

2216

CFN-1

**CERTIFICATE PROGRAMME IN FOOD AND
NUTRITION – JANUARY, 2006.**

Term End Examination.

YOU AND YOUR FOOD

Time : 3 hours

Maximum marks : 100

Note : Question No.1 is compulsory. Attempt any FOUR questions. All questions carry equal marks.

கேள்வி 1-க்கு கட்டாயம் விடை எழுத வேண்டும். மற்றவற்றில் ஏதேனும் நான்கிற்கு விடையளிக்கவும். அனைத்து வினாக்களுக்கும் சமமான மதிப்பெண்கள்

1. (a) Fill in the blanks. (10 x 1 = 10)

(i) Islam religion forbids consumption of _____.

(ii) _____ is the most important constituent of our body.

(iii) _____ is the important for the normal function of the reproductive system.

(iv) Roti made with Bengal gram flour and Wheat flour is called _____.

(v) The process of transferring heat from a source to a food through the medium of water is called _____.

(vi) Common South Indian preparation made from fermented mixture of rice and pulse are called _____.

(vii) _____ is another sweetening agent. It is derived from flowers.

(viii) Our country is one of the largest producers of _____.

(ix) _____ is a very cheap but rich source of Vitamin C.

(x) Our elders tell us _____ is good for our health.

(அ) கோடிட்ட இடங்களை நிரப்புக.

(i) இஸ்லாம் மதத்தினர் _____ இறைச்சியை உண்பதில்லை.

(ii) _____ நம் உடலில் மிகவும் முக்கியமான ஒன்றாகும்.

(iii) _____ ஆனது இனப்பெருக்கத்திற்கு மிகவும் இன்றியமையானது.

(iv) கடலை, கோதுமை மாவு கலந்து தயாரித்த வெட்டியை _____ என்கிறோம்.

(v) உணவு சமைப்பதற்கு தேவையான உஷ்ணத்தை தண்ணீர் என்ற காரணியின் மூலமாக தயாரிப்பதை _____ என்பர்.

(vi) அரிசியும் உளுந்தும் சேர்த்து அரைத்து, புளிக்கவைத்து தயாரிக்கும் தென்னிந்திய மக்களின் முக்கிய பலகாரத்தை _____ என்பர்.

(vii) _____ ஒரு இனிப்பு பதார்த்தமாகும். இவை மலர்களிலிருந்து சேகரிக்கப்படுகிறது.

(viii) _____ நம் நாட்டில் அதிகமாக தயாரிக்கப்படுகிறது.

(ix) _____ விலையும் குறைவு, உயிர்ச் சத்து 'சி' அதிகம்.

(x) நமது முன்னோர்கள் _____ அருந்துவது மிகவும் நல்லது என்று கூறியுள்ளார்கள்.

(b) Explain in 2 or 3 sentences : (5 × 2 = 10)

(i) Parasites.

(ii) Ulcers.

(iii) Adulteration.

(iv) Haemoglobin.

(v) Hygroscopic.

(ஆ) 2 அல்லது 3 வரிகளில் விளக்கவும்.

(i) ஒட்டுண்ணிகள்

(ii) குடல் புண்.

- (iii) கலப்படம்
- (iv) இரத்த சிவப்பணு
- (v) ஹை கிராஸ் கோபிக்.

2. (a) Describe the micronutrients and their functions of our food. (10)

(b) Discuss the effects of their deficiency and excess of the above food. (10)

(அ) நமது உணவில் உள்ள நுண்ணூட்டச் சத்துக்கள் பற்றியும் அவற்றின் பயன்கள் குறித்தும் விளக்குக.

(ஆ) மேற்கூறிய உணவு குறைவதாலோ, அதிகரிப்பதாலோ உண்டாகும் பின்விளைவுகள் பற்றி விவாதிக்க.

3. (a) Write about the various cooking methods while preparing our food. (10)

(b) Discuss the effects of cooking methods on food. (10)

(அ) நமது உணவு தயாரிக்கையில் பலவகை சமைக்கும் முறைகள் குறித்து எழுதுக.

(ஆ) உணவு தயாரிக்கும் முறைகளினால் ஏற்படும் மாற்றங்கள் குறித்து விவரிக்க.

4. (a) Write about the various methods of preserving perishable and semi perishable foods. (10)

(b) Write about the various methods of storing non-perishable foods. (10)

(அ) நீண்ட நாட்கள் மற்றும் குறுகிய நாட்களுக்கு உணவுப் பொருள்களை பதப்படுத்தும் முறைகள் குறித்து எழுதுக.

(ஆ) நீண்ட நாட்களுக்கு உணவுப் பொருட்கள் கெட்டுபோகாமல் பாதுகாக்கும் முறைகள் குறித்து எழுதுக.

5. (a) Discuss the nutritive value of cereals. (10)

(b) Write about the common cereals grains. (10)

(அ) தானியங்களின் காணப்படும் ஊட்டச்சத்தின் மதிப்பு குறித்து விவரிக்க.

(ஆ) பொதுவாகக் கிடைக்கக்கூடிய தானிய வகைகள் குறித்து எழுதவும்.

6. (a) Describe the nutritive value of nuts and oil seeds. (10)

(b) Write about the selection and uses of nuts and oil seeds. (10)

(அ) கொட்டைகள் மற்றும் எண்ணெய்வித்துக்களில் உள்ள சத்துக்கள் குறித்து விரிவாக எழுதுக.

(ஆ) கொட்டைகள் மற்றும் எண்ணெய்வித்துக்களை, தேர்ந்தெடுத்தல் மற்றும் பயன்கள் குறித்து எழுதுக.

7. (a) Write about the importance of vegetables and its nutritive value. (10)

(b) Discuss the selection of some common vegetables from the market. (10)

(அ) காய்கறிகளின் முக்கியத்துவத்தையும் அவைகளின் சத்துக்கள் குறித்தும் எழுதுக.

(ஆ) கடைகளில் சில பொதுவான காய்கறிகளை தேர்ந்தெடுக்கும் முறைகள் குறித்து விவரம் தருக.

8. Write short notes on any FOUR. (4 × 5 = 20)

(a) Tea.

(b) Food Spoilage.

(c) Functions of Carbohydrates.

(d) Uses of Milk.

(e) Basic food groups.

ஏதேனும் நான்கிற்கு குறிப்பு எழுதுக.

(அ) தேயிலை

(ஆ) உணவு கெடுதல்

(இ) கார்போஹைட்ரேட்டின் பணிகள்

(ஈ) பாலின் பயன்கள்

(உ) அடிப்படை உணவு வகைகள்.

HowToExam.com