tnkalvi.online

No. of Printed Pages : **8**

8465

பதிவு எண்
Register Number

PART - III

சத்துணவியல்/NUTRITION & DIETETICS

(தமிழ் மற்றும் ஆங்கில வழி / Tamil & English Version)

கால அளவு : 3.00 மணி நேரம்] [மொத்த மதிப்பெண்கள் : 70
Time Allowed : 3.00 Hours] [Maximum Marks : 70

அறிவுரைகள் : (1) அனைத்து வினாக்களும் சரியாக பதிவாகி உள்ளதா என்பதனை சரிபார்த்துக் கொள்ளவும். அச்சுப்பதிப்பில் குறையிருப்பின் அறைக் கண்காணிப்பாளரிடம் உடனடியாகத் தெரிவிக்கவும்.

(2) **நீலம்** அல்லது **கருப்பு** மையினை மட்டுமே எழுதுவதற்கும் அடிக்கோடிடுவதற்கும் பயன்படுத்த வேண்டும். படங்கள் வரைவதற்கு பென்சில் பயன்படுத்தவும்.

Instructions : (1) Check the question paper for fairness of printing. If there is any lack of fairness, inform the Hall Supervisor immediately.

(2) Use **Blue** or **Black** ink to write and underline and pencil to draw diagrams.

பகுதி - I / PART - I

குறிப்பு : (i) **அனைத்து** வினாக்களுக்கும் விடையளிக்கவும். **15x1=15**

(ii) கொடுக்கப்பட்டுள்ள **நான்கு** மாற்று விடைகளில் மிகவும் ஏற்புடைய விடையைத் தேர்ந்தெடுத்துக் குறியீட்டுடன் விடையினையும் சேர்த்து எழுதவும்.

Note : (i) Answer **all** the questions.

(ii) Choose the most appropriate answer from the given **four** alternatives and write the option code and the corresponding answer.

[திருப்புக / Turn over

TN Kalvi Online · tnkalvi.online/question-papers/class-11-nutrition-and-dietetics-public-march-2025 · Source: DGE TN
Share your study materials with us: tnkalvi.online/share

tnkalvi.online

1. கீழ்கண்டவற்றுள் எது அழுத்த கொதிகலன் சமையல் முறைக்கு ஏற்றது ?

(அ) 100°C (ஆ) 100°C -க்கு மேல்
(இ) 200°C (ஈ) 100°C -க்கு கீழ்

Pressure cooking is done at :

(a) 100°C (b) above 100°C
(c) 200°C (d) below 100°C

2. பயறுகளை முளைகட்டுவதால் _____ உயிர்ச்சத்து மிக அதிகமாக உருவாகிறது.

(அ) C (ஆ) A (இ) E (ஈ) D

Germination increases the Vitamin _____ content of pulses.

(a) C (b) A (c) E (d) D

3. தக்காளியில் உள்ள நிறமி _____.

(அ) ஆன்தோசையானின் (ஆ) லைகோபீன்
(இ) தயமினேஸ் (ஈ) ஆன்தோசான்தின்

The pigment present in tomatoes is _____.

(a) anthocyanin (b) lycopene
(c) thiaminase (d) anthoxanthin

4. இதய நோய் வராமல் தடுக்க உதவுவது :

(அ) டிரான்ஸ் கொழுப்பு அமிலங்கள் (ஆ) ஓமேகா-3 கொழுப்பு அமிலங்கள்
(இ) செறிவற்ற கொழுப்பு அமிலங்கள் (ஈ) செறிவுற்ற கொழுப்பு அமிலங்கள்

_____ protect against cardiovascular disease.

(a) Trans fatty acids (b) ω - 3 fatty acids
(c) Unsaturated fatty acids (d) Saturated fatty acids

5. எண்ணெய் வித்துக்களின் 'அரசன்' _____.

