

प्रश्न पुस्तिका – 2017
विषय कोड : C – 009 – आहारतंत्र

11

Question Booklet Version

11

(हा क्रमांक उत्तरपत्रिकेवर लिहावा)

पट क्रमांक (Roll No.)

Answer Sheet No.

Question Booklet Sr. No.

100013

(हा क्रमांक उत्तरपत्रिकेवर लिहावा)

अवधी : २ तास

एकूण गुण : २००

उमेदवाराची सही

समवेक्षकाची सही

उमेदवारांना सूचना

- या प्रश्नपुस्तिकेत **100** वस्तुनिष्ठ प्रकारचे प्रश्न आहेत.
- परीक्षा सुरु होण्यापूर्वी ओ.एम.आर. प्रणालीची उत्तरपत्रिका व प्रश्नपुस्तिका वेगवेगळ्या दिल्या जातात.
- प्रश्न सोडवितांना त्यांची सुरुवात व क्रम उमेदवाराने आपल्या सोयीने ठरवावा.
- उमेदवाराने या प्रश्नपुस्तिकेवरील तसेच उत्तरपत्रिकेवर दिलेल्या सूचना काळजीपूर्वक वाचाव्यात व त्यानुसार प्रश्नपुस्तिकेवर तसेच विशेष ओ.एम.आर. प्रणालीच्या उत्तरपत्रिकेवर आवश्यक माहिती उदा., प्रश्नपुस्तिका व्हर्शन क्रमांक, अनुक्रमांक व्यवस्थित लिहावा व त्यानंतरच सही करावी. समवेक्षकाने उपरोक्त माहिती उमेदवाराने व्यवस्थित लिहिली आहे हे तपासून त्यानंतर सही करावी. उमेदवाराने उत्तरपत्रिकेवर आणि प्रश्नपुस्तिकेवर सही करावी.
- प्रश्न सोडविण्यापूर्वी काळजीपूर्वक वाचावेत.
- प्रत्येक प्रश्नानंतर 4 बहुपर्यायी उत्तरे दिलेली आहेत त्यापैकी एक सर्वात योग्य उत्तर निश्चित करावे.
- योग्य उत्तर लिहिण्यासाठी उत्तरपत्रिकेवर संबंधित प्रश्नक्रमांकासमोर असलेल्या वर्तुळापैकी योग्य पर्याय असलेले वर्तुळ ● असे संपूर्णपणे काळ्या बॉलपेनने भरावे.
- एकदा भरलेल्या वर्तुळात खाडाखोड करण्यास किंवा पांढरी शाई वापरण्यास मनाई आहे. एकदा दिलेले उत्तर बदलणे तसेच पुनर्लिखाण करणे टाळावे.
- प्रत्येक अचूक उत्तरासाठी 2 गुण दिले जातील. नकारात्मक गुण देण्यात येत नाही. एकापेक्षा अधिक वर्तुळात खुणा केल्यास अथवा खाडाखोड केलेली असल्यास त्या उत्तराला गुण दिले जात नाहीत.
- कच्चे काम करण्यासाठी प्रश्नपुस्तिकेत त्यासाठी दिलेली जागा वापरावी. उत्तरपत्रिकेवर कच्चे काम करू नये.
- प्रश्नपुस्तिकेवर तसेच उत्तरपत्रिकेवर सही केलेली असल्याची खात्री करून परीक्षेची वेळ संपल्यावर लागेचच दोन्ही समवेक्षकांकडे सुपूर्त करावीत. समवेक्षकाने त्याची खात्री करून सही करावी.
- उमेदवारांना परीक्षेची वेळ संपेस्तोवर परीक्षा केंद्राबाहेर जाण्यास परवानगी नाही.

P.T.O.

1. खालीलपैकी चुकीची जाडी कोणती ?

A) चोप देणे-कणीक तिबंणे B) काताळवा करणे-दुर्लक्ष करणे
C) गट्टी करणे अबोला धरणे D) आग लावणे भांडण-लावणे

2. खालीलपैकी एकवचनी नाम कोणते ?

A) दिशा B) आज्ञा C) सभा D) जाऊ

3. सुरभीला थंडी वाजते या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.

