیر الانتخابی سوالات) 40%

سوال نمبر ۱- ۲۴ کثیر الانتخابی سوالات تمام سلیبس سے دیئے جائیں گے۔ ہر سوال کا ایک (01) نمبر ہے۔

(نشانات: ۲۴)

حصہ 'ب'، مختصر جواب کے سوالات 40%

نوٹ: اس حصے سے کل (۶) چھ سوالات کے جوابات مطلوب ہیں۔ تمام سوالات کے نشانات مساوی ہیں۔

۲- چھ بنیادی غذائی اجزاء کے نام تحریر کیجئے۔

۳- پسندیدہ غذائی عادات سے کیا مراد ہے؟

۴- ایک بالغ کی غذائی ضروریات تحریر کیجئے۔

۵- سیلولوز کیا ہوتے ہیں؟

۶- ایک غذائی جُز کی حیثیت سے پانی کی اہمیت بیان کیجئے۔

۷- کیلشیم کی کمی سے پیدا ہونے والی کوئی چار بیماریاں تحریر کیجئے۔

۸- کیلوریز (حراروں) کی تعریف کیجئے۔ ایسے غذائی اجزاء کے نام تحریر کیجئے جو زیادہ کیلوریز فراہم کرتے ہیں۔

۹- لحمیات کی کوئی تین اقسام تحریر کیجئے۔

۱۰- ناشتے کی اہمیت تحریر کیجئے۔

۱۱- حیاتین کی کتنی اقسام ہیں؟

(نشانات: ۱۲)

حصہ 'ج'، بیانیہ جواب کے سوالات 20%

نوٹ: اس حصے سے کل دو سوالات کے جوابات مطلوب ہیں۔ تمام سوالات کے نشانات مساوی ہیں۔

۱۲- بچوں میں اچھی غذائی عادات کس طرح پیدا ہو سکتی ہیں؟ مثالوں سے وضاحت کیجئے۔

۱۳- مضمون غذا اور تغذیہ کی کیا اہمیت ہے؟

۱۴- مندرجہ ذیل میں سے کسی ایک پر نوٹ لکھیے۔

(i) پانچ بنیادی غذائی گروہ

(ii) وٹامنز

(iii) دودھ بحیثیت غذائی جُز

نوٹ! جماعت دہم کا پرچہ اسی طرز پر مشتمل ہوگا جب کہ پرچہ دہم جماعت کے نصاب کے مطابق ہی ترتیب دیا جائے گا۔