

اس حصے کو صرف دیئے گئے MCQs Answer Sheet پر حل کریں۔

اس حصے کو صرف دیئے گئے MCQs Answer Sheet پر حل کریں۔

ہدایات:-

کات کرنا، دوبارہ لکھنے یا ایک سے لاکھ دواڑوں کو پر کرنے پر کوئی سہ نہیں ملے گا

نمبرات: 15



”حصہ الف“

وقت: 20 منٹ

سوال نمبر 1:- C, B, A اور D میں صحیح جواب کا انتخاب کریں۔

1- متوازن غذا استعمال کس کے مطابق ہونا چاہئے؟

- 2- عام چکنی کو کیا کہا جاتا ہے؟
- 3- چھوٹے بچوں میں (Rickets) کی بیماری کی کمی سے ہوتی ہے۔
- 4- جسم کی ساخت اور ٹیپے کس غذائی اجزاء سے بنتے ہیں؟
- 5- حاملہ عورتوں کو کون سا غذائی اجزاء چاہئے؟
- 6- غذائی اجزاء میں غذاء کے کتنے گروپ ہیں؟
- 7- زیادہ کھانے سے بلڈ پریشر بڑھتا ہے۔
- 8- کس غذا میں حرارے کم پائے جاتے ہیں؟
- 9- کھڑے پانی میں کس کی افزائش جلدی ہوتی ہے۔
- 10- انسانی جسم میں لوئیوں (Chromosomes) کی تعداد کتنی ہے۔
- 11- کس طرح طعام میں کھانا ملازم کے ذریعے پیش کیا جاتا ہے۔
- 12- غذا کو اچھے ہونے لپانی میں پکانے کے عمل کو کیا کہتے ہیں۔
- 13- تیرہ سال سے عموماً کون سا دور شروع ہوتا ہے۔
- 14- باورچی خانے میں کباب کرتے وقت ہمیشہ کپڑے پہننے چاہئے۔
- 15- ٹھہرت، بنا سے وقت کس کی پسند کا خیال رکھنا چاہئے؟

- 1- متوازن غذا استعمال کس کے مطابق ہونا چاہئے؟
A) سوچ B) سیکینوز C) سراج D) خانہ ان
- 2- عام چکنی کو کیا کہا جاتا ہے؟
A) سکروز B) سیکینوز C) ہائوز D) گلوکوز
- 3- چھوٹے بچوں میں (Rickets) کی بیماری کی کمی سے ہوتی ہے۔
A) حیاتین اے B) حیاتین سی C) حیاتین بی D) حیاتین ڈی
- 4- جسم کی ساخت اور ٹیپے کس غذائی اجزاء سے بنتے ہیں؟
A) چکنائی B) حیاتین C) لمبیات D) پانی
- 5- حاملہ عورتوں کو کون سا غذائی اجزاء چاہئے؟
A) 2500 B) 1600 C) 2700 D) 2800
- 6- غذائی اجزاء میں غذاء کے کتنے گروپ ہیں؟
A) دو B) چار C) پانچ D) چھ
- 7- زیادہ کھانے سے بلڈ پریشر بڑھتا ہے۔
A) نمک B) سرخ C) مصالحہ D) چربی
- 8- کس غذا میں حرارے کم پائے جاتے ہیں؟
A) گوشت B) جیک فوڈ C) ہیری D) پادل
- 9- کھڑے پانی میں کس کی افزائش جلدی ہوتی ہے۔
A) لال بیگ B) مہر C) بیونٹ D) کسمی
- 10- انسانی جسم میں لوئیوں (Chromosomes) کی تعداد کتنی ہے۔
A) 26 B) 36 C) 46 D) 56
- 11- کس طرح طعام میں کھانا ملازم کے ذریعے پیش کیا جاتا ہے۔
A) روسی B) انگریزی C) خانہ لانی D) اسلامی
- 12- غذا کو اچھے ہونے لپانی میں پکانے کے عمل کو کیا کہتے ہیں۔
A) دم پڑی B) برانگ C) یونگ D) بیگ
- 13- تیرہ سال سے عموماً کون سا دور شروع ہوتا ہے۔
A) بچپن B) لاکھن C) بلوفت D) جوانی
- 14- باورچی خانے میں کباب کرتے وقت ہمیشہ کپڑے پہننے چاہئے۔
A) کپڑے B) سوتی C) اونی D) سٹے
- 15- ٹھہرت، بنا سے وقت کس کی پسند کا خیال رکھنا چاہئے؟
A) اپنی B) توہم C) معاشرے کا D) افراد کا

Note: There are three sections in this paper i.e A, B & C.

VERSION: B

Instructions:

- Please attempt Section-A on the MCQs Answer Sheet only.
- Only black ball point or marker may be used for shading the relevant circle.
- Please make sure that there is no cutting, over writing, erasing, or multiple circles shading.

Time Allowed: 20 Minutes

”Section - A”

Marks: 15

Q.1. Choose the correct option i.e A, B, C or D.



1. The use of balanced diet should be according to.
A) Thinking B) Age C) Attitude D) Family
2. What is common sugar called as?
A) Sucrose B) Lactose C) Maltose D) Glucose
3. The young kids gets a RICKETS disease due to the deficiency of _____.
A) Vitamin A B) Vitamin C C) Vitamin B D) Vitamin D
4. The body structure and cells are made of _____.
A) Fates B) Vitamins C) Protein D) Water
5. How many calories are required to pregnant mother?
A) 2500 B) 2600 C) 2700 D) 2800
6. How many food groups are there in a food pyramid?
A) 2 B) 4 C) 6 D) 5
7. High consumption of _____ causes high blood pressure.
A) Salt B) Chili C) Spices D) Vegetables
8. Which food has less calories?
A) Meat B) Junk food C) Vegetable D) Rice
9. Which specie flourishes in stagnant water?
A) Cockroaches B) Mosquito C) Ants D) Flies
10. How many chromosomes does human body contain?
A) 26 B) 36 C) 46 D) 56
11. In which serving style servants serves the good?
A) Russian B) English C) Family D) Islamic
12. The method in which food is cooked in a boiling water is called as _____.
A) Steaming B) Breezing C) Poaching D) Baking
13. _____ fabric should be wore during cooking in kitchen.
A) Silk B) Cotton C) Woolen D) Cheap
14. Which phase is started from 13 years?
A) Childhood B) Boyhood C) Adult D) Young
15. Whose interest should be kept in mind while designing a menu?
A) Your own self B) Nation C) Society D) Family member