A) अकर्मक कर्तरी B) भाव C) सकर्मक कर्तरी D) कर्मणी

4. सारे पोपट उडाले-या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.

A) सकर्मक कर्तरी B) अकर्मक कर्तरी C) कर्मणी D) भावे

5. अधोरेखील शब्दाची जात ओळखा - मनोज, तू खाशी जिरवलीस तुझ्या मित्राची.

A) शब्दयोगी अव्यय B) क्रियाविशेषन अव्यय
C) उभयान्वयी अव्यय D) केवलप्रयोगी अव्यय

6. डोळ्याचे पारणे फिटणे-या वाक्प्रचाराचा योग्य अर्थ निवडा.

A) समाधान होणे B) पाहून-समाधान होणे
C) उपवास सोडणे D) खूष होणे

7. चर्पटपंजरी-या अलंकारीक शब्दाचा खालीलपैकी अर्थ कोणता ?

A) अर्थवीण पाठांतर करणे B) लांबत जाणारे काम
C) वायफळ बडबड करणे D) खरडपट्टी काढणे

8. खालील वाक्यातील अपूर्ण भविष्यकाळी वाक्य ओळखा.

A) आईने देवपूजा केली असेल. B) आई देवपूजा करीत होती.
C) आई देवपूजा करीत असेल. D) आई देवपूजा करीत आहे.

9. खाणार हा शब्द खालीलपैकी कोणत्या प्रकारचा आहे तो निवडा ?

A) क्रियापद B) क्रियाविशेषण C) धातुसाधित D) धातु

C - 009-11

10. खालील वाक्यातून कर्तरी प्रयोगाचे वाक्य ओळखा.
- A) तिने मैत्रीनिला बोलावले
B) प्राण गाय बांधते
C) पाहुण्यांनी ध्वज उभारला
D) माधवीने बांगड्या घतल्या
11. खालीलपैकी उभयवचनी शब्द ओळखा.
- A) कोळी
B) माळी
C) झोळी
D) टोळी
12. खालीलपैकी निश्चितपणे असेकाऱ्याचा शब्द ओळखा.
- A) शाळा
B) मळा
C) कळा
D) गोळा
13. अकलेचा कांदा डा अलंकारीक शब्द कोणासाठी वापरतात ?
- A) अतिशय विद्वान माणूस
B) अतिशय मूर्ख माणूस
C) अतिशय श्रीमंत माणूस
14. पोलीसाने चोर पकडला या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.
- A) कर्तरी
B) कर्मणी
C) भावे
D) अकर्मक कर्तरी
15. सर्वांनी देशावर प्रेम करावे या वाक्यातील क्रियापदाचा अर्थ कोणता ?
- A) संकेतार्थ
B) आज्ञार्थ
C) स्वार्थ
D) विध्यार्थ
16. Select grammatically correct sentence.
- A) Karachi is Sindh's seaport
B) Karachi is the seaport of Sindh
C) The seaport of Sindh is Karachi
D) The Karachi is Sindh's seaport
17. Which is correct use of verb ?
- A) My brother lived in Mumbai since 1930
B) My brother has lived in Mumbai since 1930
C) My brother is lived in Mumbai since 1930
D) My brother have lived in Mumbai since 1930



18. Which is correct use of adverb ?

A) Honey is very sweet

C) Honey is so sweet

B) Honey is too sweet

D) Honey is much sweet

19. Which is correct use of preposition ?

A) She is married with rich man.

C) She is married to a rich man.

B) She married with rich man.

D) She had married with rich man.

20. **She is working in an exclusive male dominate domain.** How this sentence can be written by removing gerund ? Select correct from following.

A) She work in an exclusive male dominated domain.

B) She works in an exclusive male dominated domain.

C) She worked in an exclusive male dominated domain.

D) None of these are correct.

21. Rewrite the sentence by using proper conjunction :

Mohan was young, he went to Africa.

A) But Mohan was young, he went to Africa.

B) When Mohan was young, he went to Africa.

C) That Mohan was young, he went to Africa.

D) Hardly Mohan was young, he when went to Africa.

