

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN.

OBJECTIVE KEY FOR SSC ANNUAL EXAMINATION, 2021

Name of Subject: Food and Nutrition Session: 2021

✓
(65)

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

سرٹیفکیٹ بابت تصحیح سوالیہ پرچہ / مارکنگ Key

ہم نے مضمون غذا و غذائیت پرچہ 2 نم گروپ میٹرک سالانہ امتحان 2021ء 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: 02-08-21

S.#	Name	Designation	Institution	Mobile No	Signature
1	Mrs. Dilshad Begum	SSS (Rtd)	E.E.H.S.S. Zarif Shalheed	03008630336	
2					
3					
4					

ثانوی و اعلیٰ ثانوی تعلیمی بورڈ، ملتان

A/21

مورنہ: 21-08-02 مضمون: غذا و غذائیت پرچہ: دیم گروپ: /
جنرل ہدایات برائے مارکنگ (مارکنگ سکیم)
میٹرک سالانہ امتحان 2021ء

66

Sr #	Code	Error Indicated	Sr #	Code	Error Indicated
1.	UN	Un-Necessary	8.	SP	Spelling Error
2.	Ir	Irrelevant	9.	P	Punctuation
3.	IN	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			

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

سوال نمبر 2: - کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات مختصر اور سوالات کے مطابق ہو جائیے۔ 10 = 2 x 5
(i) انڈے پر لگانے کے اثرات = 2 نمبر
(ii) بھلوں کو استعمال کا طریقہ = 2 نمبر
(iii) کھانا لگانے کے طریقے = 2 نمبر
(iv) سبزیوں کو بھاپ دینے کا طریقہ = 2 نمبر
(v) دسم بیماری کی تعریف = 2 نمبر
(vi) گھریلو تعمیر میں باورچی خانے کی اہمیت = 2 نمبر
(vii) سروٹینی غذاؤں پر لگانے کے اثرات = 2 نمبر
(viii) بوتل کے دودھ کا بچوں کی صحت پر اثر = 2 نمبر

سوال نمبر 3: پانچ اجزاء کے مختصر اور To the point جوابات: 10 = 2 x 5

(i) محفوظ باورچی خانے کی ترتیب = 2 نمبر
(ii) ماں کے دودھ کے دو فوائد = 2 نمبر
(iii) نقص غذائیت کی تعریف = 2 نمبر
(iv) ایک فرد کے لیے معیار صحت برقرار رکھنے کی اہمیت = 2 نمبر
(v) معمر افراد کی غذائی ضروریات = 2 نمبر
(vi) اچھی صحت کے لیے جسم کو درکار غذائی اجزاء لہوٹ = 2 نمبر
(vii) مینو پلاننگ کی تعریف = 2 نمبر

سوال نمبر 4: پانچ اجزاء کے مختصر اور To the point جوابات: 10 = 2 x 5

(i) ایب در میانہ درجہ آمدنی والے خاندان کے لیے مینو پلان = 2 نمبر
(ii) شدید کم غذائیت کی تعریف = 2 نمبر
(iii) قبل از سکول بچوں کے لیے مینو پلان = 2 نمبر
(iv) طرے میں کھانا پیش کرنے کا طریقہ = 2 نمبر
(v) کھانا کھانے کے کوئی سے چار آداب = 2 نمبر
(vi) پاسچرائزیشن کی تعریف = 2 نمبر
(vii) غذاؤں کو بیکٹیریا سے بچانے کے طریقے = 2 نمبر

A/21
ثانوی واعلیٰ ثانوی تعلیمی بورڈ، ملتان

مورخہ 02-08-21 مضمون: غذا و غذاؤں پرچہ: دہم

جنرل ہدایات برائے مارکنگ (مارکنگ سکیم)

میٹرک سالانہ امتحان 2021

SECTION-II

حصہ دوم

نوٹ :- کوئی سے دو سوالات کے جوابات مفصل لیکن سوالات کے مطابق تحریر کرنے پر پُر Full Award کریں۔ بے جالہ بلاوجہ نمبر کاٹنے سے گریز کیجیے۔
(18 = 9 × 2)

- سوال نمبر 5 :- باورچی خانے میں حفاظتی اقدامات پر تفصیلی نوٹ: 9 نمبر
- سوال نمبر 6 :- خاندان اور معاشرے کے درمیان غذائی تقسیم پر تفصیلی نوٹ: 9 نمبر
- سوال نمبر 7 :- طویل عرصے کے لیے غذاؤں کو محفوظ کرنے کے طریقے: 9 نمبر

1- Mrs. Dilshad Begum SSS (Rtd)
e. e. H. S. S. Zarif Shaheed.
Shujabad.

02/08/21
03008630336

SSC PART-II (10th CLASS)

FOOD AND NUTRITION

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۔
NOTE: 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۔

- Write the effects of cooking on egg. (i) انڈے پر پکانے کے اثرات لکھیے۔
- How will you use fruits? (ii) آپ پھلوں کو کیسے استعمال کریں گی؟
- Write the names of cooking methods. (iii) کھانا پکانے کے طریقوں کے نام لکھیے۔
- Write the method of steaming vegetables. (iv) سبزیوں کو بھاپ دینے کا طریقہ لکھیے۔
- What is meant by Stewing? (v) دم پڑی سے کیا مراد ہے؟
- Write the importance of kitchen in house building. (vi) گھر کی تعمیر میں باورچی خانے کی اہمیت لکھیے۔
- Write the effects of cooking on protein containing foods. (vii) پروٹینی غذاؤں پر پکانے کے اثرات لکھیے۔
- How do bottle milk effect the health of children? (viii) بوتل کے دودھ کا بچوں کی صحت پر کیا اثر ہوتا ہے؟

