

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN
OBJECTIVE KEY FOR SSC ANNUAL EXAMINATION, 2020.

Name of Subject: Food and Nutrition Session: 2020(A)

43

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

eduvision.edu.pk

FOOD AND NUTRITION

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 پرپے میں درج ہے۔
Write same question number 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 the basic purpose of cooking food? (i) غذا کو پکانے کا بنیادی مقصد کیا ہے؟
- (ii) What care should be taken while cooking green leaves vegetables? (ii) سبز پتوں والی سبزیوں کو پکاتے ہوئے کیا احتیاط کرنی چاہیے؟
- (iii) What is meant by Baking? (iii) تنور پختی سے کیا مراد ہے؟
- (iv) Which foods are pan frying? (iv) کون کون سے کھانے بہت کم تیل میں تپتے جاتے ہیں؟
- (v) Write down the method to wash meat. (v) گوشت کو دھونے کا طریقہ لکھیے۔
- (vi) Define the Nutrition of the Community. (vi) معاشرے کی غذائیت کی تعریف کیجیے۔
- (vii) What is necessary for good food requirements in children? (vii) بچوں میں اچھی غذائی ضروریات پیدا کرنے کے لیے کیا ضروری ہے؟
- (viii) What is meant by Malnutrition? (viii) شدید کم غذائیت سے کیا مراد ہے؟

3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- (i) Write important points of the survey of Asian Development Bank. (i) ایشین ڈیولپمنٹ بینک کے سروے کے اہم نکات لکھیے۔
- (ii) Write the benefits of mother feed. (ii) ماں کے دودھ کے فوائد لکھیے۔
- (iii) What is meant by Menu planning? (iii) مینیو پلاننگ سے کیا مراد ہے؟
- (iv) Define Food Pyramid. (iv) فوڈ پیرامیڈ کی تعریف کیجیے۔
- (v) Write food requirements for teenager. (v) نوجوانوں کے لیے غذائی ضروریات لکھیے۔
- (vi) Write down the effect of food on a child health during pregnancy. (vi) حمل کے دوران بچے کی صحت پر غذا کا اثر لکھیے۔
- (vii) What are the Western styles of Meal services? (vii) مغربی طریقے سے کھانا پیش کرنے کے انداز کون کون سے ہیں؟

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- (i) How is meal served in Buffet method? (i) بوئے طریقے سے کھانا کیسے پیش کیا جاتا ہے؟
- (ii) How can the food be saved from bacteria? (ii) غذاؤں کو بیکٹیریا سے کیسے محفوظ رکھا جاسکتا ہے؟
- (iii) Write a note at Canning. (iii) ڈب بندی پر نوٹ لکھیے۔
- (iv) Which are the food spoiling agents? (iv) غذاؤں کو خراب کرنے والے کارندے کون سے ہیں؟
- (v) Write the food additives. (v) غذاؤں کے آمیزی اجزاء لکھیے۔
- (vi) Write the use of Potassium Metabisulphite in food. (vi) پوٹاشیم متا بایسلفائیٹ کا غذاؤں میں استعمال لکھیے۔
- (vii) Why is Menu Planning necessary? (vii) مینیو پلان کیوں ضروری ہے؟

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

نوٹ۔ کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

5. How will you take safety measures in kitchen? Write in detail. (5) باورچی خانے میں آپ کیسے حفاظتی اقدامات کریں گی؟ تفصیل سے لکھیے۔
6. Write a detail note on Dietary Needs of vulnerable groups of the community. (6) معاشرے کے حساس گروہوں کی غذائی ضروریات پر تفصیلی نوٹ لکھیے۔
7. Write down the significance and methods of food service. (7) کھانا پیش کرنے کی اہمیت اور طریقے لکھیے۔

FOOD AND NUTRITION

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۔ جمالی کا پی 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 مار کر یا کاٹ کر پڑھنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو پڑھنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوال پر چھ 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. 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) Meat, pulse and eggs must be: گوشت، دالیں اور انڈوں کو ضروری ہے۔ (1)
- (A) Cook پکا (B) Wash دھو (C) Eat in raw کھا کر (D) Fry گھنا
- (2) Fruit are usually used: پھل ہمیشہ استعمال کیے جاتے ہیں۔ (2)
- (A) Cooked پکا کر (B) Uncooked بھرا پکا (C) Boiled ابال کر (D) Fried تھل کر
- (3) The methods of dry heat cooking are: خشک پکانے کے طریقے ہوتے ہیں۔ (3)
- (A) Two دو (B) Three تین (C) Four چار (D) Five پانچ
- (4) It is added after beating eggs: انڈوں کو بھینسنے سے اس میں شامل ہو جاتی ہے۔ (4)
- (A) Air ہوا (B) Minerals نمکیات (C) Vitamin وٹامن (D) Water پانی
- (5) Important role in the progress of society is played by: معاشرے کی ترقی میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ (5)
- (A) Uneducated people غیر تعلیم یافتہ افراد (B) Educated people تعلیم یافتہ افراد (C) Healthy people صحت مند افراد (D) Strong people مضبوط افراد
- (6) During pregnancy, blood is needed more: حمل کے دوران خون کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ (6)
- (A) 100 % (B) 10 % (C) 30 % (D) 20 %
- (7) The age of first supplementary diet for a child is: بچے کو پہلی ضمنی غذا دی جانے کی عمر ہے۔ (7)
- (A) Two months دو ماہ (B) Three months تین ماہ (C) Four months چار ماہ (D) Five months پانچ ماہ
- (8) Deficiency of Iron causes: آئرن کی کمی سے بیماری ہوتی ہے۔ (8)
- (A) Night blindness اندھیرتا (B) Rickets ریکٹس (C) Scurvy سکروی (D) Anaemia اینیما
- (9) _____ plays important role in standard health of people. افراد کے معیار صحت میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ (9)
- (A) Economical status معاشی حیثیت (B) Social status معاشرتی حیثیت (C) Educational status تعلیمی حیثیت (D) Physical status جسمانی حیثیت
- (10) Interval between meals should be at least: کھانوں کا درمیانی وقفہ کم از کم ہونا چاہیے۔ (10)
- (A) Two hours دو گھنٹے (B) Three hours تین گھنٹے (C) Four hours چار گھنٹے (D) Five hours پانچ گھنٹے
- (11) Meal should be eaten: کھانے کو _____ کھانا چاہیے۔ (11)
- (A) Fastly جلدی (B) By taking big bites بڑے بڑے ٹوالے لے کر (C) By taking small bites چھوٹے ٹوالے لے کر (D) By swallowing نگل کر
- (12) Seasonal fruits and vegetables are: موسمی پھل اور سبزیاں _____ ہوتے ہیں۔ (12)
- (A) Costly مہنگے (B) Cheap سستے (C) Rotten پھانے (D) Stale ہاسی