22. Choose correct **Tense Form** that is used in the following sentence.

We had been playing in the park.

A) Past perfect continuous tense

B) Past continuous tense

C) Present perfect continuous tense

D) Past perfect tense

23. Name the correct clause bracket in the given sentence. **He is (much) obliged to you.**

A) Noun clause

B) Co-ordinate clause

C) Positive adverb clause

D) Adverb clause of reason.



24. Name conjunction from the sentence : Ganesh does not care whether his wife goes out of home.

- A) Whether B) His C) Out of D) Care

25. Nothing else travels so fast as light (Make comparative and choose correct answer.)

- A) Light is traveler than any other thing
B) Light travels faster than anything else
C) Light is faster traveler than nothing
D) Light is travelers faster as anything

26. Pick up correct sentence.

- A) When the meeting been start ?
B) When the meeting would start ?
C) When the meeting will be starting ?
D) When the meeting will start ?

27. Choose the word from given words to fill in the blank to make the sentence meaningful.

No sooner he arrived then everyone _____ up in his honour.

- A) stood B) stands C) stand D) got

28. Complete the sentence by using a word from the following words : The cashier _____ the money and signed a receipt for it.

- A) collects B) accepts C) counted D) receives

29. Choose the correct passive voice from the following sentences.

- A) He was given a gift by Rita. B) He gives a gift by Rita.
C) He gave a gift by Rita. D) He was giving gift to Rita.

30. Choose the group of words which is most nearly the same in meaning as of the word :

Revolutionize

- A) Affect adversely B) Develop gradually
C) Change drastically D) Illuminate completely

31. खालीलपैकी कोणत्या रोगास 'हान्सनचा रोग' उसे संबोधतात ?
 A) रक्ताचा कर्करोग B) संधिवात C) कर्हिता D) महारोग
32. खालीलपैकी कोणत्या अवस्थेत आपल्या शरीराकडून जगिनाऱ्यार किमान दाब पडतो ?
 A) उभे असतांना B) बसलेल्या अवस्थेत C) झोपलेल्या अवस्थेत D) वेगाने पळतांना
33. पाठीच्या कण्यात एकूण ३३ मणके असताव यावकी _____ मणके मानेत असतात.
 A) सात B) तीन C) तेरा D) अकरा
34. खालीलपैकी कोणत्या ग्रंथीस अडवचे अॅपल म्हणून संबोधले जाते ?
 A) थायरॉड B) प्लीहा C) यकृत D) स्वदुर्धीड
35. माणसाच्या शरीरातील रक्ताचे प्रमाण किती असते ?
 A) ४० टक्के B) ८ टक्के C) १३ टक्के D) ३१ टक्के
36. _____ ला रसायनाचा राजा उसे संबोधतात.
 A) सल्फ्युरिक अॅसीड B) नायट्रीक अॅसीड
 C) पोर्टेशिअम सायनाइड D) सोडीयम-बाय-कार्बोनेट
37. आलझायमर्स या आजारामध्ये _____ पेशीची हानी होते.
 A) मूत्रपिंडाच्या B) चेतासंस्थेच्या C) मेदूच्या D) यकृताच्या
38. _____ याने गणिती नियमाच्या आधारे असे दाखवून दिले की, ग्रह सूर्याभेवती लंबवर्तुळाकार कक्षेत फिरतात.
 A) केपलर B) कोपर्निकस C) पॅरासेल्सस D) गिल्बर्ट
39. मानवाने बनविलेला पहिला कृत्रिम धागा _____ हा होया.
 A) रेअॅन B) नायलॉन C) पॉलिस्टर D) टेरीकॉट
40. खालीलपैकी विसंगत घटक ओळखा.
 A) चित्रपट B) रेडीओ C) संगणक D) वृत्तपत्र
41. प्रकाशाची गती सर्वप्रथम मोजण्याचा मान _____ या शास्त्रज्ञाकडे जातो.
 A) न्यूटन B) रीमर C) गॉलिलीयो D) आइन्स्टाइन



