

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN

OBJECTIVE KEY FOR SSC SPECIALEXAMINATION, 2021

Name of Subject: Food and Nutrition Session: 2021

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

سرٹیفکیٹ بابت صحیح سوالیہ پرچہ / مارکنگ Key

ہم نے مضمون غذا و غذائیت پرچہ درجہ ہفتم گروپ میشنگ امتحان 2021ء کا سوالیہ پرچہ انشائیہ و معروضی (Subjective & Objective) کو بنظر غور 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: _____

S.#	Name	Designation	Institution	Mobile No	Signature
1	Dilshad Begum	SSS (P.T.)	G.G.H.S.S. Suraj Mian, Multan	0300-8630336	
2	Nasima Adrees Lodhi	Principal	G.G.H.S. Basti Khudaded, Multan	0300-4041800	
3					
4					

SSC PART-II (10th CLASS) (SPECIAL EXAMINATION)

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۔

- (i) Write the effects of boiling on milk. (i) دودھ پر پکانے کے اثرات لکھیے۔
- (ii) How should we cook green leaves vegetables? (ii) سبز پتوں والی سبزیوں کو کیسے پکایا جاتا ہے؟
- (iii) What is meant by baking? (iii) تنور پزیری سے کیا مراد ہے؟
- (iv) Which are the moist heat cooking methods? (iv) تر پکانے کے کون کون سے طریقے ہیں؟
- (v) Which foods do you fry in pan? (v) آپ کن غذاؤں کو کم چکنائی میں تلتی ہیں؟
- (vi) Write down the safety steps while using gas. (vi) گیس کے استعمال کے دوران کی احتیاطی تدابیر لکھیے۔
- (vii) Which shoes should be used in kitchen? (vii) باورچی خانے میں کیسے جوتے استعمال کرنے چاہیے؟
- (viii) 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۔

- (i) Define the nutrition of community. (i) معاشرے کی غذائیت کی تعریف کیجیے۔
- (ii) Write a note on nutrition awareness through nutrition education. (ii) غذائیت کی تعلیم کے ذریعے غذائی شعور کو اجاگر کرنے پر نوٹ لکھیے۔
- (iii) Write a note on tin pack foods available commercially. (iii) صنعتی پیمانے پر دستیاب ڈبہ بند غذاؤں پر نوٹ لکھیے۔
- (iv) Write down the benefits of mother feed. (iv) ماں کے دودھ کے فوائد لکھیے۔
- (v) Write basic purpose of nutrition education. (v) علم غذائیت کا بنیادی مقصد لکھیے۔
- (vi) How will you set weekly menu? (vi) آپ ہفتہ بھر کا مینو کیسے مرتب کریں گی؟
- (vii) Write the methods of meal service. (vii) کھانا پیش کرنے کے طریقے لکھیے۔

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- (i) Write down the western style of meal service. (i) مغربی طریقے سے کھانا پیش کرنے کا انداز لکھیے۔
- (ii) Define the menu planning. (ii) مینو پلاننگ کی تعریف کیجیے۔
- (iii) Why is it necessary to make meal tasty and attractive? (iii) خوراک کو خوش ذائقہ اور خوشنما بنانا کیوں ضروری ہے؟
- (iv) Plan one day menu for a pregnant woman. (iv) حاملہ عورت کے لیے ایک دن کا مینو پلان کیجیے۔
- (v) Write the importance of table decoration in formal meals. (v) رسمی کھانوں میں میز کی سجاوٹ کی اہمیت لکھیے۔
- (vi) How can agricultural production be increased? (vi) زرعی پیداوار کو کیسے بڑھایا جاسکتا ہے؟
- (vii) How can income effect the menu planning? (vii) مینو پلان میں آمدنی کیوں کرا اثر انداز ہوتی ہے؟

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

نوٹ۔ کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

5. Write down the cooking methods which minimise nutrient loss. (5) پکانے کے دوران غذائیت کو ضائع ہونے سے بچانے کے طریقے لکھیے۔
6. Write the comparison of mother feed and bottle milk. (6) ماں کے دودھ اور بوتل کے دودھ کا تقابلی موازنہ کیجیے۔
7. Write down the importance and principles of food preservation. (7) غذاؤں کو محفوظ کرنے کی اہمیت اور اصول لکھیے۔

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) It does not digest in body without cooking: پکائے بغیر جسم میں ہضم نہیں ہوتے۔
(A) Meat and eggs گوشت اور انڈے (B) Onion and mint پیاز اور پودینہ (C) Carrot گاجر (D) Green chilly ہری مرچ
- (2) While frying in oil, meat becomes: پختائی میں تلنے سے گوشت ہو جاتا ہے۔
(A) Stiff سخت (B) Harmful نقصان دہ (C) Tasteless بد ذائقہ (D) Tasty ذائقہ دار
- (3) While cooking fruit on high flame it wastes: پھلوں کو تیز آگ پر پکانے سے ضائع ہو جاتا ہے۔
(A) Vitamin C وٹامن سی (B) Vitamin B وٹامن بی (C) Vitamin A وٹامن اے (D) Vitamin D وٹامن ڈی
- (4) On cooking rice become: چاول پکانے پر ہو جاتے ہیں۔
(A) Digestible زود ہضم (B) Stiff سخت (C) Tasteless بد ذائقہ (D) Undigestible دیر ہضم
- (5) Methods of dry cooking are: خشک پکانے کے طریقے ہیں۔
(A) One ایک (B) Two دو (C) Three تین (D) Four چار
- (6) They play important part in progress of society: معاشرے کی ترقی میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔
(A) Healthy people صحت مند لوگ (B) Ill people بیمار لوگ (C) Intelligent people ذہین لوگ (D) Old people معمر لوگ
- (7) Deficiency of Vitamin D causes the disease of: وٹامن ڈی کی کمی سے بیماری ہوتی ہے۔
(A) Night blindness اندھیرتا (B) Scurvy سکروی (C) Anaemia قلت خون (D) Rickets رکش
- (8) Extra solid diet should be given to the children: بچوں کو اضافی ٹھوس غذا دینی چاہیے۔
(A) In the age of two months دو ماہ کی عمر میں (B) In the age of three months تین ماہ کی عمر میں (C) In the age of four months چار ماہ کی عمر میں (D) In the age of five months پانچ ماہ کی عمر میں
- (9) Seasonal foods should be used more because they are: موسمی غذاؤں کو وافر مقدار میں استعمال کرنا چاہیے کیونکہ یہ ہوتی ہیں۔
(A) Beneficial فائدہ مند (B) Cheap سستی (C) Less قلیل (D) Healthy صحت بخش
- (10) The medicine prepared with mold is: پھپھوندی سے دوائی تیار کی جاتی ہے۔
(A) Food additive آمیزی اجزاء (B) Bacteria بیکٹیریا (C) Yeast خمیر (D) Penicillin پنسیلین
- (11) On account of the deficiency of protein, the body becomes: پروٹین کی کمی سے جسم ہو جاتا ہے۔
(A) Fat موٹا (B) Powerful طاقتور (C) Dwarf بوتا (D) Weak کمزور اور لاغر
- (12) The kinds of micro-organisms are: جراثیموں کی قسمیں ہوتی ہیں۔
(A) Three تین (B) Four چار (C) Five پانچ (D) Two دو