

SSC PART-II (10th CLASS)

FOOD AND NUTRITION (OLD SCHEME) (2012-2014 سیشن) (اولڈ سکیم) غذا اور غذائیت

TIME ALLOWED: 2.45 Hours

SUBJECTIVE حصہ انشائیہ

وقت = 2.45 گھنٹے

MAXIMUM MARKS: 63

کل نمبر = 63

نوٹ: - جوابی کاپی پر وہی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کیجیے جو کہ سوالیہ پرچہ میں درج ہے۔
and its part number on answer book, as given in the question paper.

SECTION-I حصہ اول

12 = 2 x 6

2. Attempt any six parts.

- Write Dry Heat Cooking Methods.
- What is the basic purpose of Cooking Food?
- How many working points are in Kitchen?
- What is meant by Lowest Nutrition?
- Describe the principle of Serving Meal.
- Write the properties of Menu.
- What is meant by Preserving Foods?
- Which effects are done on egg by cooking it?
- Write the translation of dua after eating meal.

سوال نمبر 2- کوئی سے چھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- خشک پکانے کے طریقے بتان کر لیں۔
- غذا کو پکانے کا بنیادی مقصد کیا ہے؟
- کچن میں کام کرنے کے کتنے مراکز ہیں؟
- شدید کم غذائیت سے کیا مراد ہے؟
- کھانا پیش کرنے کے اصول بیان کیجیے۔
- مینو کی خصوصیات تحریر کریں۔
- غذاؤں کو محفوظ کرنے سے کیا مراد ہے؟
- انڈے پر پکانے سے کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟
- کھانا کھانے کے بعد کی دعا کا ترجمہ تحریر کیجیے۔

10 = 2 x 5

3. Attempt any five parts.

- What is meant by Unbalanced Diet?
- Write the demerits of Fast Food.
- Write four manners of Eating Meal.
- Where does the Mould grow?
- How is the Menu planned for a domestic feast?
- What is meant by Stewing?
- Write the benefits of Mother Feed.
- Describe the use of Refrigerator.

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

- غیر متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟
- فاسٹ فوڈ کے نقصانات بیان کریں۔
- کھانا کھانے کے چار آداب تحریر کیجیے۔
- پھپھوندی کہاں پیدا ہوتی ہے؟
- گھر بلیو دعوت کے لیے مینو کیسے بنان کیا جاتا ہے؟
- دم پزیری سے کیا مراد ہے؟
- ماں کے دودھ کے فوائد بیان کیجیے۔
- ریفریجریٹر کا استعمال بیان کیجیے۔

10 = 2 x 5

4. Attempt any five parts.

- Write two advantages of Favourite Food.
- How many kinds of Germs are? Write their names.
- Describe the method how to sit at Dining Table.
- Which things are needed for Omelette?
- How is a tray set for a single person?
- What is meant by First Aid Kit?
- Which are the Intentional Additives?
- Which things are needed for Apple Jam?

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

- پسندیدہ غذا کے دو فوائد بیان کیجیے۔
- جرثوموں کی کتنی اقسام ہیں؟ نام لکھیں۔
- کھانے کی میز پر بیٹھنے کا طریقہ بیان کریں۔
- آملٹ بنانے کے لیے کون سی اشیاء درکار ہوتی ہیں؟
- ایک فرد کے لیے ٹری سے کیسے لگائی جاتی ہے؟
- ابتدائی طبی امداد کی کٹ سے کیا مراد ہے؟
- ارادی آمیزی اجزاء کون سے ہیں؟
- سیب کا جام بنانے کے لیے کون سی اشیاء درکار ہوتی ہیں؟

SECTION-II حصہ دوم

21 = 7 x 3

NOTE: - Attempt any three questions.

- Write down the Eastern method of Serving Meal.
- Write a note on kitchen accidents and prevention of accidents in kitchen.
- Write the dietary needs of Infants.
- Write a note on Food Additives.
- Write notes on:-
(i) Significance of food service.
(ii) Role of Economics in the Community Nutrition.

