

उदाहरण सहित स्पष्ट करें कि अनाज किस प्रकार महत्वपूर्ण कार्यात्मक खाद्य पदार्थ

5. (i) Write health benefits of bioactive peptides. (9)
 (ii) Discuss role of vitamin C as nutraceutical. (9)
- (i) बायोएक्टिव पेप्टाइड्स के स्वास्थ्य लाभ लिखें।
 (ii) न्यूट्रास्युटिकल के रूप में विटामिन सी की भूमिका पर चर्चा करें।
6. Discuss herbs and spices as functional foods by giving four examples. (18)

चार उदाहरण देकर कार्यात्मक खाद्य पदार्थों के रूप में जड़ी-बूटियों और मसालों की चर्चा करें।

7. Define the term "Dietary Supplements". Explain in detail any four natural supplements. (18)

“आहार अनुपूरक” शब्द को परिभाषित करें। किन्हीं चार प्राकृतिक पूरकों को विस्तार से समझाइये।

8. Write about health benefits of fruits in detail with examples. (18)

फलों के स्वास्थ्य लाभों के बारे में उदाहरण सहित विस्तार से लिखें।

(100)

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 7637

J

Unique Paper Code : 2202323601

Name of the Paper : Preventive and Promotive Nutrition

Name of the Course : B.A. (Prog) NEP-UGCF NHE

Semester : VI, Core

Duration : 3 Hours

Maximum Marks : 90

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt **any five** questions.
3. **All** questions carry equal marks
4. Answers may be written either in **English or in Hindi**, but the same medium should be used throughout the paper.

P.T.O.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।
3. सभी प्रश्न के अंक समान हैं।
4. इस प्रश्न पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

1. Write short notes on **any three** of the following.

(6x3=18)

- (i) Functional properties of eggs
- (ii) Polyphenols
- (iii) Bioactive carbohydrates from higher plants
- (iv) Yoghurt as functional food
- (v) Green tea benefits

निम्नलिखित में से किन्हीं तीन पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखें-

- (i) अंडे के कार्यात्मक गुण

- (ii) पॉलीफेनोल्स
- (iii) उच्च पौधों से प्राप्त बायोएक्टिव कार्बोहाइड्रेट
- (iv) कार्यात्मक भोजन के रूप में दही
- (v) ग्रीन टी के फायदे

2. (i) Write harmful effects of free radicals in the body. (9)

- (ii) Discuss food consumption patterns and trends. (9)

- (i) शरीर में मुक्त कणों के हानिकारक प्रभाव लिखिए।

- (ii) भोजन उपभोग के पैटर्न और प्रवृत्तियों पर चर्चा करें।

3. Discuss nutraceutical properties of lipids with reference to conjugated linoleic acid and omega-3 fatty acids. (18)

संयुग्मित लिनोलिक एसिड और ओमेगा-3 फैटी एसिड के संदर्भ में लिपिड के न्यूट्रास्यूटिकल गुणों पर चर्चा करें।

4. Explain how cereals are important functional foods with examples. (18)