42. निद्रारोग _____ यामुळे होतो.
- A) प्रोटोझोन B) विषाणू C) बॉलिसीस D) अझोल्डा
43. ३, ३३, ३३३, ... या क्रमाने वेळा संख्या तिहाची बेरीज केली तर येणाऱ्या बेरजेतील सर्व अंकांची बेरीज किती येईल ?
- A) १९ B) ३७ C) २१ D) २४
44. मानवी शरीरातील सर्वांत मोठी अंगी
- A) जठर B) यकृत C) हृदय D) मोठे आतडे
45. खालीलपैकी कोणता रोगामुळे तांबङ्घ्य पेशीचा नाश होतो ?
- A) मर्त्येय B) कॉलरा C) आमांश D) कँन्सर
46. तप्पाचा तोल सांभाळण्याचे काम खालीलपैकी कोणकदून केले जाते ?
- A) लहान मेंदू B) माठा मेंदू C) चेतातंतू D) चेतारज्जू
47. अनघा, मेघनापेक्षा तीन महिन्यांनी लहान आहे. अनधाचा जन्म अश्विन महिन्यात झाला तर मेघनाचा जन्म कोणत्या महिन्यात झाला ?
- A) आषाढ B) श्रावण C) मार्गशीर्ष D) ज्येष्ठ
48. निरुपयोगी तांबङ्घ्या पेशीचे विघअन खालीलपैकी कोठे होते ?
- A) हृदय B) यकृत C) किडनी D) प्लीहा
49. प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणता अक्षर समूह येईल ?
कचट : तपय : : गजड : ?
- A) बफर B) दबल C) धभव D) खछट
50. योगय पर्याय निवडून मालिका पूर्ण करा
२०, ८०, १८०, ?, ५००, ७२०
- A) ३६० B) ३४० C) ३२० D) ३००
51. प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणती संख्या येईल ?
?, ८, २७, ६४, १२५, २१६
- A) ६ B) ३ C) १ D) ४

52. घड्याळात नऊ वाजले आहेत. तास काटा पश्चिम दिशा दाखाताने, तर मिनीट काटयाची विरुद्ध दिशा कोणती ?
 A) वायुव्य B) उत्तर C) दक्षिण D) आग्नेय
53. एका सांकेतिक भाषेत ALPHABETS हा शब्द ४५६७८ असा लिहीला असेल तर HEALTH हा शब्द कसा लिहीतील ?
 A) ४६२१७४ B) ५६२७४ C) ४६१४७४ D) ४६१३७४
54. एका सांकेतिक भाषेत STAND हा शब्द FGNAQ असा लिहीला असेल तर त्याच पद्धतीने TROLLY हा शब्द कसा लिहाल ?
 A) GYSBYL B) GEBYYL C) GBEYLY D) GEYBLY
55. खालील मानिक समावेष होउ शकत नसलेली संख्या ओळखा.
 १८०, १५०, १३०, १०८, ८८, ७८
 A) १३० B) १०८ C) ८८ D) ७८
56. पाच वर्षांपूर्वी आईचे वय तिच्या मुलीच्या वयाच्या चौपट होते. आज आईचे वय मुलीच्या वयाच्या तिप्पट आहे. तर मुलीचे आजचे वय किती ?
 A) १२ वर्षे B) १८ वर्षे C) १६ वर्षे D) १५ वर्षे
57. खालील चैकोनात प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणती संख्या येईल ?
- | | | | |
|----|---|---|----|
| १२ | ३ | ९ | ४ |
| ८ | ९ | ४ | १८ |
| १० | ८ | ५ | ? |
- A) ६ B) १६ C) १२ D) २०
58. जर APTITUDE = २५६४७२३ तर १६६४६७२३ म्हणजे काय ?
 A) ALTITUDE B) ATTRIBUTE C) ATTITUDE D) यापैकी कोणतेही नाही
59. जर १२३५ म्हणजे $+ \times - < >$ व १४७८ हे $@ * > =$ आहे तर $= * \times < >$ यातून कोणती संख्या दर्शविली आहे ?
 A) ४२५८ B) ४५७२८ C) ८४२५७ D) ४७८५२
60. जर $३४ \times ६७ = ६४७३$ AND $१६ \times २५ = २६५१$ तर $४८ \times ७६ = ?$
 A) ७८६४ B) ७८४६ C) ८७४६ D) ८६७४



61. दरोजच्या वापरातल्या साखरेचे शास्त्रीय नाव खालीलपैकी कोणते आहे ?

