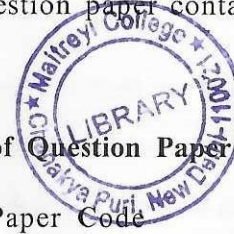


2707

4

“दिनचर्या” और “ऋतुचर्या” के सिद्धांतों को अपनाने से मानव स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद मिलती है। इस कथन की व्याख्या कीजिए।

[This question paper contains 4 printed pages.]



17.01.2024(M)
Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 2707

G

Unique Paper Code : 6967000001

Name of the Paper : Ayurveda and Nutrition

Name of the Course : Value Addition Course

पाठ्यक्रम का नाम : मूल्य संवर्धन पाठ्यक्रम

Semester : I/III

Duration : 1 Hour

Maximum Marks : 30

समय : 1 घण्टा

पूर्णांक : 30

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.
3. **First** question is compulsory and attempt any **two** questions from remaining.
4. Each question carries **10** marks.

छात्रों के लिए निर्देश

2707

2

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।
3. पहला प्रश्न अनिवार्य है और शेष में से किन्हीं दो के उत्तर दीजिए।
4. प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है।
1. Write short notes on **any two** of the following :

(5×2=10)

- (i) "*Kapha Prakriti*"
- (ii) My Plate
- (iii) Description of "*Pathya*" and "*Apathya*. food"

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :

- (i) कफ प्रकृति
- (ii) मेरी प्लेट
- (iii) "पथ्य" और "अपथ्य" खाद्य पदार्थों का वर्णन

2707

3

2. Describe the regulations of FSSAI for labelling "*Ayurvedic Ahar*" products.

What are the important eras with respect to evolution of Indian food as per history? Explain the four eras. (10)

"आयुर्वेदिक आहार" उत्पादों पर लेबल लगाने के लिए FSSAI के मुख्य नियमों का वर्णन करें।

इतिहास के अनुसार भारतीय भोजन के विकास के संबंध में महत्वपूर्ण युग कौन से हैं? चार युगों की व्याख्या कीजिए।

3. Enlist the principles of "*Aharmatra*" important for health. Explain in detail the significance of "*Guru*" and "*Laghu*" Ahar. (10)

स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण आहारमात्रा के सिद्धांतों को सूचीबद्ध करें। "गुरु" और "लघु" आहार के महत्व को विस्तार से समझाइए।

4. Adopting the principles of "*Dincharya*" and "*Ritucharya*" help in maintaining human health. Explain this statement. (10)

P.T.O.