3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- How will you set a safe kitchen? (i) آپ ایک محفوظ باورچی خانہ کیسے ترتیب دیں گی؟
- Write two benefits of mother feed. (ii) ماں کے دودھ کے کوئی سے دو فوائد لکھیے۔
- What is meant by Malnutrition? (iii) نقص غذائیت سے کیا مراد ہے؟
- What is necessary to maintain the health standard of a man? (iv) ایک فرد کے معیار صحت کو برقرار رکھنے کے لیے کیا ضروری ہے؟
- Write a note on dietary needs of old people. (v) معمر افراد کی غذائی ضروریات پر نوٹ لکھیے۔
- Write a note on nutrients needed for good health. (vi) اچھی صحت کے لیے جسم کو درکار غذائی اجزاء پر نوٹ لکھیے۔
- Define the menu planning. (vii) مینو پلاننگ کی تعریف کیجیے۔

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- Plan a menu for an average income family. (i) ایک درمیانہ آمدنی والے خاندان کے لیے مینو پلان کیجیے۔
- What is meant by acute malnutrition? (ii) شدید کم غذائیت سے کیا مراد ہے؟
- Plan a menu for pre-schoolers. (iii) قبل از سکول بچوں کے لیے مینو پلان کیجیے۔
- Write the method of tray-service. (iv) ٹرے میں کھانا پیش کرنے کا طریقہ لکھیے۔
- Write any four table-etiquettes. (v) کھانا کھانے کے کوئی سے چار آداب لکھیے۔
- Write a note on pasteurization. (vi) پاستورائزیشن پر نوٹ لکھیے۔
- How can foods are saved from bacteria? (vii) غذاؤں کو بیکٹیریا سے کیسے بچایا جاسکتا ہے؟

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

نوٹ: کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

- Write a note in detail about safety actions in kitchen. (5) باورچی خانے میں حفاظتی اقدامات پر تفصیلی نوٹ لکھیے۔
- Write a note in detail about the distribution of food among the family and community. (6) خاندان اور معاشرے کے درمیان غذائی تقسیم پر تفصیلی نوٹ لکھیے۔
- Write the methods of long term food preservation. (7) طویل عرصے کے لیے غذاؤں کو محفوظ کرنے کے طریقے لکھیے۔

FOOD AND NUTRITION

غذا اور غذائیت

TIME ALLOWED: 15 Minutes

وقت = 15 منٹ

OBJECTIVE حصہ معروضی

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۔ دائروں کو بھر نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوالیہ پرچہ پر 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) The protein of milk is: دودھ کی پروٹین ہوتی ہے۔ (1)
- (A) Undigestible دیہضم (B) Digestible زودہضم (C) Tasteless بے ذائقہ (D) Unpleasant ناخوشگوار
- (2) The taste of vegetables can be made better with: سبزیوں کے ذائقے کو _____ کی شمولیت سے بہتر کیا جاسکتا ہے۔ (2)
- (A) Salt نمک (B) Sugar چینی (C) Vinegar سرکہ (D) Baking powder بیکنگ پاؤڈر
- (3) _____ is used in the method of dry cooking. خشک پکانے کے طریقے میں استعمال ہوتا ہے۔ (3)
- (A) Water پانی (B) Steam بھاپ (C) Oil چکنائی (D) Salt نمک
- (4) Moist heat cooking methods are: ترپکانے کے طریقے ہیں۔ (4)
- (A) One ایک (B) Two دو (C) Three تین (D) Four چار
- (5) For growth and good health of a man _____ is necessary. انسان کی نشوونما اور اچھی صحت کے لیے _____ ضروری ہے۔ (5)
- (A) Soft diet نرم غذا (B) Digestible diet زودہضم غذا (C) Tasty diet ذائقہ دار غذا (D) Balanced diet متوازن غذا
- (6) Acute malnutrition causes: شدید کم غذائیت کے باعث ہوتا ہے۔ (6)
- (A) Rickets رکش (B) Fatness موٹاپا (C) Marasmus سوکھاپن (D) Anaemia قلت خون
- (7) _____ is necessary of vision. بینائی کے لیے ضروری ہے۔ (7)
- (A) Vitamin A وٹامن اے (B) Vitamin B وٹامن بی (C) Vitamin C وٹامن سی (D) Vitamin D وٹامن ڈی
- (8) One gram of fat has _____ calories. ایک گرام چکنائی سے حرارے حاصل ہوتے ہیں۔ (8)
- (A) Three تین (B) Four چار (C) Five پانچ (D) Nine نو
- (9) The deficiency of vitamin A causes the disease: وٹامن اے کی کمی سے بیماری ہوتی ہے۔ (9)
- (A) Night blindness اندھیرتا (B) Rickets رکش (C) Fatness موٹاپا (D) Anaemia قلت خون
- (10) Per person place required for taking meal on floor is: فرش پر بیٹھ کر کھانا کھانے کے لیے فی کس جگہ درکار ہوتی ہے۔ (10)
- (A) 20 inches 20 انچ (B) 30 inches 30 انچ (C) 40 inches 40 انچ (D) 50 inches 50 انچ
- (11) Quantity of _____ should be kept in mind in the food. خوراک میں _____ کی مقدار کو مد نظر رکھنا چاہیے۔ (11)
- (A) Vitamin وٹامن (B) Water پانی (C) Protein پروٹین (D) Calories حراروں
- (12) _____ is important in preparation of food. غذائی اشیاء کی تیاری میں اہمیت کی حامل ہے۔ (12)
- (A) Work کام (B) Cleanliness صفائی (C) Cutting کٹائی (D) Dirt گندگی