

Dr. Babasaheb Ambedkar Open University
Term End Examination January - 2026

Course	: Diploma Course	Date	: 03/03/2026
Subject Code	: DFN-03	Time	: 03:00pm to 05:15pm
Subject Name	: તમારો આહાર અને તેની ઉપયોગિતા	Duration	: 02.15 Hours
		Max. Marks	: 70

પ્રશ્ન-1 'પોષણસ્તર' એટલે શું? પોષણની વિવિધ અવસ્થાઓ જણાવો. 14

અથવા

ભારતીયો માટેનું સૂચિત આહાર પ્રમાણ જણાવો.

પ્રશ્ન-2 રક્ષણાત્મક ખાદ્યો કયા કયા છે જણાવો. 14

અથવા

આહાર આયોજનમાં માર્ગદર્શિકાનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરશો તે જણાવો.

પ્રશ્ન-3 પ્રોટીન શક્તિ કુપોષણ (PEM) વિશે જણાવો. 14

અથવા

સગર્ભાવસ્થા દરમિયાનની સમસ્યાઓ વિશે જણાવો.

પ્રશ્ન-4 શૈશવ અવસ્થા દરમિયાનનો વૃદ્ધિ અને વિકાસ જણાવો. 14

અથવા

વિનીગનો અર્થ સમજાવી તેના વિશે વિસ્તૃત ચર્ચા કરો.

પ્રશ્ન-5 ટ્રંકનોંધ લખો. (કોઈપણ બે) 14

1. તેલ અને ચરબી અંગેના ખોટા ખ્યાલ
2. વૃદ્ધોની પોષકતત્વોની જરૂરીયાત
3. બાળરસી
4. પાચન
5. ચરબીના પ્રાપ્તિ સ્થાન તથા કાર્ય