- A) ग्लुकोज
B) फ्रक्टोज
C) गॅलैक्टोज
D) मुक्रोज

62. खालीलपैकी कोणते इसेन्शियल अमीनो एसिड आहे ?

- A) अलॉनिन
B) ग्लुटामिन
C) ग्लायसिन
D) ट्रिप्टोफॅन

63. आळीवामध्ये (Garde-Cress Seeds) प्रति ग्रॅम मागे लोहाचे प्रमाण किती असते ?

- A) १०० ग्रॅम
B) ५० ग्रॅम
C) २० ग्रॅम
D) यापैकी नाही

64. बाबडीच्या एका अंड्यामध्ये (५० ग्रॅम) प्रथिनाचे प्रमाण किती ?

- A) १३.३ ग्रॅम
B) ६.६ ग्रॅम
C) १०० ग्रॅम
D) ५० ग्रॅम

65. १०० ग्रॅम मेथी दाण्यामध्ये फायबर (रेषातंतू) चे असलेले प्रमाण

- A) १०० ग्रॅम
B) २ ग्रॅम
C) ७.२ ग्रॅम
D) ४ ग्रॅम

66. जीवनसत्त्व 'के' चे कार्य

- A) ब्लड क्लॉटिंग (रक्त गोठणे) आणि बोन डेव्हलपमेंट (हाडांचा विकास)
B) अन्नपचन क्रिया (डायजेशन)
C) उत्तम डोळे
D) यापैकी नाही

67. खालीलपैकी कोणते पेलेग्रा या आजाराचे वैशिष्ट्ये आहे ?

- A) डर्मटायटिस
B) डिमेन्शिया
C) डायरिया
D) वरील सर्व

68. खालीलपैकी कोणत्या खनिजाच्या (मिनरल) अभावामुळे नखांचा आकार चमचा सारखा होतो ?
- A) कॅल्शियम
 - B) आयोडिन
 - C) लोह (आयर्न)
 - D) क्लोराईड
69. आहरामध्ये आयोडिनच्या कमतरतेमुळे कोणता विकास होता ?
- A) गॉयटर (Goiter)
 - B) क्रेटिनिझम
 - C) हाथपोथायरॉयडिझम
 - D) वरील सर्व
70. RDA नुसार गरोदर महिलेसाठी किती अतिरिक्त उष्माकांची (calories) आवश्यकता आहे ?
- A) +३००
 - B) +५००
 - C) +७००
 - D) यापैकी नाही
71. २०१६ या वर्षाचे 'वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनायझेशन डे' चे थिम काय आहे ?
- A) उच्चरक्तदाब
 - B) हृदरोग
 - C) मधुमेह(डायबिटिज)
 - D) यापैकी नाही
72. आय.सी.एम. आर. (ICMR) च्या सुचनेनुसार ०-६ महिने वयोगटाच्या बालकांसाठी त्यांच्या प्रतिकिलो वजनानुसार किती किलो उष्मांकाची गरज निश्चित केली आहे ?
- A) १०८ किलो
 - B) २०० किलो
 - C) ५० किलो
 - D) ८० किलो
73. नैसर्गिकरित्या बालकाला मिळणारी पहिली रोगप्रतिकारक शक्ती.
- A) कोलस्ट्रॉल
 - B) प्रोटीन
 - C) कोलस्ट्रॉम
 - D) यापैकी नाही
74. सिरममध्ये HDL कोलस्ट्रॉलचे योग्य प्रमाण कसे असावे ?
- A) ३५ mg/dl पेक्षा कमी
 - B) ५५ mg/dl पेक्षा जास्त
 - C) १० mg/dl पेक्षा कमी
 - D) वरीलपैकी नाही
75. खालीलपैकी कोणत्या दिवशी 'वर्ल्ड हेल्थ डे' साजरा केला जातो ?
- A) १ फेब्रुवारी
 - B) १५ जुलै
 - C) २९ जनवारी
 - D) ७ एप्रिल



76. बी.एम.आय. (BMI) चे गणिती सूत्र काय ?