(அ) வேர்க்கடலை (ஆ) முந்திரிப் பருப்பு
(இ) எள் விதைகள் (ஈ) சூரியகாந்தி விதைகள்

_____ is the 'king' of oil seeds.

(a) Groundnut (b) Cashewnut
(c) Sesame seeds (d) Sunflower seeds

TN Kalvi Online · tnkalvi.online/question-papers/class-11-nutrition-and-dietetics-public-march-2025 · Source: DGE TN
Share your study materials with us: tnkalvi.online/share

tnkalvi.online

6. நறுமணச்சுவை, தன்மை மற்றும் நிறம் ஆகியவற்றை மேம்படுத்த சேர்க்கப்படும் பொருள் _____ ஆகும்.

(அ) உணவுச் சேர்க்கை (ஆ) உணவுக் கலப்படம்

(இ) உணவு சுவை (ஈ) உணவு நிறம்

_____ are the substances which are added to food to improve the flavour, texture and colour.

(a) Food additive (b) Food adulteration

(c) Food taste (d) Food colour

7. மரபு மாற்றத்தினால் சத்துகளின் தேவைகளில் ஏற்படும் மாற்றத்தை பற்றிய படிப்பு _____ ஆகும்.

(அ) மருந்தாக்கல் மரபியல் (ஆ) இயற்கை மரபியல்

(இ) ஊட்டச்சத்து மரபியல் (ஈ) மரபுசார்ந்த உணவியல்

_____ is the study to know how genetic code affects our nutrient needs.

(a) Pharmagenetics (b) Organic genetics

(c) Nutrigenomics (d) Nutrigenetics

8. _____ ல் அயோடின் செறிவூட்டப்படுகிறது.

(அ) உப்பு (ஆ) சர்க்கரை (இ) தேன் (ஈ) அரிசி

Iodine is fortified in _____.

(a) salt (b) sugar (c) honey (d) rice

9. _____ என்பதிலிருந்து மட்டும்தான் CNS -க்கு சக்தி கிடைக்கும்.

(அ) குளுக்கோஸ் (ஆ) லாக்டோஸ் (இ) பிரக்டோஸ் (ஈ) சுக்ரோஸ்

_____ is the only source of energy for the CNS.

(a) Glucose (b) Lactose (c) Fructose (d) Sucrose

10. இன்றியமையாத கொழுப்பு அமிலக் குறைபாடு _____ உருவாகக் காரணமாகிறது.

(அ) புரத சக்தி குறைபாடு (ஆ) அனிமியா

(இ) காய்ச்சல் (ஈ) பிரைனோடெர்மா

Deficiency of EFA causes _____.

(a) PEM (b) Anaemia

(c) Fever (d) Phrynoderma

[திருப்புக / Turn over

TN Kalvi Online · tnkalvi.online/question-papers/class-11-nutrition-and-dietetics-public-march-2025 · Source: DGE TN
Share your study materials with us: tnkalvi.online/share

tnkalvi.online

11. _____ என்பது செறிவூட்டப்பட்ட ஆற்றலின் ஆதாரம் ஆகும்.

(அ) கொழுப்பு (ஆ) புரதம்

(இ) லிப்பிடுகள் (ஈ) கார்போஹைடிரேட்டு

_____ is a concentrated source of energy.

(a) Fat (b) Protein

(c) Lipids (d) Carbohydrate

12. இரத்த தந்துகிகளில் உள்ள கொழுப்பை கரைத்து, இரத்தம் எளிதில் பரவ உயிர்ச்சத்து _____ உதவிபுரிகிறது.

(அ) B (ஆ) E (இ) K (ஈ) A

Vitamin _____ dilates the capillaries and enables the blood to flow freely.

(a) B (b) E (c) K (d) A

13. _____ குறைபாடு மெகாலோபிளாஸ்டிக் இரத்தசோகையை ஏற்படுத்தும்.

(அ) பைரிடாக்ஸின் (ஆ) உயிர்ச்சத்து B_{12}

(இ) போலிக் அமிலம் (ஈ) ரிபோபிளேவின்

Deficiency of _____ causes megaloblastic anaemia.

