

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی اسلام آباد

سمسٹر: بہار 2019
کل نمبر: 100
کامیابی کے نمبر: 40



سطح: میٹرک
پرچہ: عملی غذا اور غذائیت (222)
وقت: تین گھنٹے

نوٹ۔ کل پانچ سوال حل کریں۔ پہلا سوال لازمی ہے۔ (تمام سوالوں کے نمبر یکساں ہیں)

- سوال نمبر 1۔ ذیل میں دیے گئے جملوں میں سے صحیح اور غلط کا انتخاب کیجیے۔
1۔ تازہ انڈے کا چھلکا کھردرا ہوتا ہے۔
- 2۔ ہفتہ وار بجٹ کا تخمینہ لگانا مشکل ہوتا ہے۔
- 3۔ دست مال عام طور پر ہاتھ صاف کرنے اور صحت کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔
- 4۔ مشرقی طرز میں کھانا کھانے کے لیے مرد ہمیشہ دائیں گھٹنے کو زمین پر نکال کر اور بائیں گھٹنے کو سیدھا کر کے بیٹھتا ہے۔
- 5۔ برصغیر کا معاشرہ مردوں کو تو قید دیتا ہے۔
- 6۔ دنیا کا سب سے بڑا مذہب عیسائیت ہے۔
- 7۔ چاولوں کو ابال کر ان کا پانی گرانے سے حیاتین ضائع ہو جاتے ہیں۔
- 8۔ تازہ بنزیاں حیاتین و معدنی نمکیات غذائی اجزاء حاصل کرنے کا بہترین ذریعہ ہیں۔
- 9۔ گوشت سے مکمل لحمیات حاصل ہوتی ہیں۔
- 10۔ رورل ہیلتھ پبلیکس سے رورل ہیلتھ سینٹر بڑا ہوتا ہے۔

صحیح/غلط
صحیح/غلط
صحیح/غلط
صحیح/غلط
صحیح/غلط
صحیح/غلط
صحیح/غلط
صحیح/غلط
صحیح/غلط
صحیح/غلط

(20)

(20)

(20)

(20)

(20)

(20)

(20)

(20)

- سوال نمبر 2۔ رسمی طریقے میں کھانے کی میز کس طرح لگائی جاتی ہے؟
- سوال نمبر 3۔ کھانے کے برتنوں کا چناؤ کرتے وقت کن باتوں کا خیال رکھنا چاہیے نیز کھانا کھانے کے لیے چند ضروری ہدایات بھی تحریر کیجیے۔
- سوال نمبر 4۔ غذا کے انتخاب پر اثر انداز ہونے والے عوامل مفصل لکھیں۔
- سوال نمبر 5۔ غذا کی اہمیت لکھیں نیز غذاؤں کے بارے جو توہمات اور غلط معلومات پائی جاتی ہیں وہ کیا ہیں اور ان کی حقیقت کیا ہے مفصل لکھیں۔
- سوال نمبر 6۔ خوراک سے کیا مراد ہے نیز بنزیاں پکاتے وقت غذائیت کو کس طرح برقرار رکھا جاسکتا ہے؟
- سوال نمبر 7۔ گوشت، مچھلی اور انڈے میں پکانے کے دوران غذائیت کو کس طرح برقرار رکھا جاسکتا ہے؟
- سوال نمبر 8۔ مندرجہ ذیل پر نوٹ لکھیں۔

- الف۔ صحت اور غذا کی تعلیم میں رورل ہیلتھ پبلیکس کا کردار
- ب۔ باورچی خانے کے فرش کی صفائی