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

- 5- مشرقی طریقہ سے کھانا پیش کرنے کا طریقہ تحریر کیجیے۔
- 6- باورچی خانے میں حادثات اور ان کی روک تھام پر نوٹ لکھیے۔
- 7- شیر خوار بچوں کی غذائی ضروریات بیان کیجیے۔
- 8- غذاؤں کے آمیزی اجزاء پر نوٹ لکھیں۔
- 9- نوٹ لکھیں۔
(i) کھانا پیش کرنے کی اہمیت
(ii) معاشرے کی غذائیت میں معاشیات کا کردار۔

10. NOTE: - Attempt any two parts.

5 + 5

- Prepare the list of ingredients for Peas Pulao.
- Plan a Menu of a day for Elders.
- Write the method of making Custard.

10- (پریکٹیکل حصہ) کوئی سے دو اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- (A) مزہ پلانڈ میں استعمال ہونے والی اشیاء کی فہرست تیار کیجیے۔
- (B) مسمر افراد کے لیے ایک دن کا مینو تیار کیجیے۔
- (C) کسٹارڈ بنانے کا طریقہ بیان کیجیے۔

SSC PART-II (10th CLASS)

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

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

- Write four manners for Eating Meal.
- What is meant by Food Spoilage?
- Write Dry Heat Cooking methods.
- What is meant by Unbalanced Diet?
- Where the Mold grows?
- Write two safety measures for prevention of incidents in Kitchen.
- What should the Menu be for a Marriage ceremony?
- Write two advantages of Favourite Food.

سوال نمبر 2- کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- کھانا کھانے کے چار آداب تحریر کریں۔ (i)
- غذاؤں کے خراب ہونے سے کیا مراد ہے؟ (ii)
- خشک پکانے کے طریقے بیان کریں۔ (iii)
- غیر متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟ (iv)
- پھپھوندی کہاں پیدا ہوتی ہے؟ (v)
- باورچی خانے میں حادثات سے بچاؤ کے لیے دو تدابیر بیان کریں۔ (vi)
- شادی کی تقریب میں مینو کیسا ہونا چاہیے؟ (vii)
- پسندیدہ غذا کے دو فوائد تحریر کریں۔ (viii)

3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

- What is Pasteurization?
- What effects are on Milk by Boiling it?
- Write the advantages of Mother feed.
- How is a table set for formal style of Meal service?
- How many working points are in the Kitchen?
- Write down the translation of Dua after Meal.
- Which things should be kept in mind while buying vegetables?

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

- پاسچرائزیشن کیا ہے؟ (i)
- دودھ کو پکانے سے کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟ (ii)
- ماں کے دودھ کے فوائد بیان کریں۔ (iii)
- رکی انداز میں کھانا کھانے کے لیے میز کی تیاری جاتی ہے؟ (iv)
- باورچی خانے میں کام کرنے کے کتنے مراکز ہیں؟ (v)
- کھانا کھانے کے بعد کی دعا کا ترجمہ تحریر کیجیے۔ (vi)
- سبز یا خریدتے وقت کن باتوں کا خیال رکھنا چاہیے؟ (vii)

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

- Which things are fried in Shallow frying?
- How is the meat washed?
- Write steps for Cooking Rice.
- Make a list of necessary things of First Aid Kit.
- How is a Tray set for more than one person?
- Write the use of Freezer.
- Plan a Menu of a day for a preschool child.

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

- درمیانی پختائی میں کون سی چیزیں تلی جاتی ہیں؟ (i)
- گوشت کو کیسے دھوا جاتا ہے؟ (ii)
- چاول پکانے کے مراحل تحریر کریں۔ (iii)
- ابتدائی طبی امداد کی کٹ میں موجود اشیاء کی فہرست بنائیں۔ (iv)
- ایک سے زیادہ افراد کے لیے نرسے کیسے لگائی جاتی ہے؟ (v)
- فریژر کا استعمال بیان کریں۔ (vi)
- قبل از سکول بچے کا ایک دن کا مینو تیار کریں۔ (vii)

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: - Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