(a) Pyridoxin (b) Vitamin B_{12}

(c) Folic acid (d) Riboflavin

14. நாளொன்றிற்கு நாம் அருந்த வேண்டிய நீரின் அளவு _____ ஆகும்.

(அ) 10-12 குவளைகள் (ஆ) 8-10 குவளைகள்

(இ) 10-11 குவளைகள் (ஈ) 18-20 குவளைகள்

The normal intake of water amounts to _____ per day.

(a) 10-12 glasses (b) 8-10 glasses

(c) 10-11 glasses (d) 18-20 glasses

15. ஆறு மாதத்திற்கு ஒரு முறை _____ IU உயிர்ச்சத்து A, 18 முதல் 59 மாதக் குழந்தைகளுக்கு கொடுக்கப்படுகிறது.

(அ) 3,00,000 (ஆ) 1,00,000 (இ) 4,00,000 (ஈ) 2,00,000

Children 18 months to 59 months are given _____ IU of Vitamin A every 6 months.

(a) 3,00,000 (b) 1,00,000 (c) 4,00,000 (d) 2,00,000

tnkalvi.online

பகுதி - II / PART - II

குறிப்பு : எவையேனும் ஆறு வினாக்களுக்கு விடையளிக்கவும். வினா எண் **24** -க்கு **கட்டாயமாக** விடையளிக்கவும். **6x2=12**

Note : Answer **any six** questions. Q. No. **24** is **Compulsory**.

16. தனிப்படுத்தப்பட்ட சோயா புரதம் குறித்து எழுதுக.
Write on Soya protein isolate.

17. ஆன்தோசயானின்கள் என்றால் என்ன ?
What are anthocyanins ?

18. சிக்குப்பிடித்தலை – வரையறுக்கவும்.
Define Rancidity.

19. இயற்கை உணவு தயாரிப்பதற்கு கடைபிடிக்கப்படும் வழிமுறைகள் யாவை ?
What are the factors to be followed in producing organic foods ?

20. பெக்டின்கள் என்பவை யாவை ?
What are pectins ?

21. ஒமேகா - 3 கொழுப்பு அமிலங்களைத் தரும் இரண்டு உணவுப் பொருட்களைக் கூறுக.
State any two food sources of Omega 3 fatty acids.

22. உயிர்ச்சத்து E நிறைந்த ஆதார உணவுகளை எழுதுக.
Write the sources of Vitamin E.

23. ICMR ஆராய்ச்சி செய்யும் பகுதிகள் யாவை ?
What are the research areas of ICMR ?

24. எஸ்கிமோக்கள் இருதய நோய்களின்றி ஆரோக்கியமாக வாழ்கின்றனர். எப்படி ?
Eskimos enjoy complete freedom from cardiovascular diseases. How ?

[திருப்புக / Turn over

TN Kalvi Online · tnkalvi.online/question-papers/class-11-nutrition-and-dietetics-public-march-2025 · Source: DGE TN
Share your study materials with us: tnkalvi.online/share

tnkalvi.online

பகுதி - III / PART - III

குறிப்பு : எவையேனும் ஆறு வினாக்களுக்கு விடையளிக்கவும். வினா எண் **33** -க்கு **கட்டாயமாக** விடையளிக்கவும். **6x3=18**

Note : Answer **any six** questions. Q. No. **33** is **Compulsory.**

25. சமைப்பதற்கான நோக்கங்கள் யாவை ?
What are the objectives of cooking ?

26. பழங்கள் எவ்வாறு வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன ?
How are fruits classified ?

27. புதிய மற்றும் கெட்டுப்போன முட்டையின் குணங்களை ஒப்பிடுக.
Compare the characteristics of fresh and deteriorated eggs.

28. கீழ்காணும் உணவுப் பொருட்களில் உள்ள கலப்பட பொருளை எழுதுக.

(அ) காபி (ஆ) ரவை (இ) தேன்

(ஈ) கருப்பு மிளகு (உ) தேயிலைத்தூள் (ஊ) குங்குமப்பூ

Name the adulterants present in the given food items.