- Write different methods for Cooking Meal. 9
- Write a note on the following topics:- 5 + 4
 - Significance of Food Service.
 - Health hazards of Additives.
- Write in detail the various measures for prevention of Malnutrition. 9

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

- کھانا پکانے کے مختلف طریقے تحریر کیجیے۔ 5
- مندرجہ ذیل پر نوٹ لکھیں۔ 6
 - کھانا پیش کرنے کی اہمیت
 - آمیڑی اجزاء کے نقصانات
- نقصان غذائیت سے بچاؤ کے مختلف اقدامات تفصیلاً تحریر کیجیے۔ 9

PAPER CODE
NUMBER: 3771

2017 (A)

SSC PART-II (10th CLASS)

161

رول نمبر

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

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 ٹین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو نہ کرنے یا کاٹ کر پڑ کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ Bubbles پُر نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوالیہ پرچہ پر سوالات ہر گز 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 circle in front of that question number. Use marker or pen to fill the circles. Cutting or filling two or more circles 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 question on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1۔

- (1) The methods of serving meal are:- (1) کھانا پیش کرنے کے طریقے ہیں۔
(A) 4 (B) 5 (C) 6 (D) 7
- (2) Method of Cooking in Microwave is:- (2) مائیکرو ویو میں پکانے کا طریقہ ہے۔
(A) Old پرانا (B) Common عام (C) New Scientific جدید سائنسی (D) Quick تیز
- (3) By cooking the food becomes:- (3) پکانے سے غذا ہو جاتی ہے۔
(A) Tasteless بے ذائقہ (B) Tasty and delicious لذیذ اور ذائقہ دار (C) Unhealthy غیر صحت بخش (D) Undigestive غیر ہضم
- (4) Types of Food additives are:- (4) آمیزری اجزاء کی اقسام ہیں۔
(A) Many بے شمار (B) A few چند ایک (C) Four چار (D) Two دو
- (5) The body of a child becomes two times:- (5) بچے کا جسم دو گنا ہو جاتا ہے۔
(A) After one month ایک ماہ بعد (B) After two months دو ماہ بعد (C) After three months تین ماہ بعد (D) After four months چار ماہ بعد
- (6) On Eid the Menu should be:- (6) عید پر پیش ہونا چاہئے۔
(A) Traditional روایتی (B) Costly قیمتی (C) Cheap ارزان (D) Of different kinds and types انواع و اقسام کا
- (7) The classes of Society on the basis of Income are:- (7) آمدنی کی بنیاد پر معاشرے کے طبقات ہیں۔
(A) 2 (B) 4 (C) 3 (D) 5
- (8) _____ extra calories are needed for lactating women. (8) دودھ پلانے والی خواتین کو اضافی حرارے درکار ہوتے ہیں۔
(A) 200 to 300 دو سو سے تین سو (B) 300 to 400 تین سو سے چار سو (C) 400 to 500 چار سو سے پانچ سو (D) 500 to 600 پانچ سو سے چھ سو
- (9) In meal, Sweet dish should be served:- (9) کھانے میں میٹھی ڈش پیش کرنی چاہیے۔
(A) First of all سب سے پہلے (B) In the start شروع میں (C) In the middle درمیان میں (D) At the end آخر میں
- (10) _____ medicine is prepared from some types of Mold. (10) کچھ سفونی کی چند اقسام سے دوائی تیار کی جاتی ہے۔
(A) Paracetamol پیرا سیٹامول (B) Penicillin پینسلین (C) Ponstan پونسٹان (D) Septran سپٹران
- (11) Methods of cooking food are:- (11) کھانا پکانے کے طریقے ہیں۔
(A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5
- (12) Types of Malnutrition are:- (12) نقصان غذائیت کی اقسام ہیں۔
(A) 3 (B) 4 (C) 5 (D) 6

New

159 (159) (159)

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION,

MULTAN

OBJECTIVE KEY FOR SSC 10th & 9th Examination, 2017.

Name of Subject Food and Nutrition Session 2015 - 2017

Handwritten signature or initials.