(a) Coffee (b) Rava (c) Honey

(d) Black pepper (e) Tea dust (f) Saffron

29. உடல்நலக்குறைவு மனநலக்குறைவிற்கு வழிவகுக்கும். உதாரணத்துடன் விளக்குக.
Physical ill health leads to mental ill health. Explain with an example.

30. புரத பயன்பாட்டை சிக்கனமாக்கும் செயல் என்றால் என்ன ?
What is meant by protein sparing action ?

31. புரத சக்தி குறைபாடு என்பதை வரையறுக்கவும். அதன் வகைபாடுகளைத் தருக.
Define PEM. Give the classification of PEM.

32. தேனின் பயன்கள் யாவை ?
What are the benefits of honey ?

33. ஊட்டச்சத்து துறை சார்ந்த மூன்று தேசிய நிறுவனங்கள் மற்றும் மூன்று சர்வதேச நிறுவனங்களை எழுதுக.
Write any 3 national agencies and 3 international agencies which work in the field of nutrition.

TN Kalvi Online · tnkalvi.online/question-papers/class-11-nutrition-and-dietetics-public-march-2025 · Source: DGE TN
Share your study materials with us: tnkalvi.online/share

tnkalvi.online

பகுதி - IV / PART - IV

குறிப்பு : **அனைத்து** வினாக்களுக்கும் விடையளிக்கவும். **5x5=25**

Note : Answer **all** the questions.

34. (அ) ரொட்டி, இட்லி, சப்பாத்தி இவ்வுணவுகளை சமைப்பதற்கான முறைகளை விளக்குக.

அல்லது

(ஆ) ஊட்டச்சத்து குறித்த உலக சுகாதார மையத்தின் வழிகாட்டுதலை எழுதுக.

(a) Explain the cooking methods employed in the preparation of :

(i) Bread (ii) Idli (iii) Chapathis

OR

(b) Write on the WHO guidelines on nutrition

35. (அ) சமைத்தலில் பயறுகள் பெறும் பங்கினை ஆராய்க.

அல்லது

(ஆ) நமது உடலில் நீரின் பயன்களை தொகுத்து எழுதுக.

(a) Discuss the role of Pulses in cookery.

OR

(b) Enumerate the functions of water in our body.

36. (அ) பாலின் பல்வேறு வகைகளை விவரி.

அல்லது

(ஆ) கீழ்கண்டவற்றை எடுத்துக்காட்டுடன் விவரி.

(i) முழுமையான புரதம்

(ii) முழுமையற்ற புரதம்

(iii) நிறை புரதங்கள்

(a) Describe the different kinds of milk.

OR

(b) Explain the following terms with examples.

(i) Complete protein

(ii) Incomplete protein

(iii) Complementary proteins

TN Kalvi Online · tnkalvi.online/question-papers/class-11-nutrition-and-dietetics-public-march-2025 · Source: DGE TN
Share your study materials with us: tnkalvi.online/share

tnkalvi.online

37. (அ) உணவுச் சேர்க்கைகளை வகைப்படுத்துக. அவற்றுள் மூன்றை விவரி.

அல்லது

(ஆ) வீட்டுத் தோட்டம் வளர்ப்பதற்கான குறிப்புகளை எழுதுக.

(a) Classify the types of food additives. Explain any three in detail.

OR

(b) What are the tips to be followed to grow a kitchen garden at home ?

38. (அ) போஷாக்கான குழந்தைகளுக்கான அறிகுறிகள் யாவை ?

அல்லது

(ஆ) அடிப்படை வளர்சிதை மாற்ற விகிதத்தை பாதிக்கும் காரணிகள் பற்றி விளக்குக.

(a) What are the signs of a well-nourished child ?

OR

(b) What are the factors affecting BMR ?

- o O o -

tnkalvi.online

TN Kalvi Online · tnkalvi.online/question-papers/class-11-nutrition-and-dietetics-public-march-2025 · Source: DGE TN
Share your study materials with us: tnkalvi.online/share