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

eduvision.edu.pk

PAPER CODE
NUMBER: 7771

2017 (A)

SSC PART-II (10th CLASS)

1162
رول نمبر

FOOD AND NUTRITION (OLD SCHEME) (2012-2014 سیشن) (اولڈ اسکیم) غذا اور غذائیت

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 دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو بھر کرنے یا کاٹ کر بھر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ Bubbles بھرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس

Note: You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. سوالیہ پرچہ پر سوالات ہر گز حل نہ کریں۔

The choice which you think is correct, fill that circle in front of that question number. Use marker or pen to fill the circles. Cutting or filling two or more circles 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 question on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1-

(1) Meal should be served:-

(1) کھانا پیش کرنا چاہیے۔

- (A) In verandah برآمدہ میں (B) In kitchen کچن میں
(C) In room کمرے میں (D) At neat and clean place صاف ستھری جگہ پر

(2) The ways for preserving food by freezing are:-

(2) ٹھنڈک کے ذریعے غذاؤں کو محفوظ کرنے کے طریقے ہیں۔

- (A) 3 (B) 4 (C) 5 (D) 6

(3) Interval between Meals should be of:-

(3) کھانوں کا درمیانی وقفہ ہونا چاہیے۔

- (A) Three hours تین گھنٹے کا (B) Five hours پانچ گھنٹے کا (C) Six hours چھ گھنٹے کا (D) Seven hours سات گھنٹے کا

(4) The list of selected meals or foods is called:-

(4) منتخب کردہ غذاؤں یا کھانوں کی فہرست کو کہتے ہیں۔

- (A) Meal طعام (B) Nutrition غذائیت (C) Balanced Diet متوازن غذا (D) Menu منیو

(5) Home made foods are:-

(5) گھر پر تیار کردہ غذائیں ہوتی ہیں۔

- (A) Costly مہنگی (B) Digestive زود ہضم (C) Cheap سستی (D) Tasteless بے ذائقہ

(6) Napkin and Table Mats should be:-

(6) نشیمن اور میبل میٹس ہونے چاہئیں۔

- (A) In the same colour or contrast ہم رنگ یا متضاد (B) In light colours ہلکے رنگوں میں
(C) In bright colours شوخ رنگوں میں (D) Printed پھول دار

(7) Eastern method of serving meal is generally used:-

(7) کھانا پیش کرنے کا مشرقی طریقہ عام طور پر استعمال ہوتا ہے۔

- (A) In homes گھروں میں (B) In large feasts بڑی دعوتوں میں (C) In small feasts چھوٹی دعوتوں میں (D) In hotels ہوٹلوں میں

(8) Milk is considered:-

(8) دودھ کو سمجھا جاتا ہے۔

- (A) Undigested غیر ہضم (B) Complete diet مکمل غذا (C) Unhealthy غیر صحت بخش (D) Digestive زود ہضم

(9) Types of Malnutrition are:-

(9) نقصان غذائیت کی اقسام ہیں۔

- (A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5

(10) The method of cooking in Microwave is:-

(10) مائیکروویو میں پکانے کا طریقہ ہے۔

- (A) Old پرانا (B) Common عام (C) New scientific جدید سائنسی (D) Quick تیز

(11) The types of food preservatives are:-

(11) غذاؤں کو محفوظ کرنے والے اجزاء قسم کے ہوتے ہیں۔

- (A) 3 (B) 4 (C) 5 (D) 6

(12) Mould has types:-

(12) پھوسندی کی اقسام ہیں۔

- (A) 3 (B) 4 (C) 5 (D) Many بہت سی

old

158

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION,

MULTAN

OBJECTIVE KEY FOR SSC 10th & 9th Examination, 2017.

Name of Subject Food and Nutrition Session 2012-14

old

Q. Nos.	Paper Code	Paper Code	Paper Code	Paper Code
	7771			
1.	D			
2.	A			
3.	B			
4.	D			
5.	C			
6.	A			
7.	A			
8.	B			
9.	C			
10.	C			
11.	C			
12.	D			
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				