- A) Wt. in pounds/Ht in cm
- B) Wt. in kg/Ht in m^2
- C) Wt. in kg/Ht in cm
- D) यापैकी नाही

77. आय.सी.डी.एस. (ICDS) उपलब्ध कधी साजरा केला जातो ?

- A) १४ ते १९ नोव्हेंबर
- B) १४ ते १९ जनवरी
- C) १४ ते १९ एप्रिल
- D) १४ ते १९ डिसेंबर

78. एक ग्रॅम तेलामध्ये किती कॅलरिज असतात ?

- A) ५ कि. कॅ./ग्रॅम
- B) ६ कि. कॅ./ग्रॅम
- C) ८ कि. कॅ./ग्रॅम
- D) ९ कि.कॅ /ग्रॅम

79. खालीलपैकी पर्निशिअस अॅनिमियाची कारण कोणते आहे ?

- A) आहारात जीवनसत्व बी १२ चे सेवन कमी असणे
- B) शरिरात जीवनसत्व बी १२ चे शोषण कमी असणे
- C) जीवनसत्व बी १२ ची अतिरिक्त गरज पूर्ण न होणे
- D) वरील सर्व पर्याय

80. ग्लायसेमिक इंडिक्स (G.I.) जास्त असणारा पदार्थ

- A) साखर
- B) मैदा
- C) भात
- D) वरील सर्व पर्याय

81. चालण्याच्या व्यायामात पावले मोजण्याच्या यंत्राचे नाव.

- A) लॅक्टोमीटर
- B) पेडोमीटर
- C) कॅलोरीमीटर
- D) बॉरोमीटर

82. खालीलपैकी वजनवाढीची (लट्टुपणाची) कारण कोणते ?

- A) अनुवंशीकता
- B) शारीरिक श्रम/व्यायामाचा अभाव
- C) असंतुलित आहार
- D) वरील सर्व



83. खालीलपैकी कोणत्या BMI ला कुपोषित म्हणून घोषित केले जाते ?
A) १८ B) २५
C) ३०

84. DASH DIET हे खालीलपैकी कोणत्या आजातात इतर जाते ?
A) पेप्टीक अल्सर B) टायफाईड
C) उच्चरक्तदाब D) कॅन्सर

85. मधुमेहामुळे खालीलपैकी दुष्प्रभावात येण नाही शकतो
A) हृदयरोग B) नेफ्रोपथी
C) जंतूसंसर्ग D) वरील सर्व पर्याय

86. खालीलपैकी असिडीटीचे कारण कोणते ?
A) अतिरिक्त वजन वाढ B) अनियमित आहार
C) चहा, दारू, तंबाखू यांचे सेवन D) वरील सर्व पर्याय

87. किडनीची कार्यक्षमता मापण्यासाठी खालीलपैकी कशाचा वापर केला जातो ?
A) BMR B) BMI
C) GFR D) BEE

88. आहारामध्ये सोडियमचे प्रमाण खालीलपैकी कोणत्या पर्यायामुळे वाढते ?
A) अजिनोमोटो B) बेर्किंग पावडर
C) सोडाबाय कार्बोनेट D) वरील सर्व

89. खालीलपैकी कॅन्सर होण्याचे कारण कोणते ?
A) अनुवंशीकता B) वातावरणातील दूषित घटक
C) तंबाखूचे सेवन D) वरील सर्व

90. खेळाढूंच्या आहारात प्रथिनांचे प्रमाण उष्मांकाच्या (कॅलरिजच्या) किती टक्के असावे ?
A) १५ ते २०% B) ५ ते १०%
C) ३० ते ३५% D) ५% टक्क्यांपेक्षा कमी



91. आहारामध्ये २ ग्रॅम प्रति किलो वजनापेक्षा जास्त प्रथिनांचे सेवन करूयास खालीलपैकी कोणता दुष्परिणाम उद्भवू शकतो ?
- A) युरिया फॉर्मेशन B) डायुरिसीस
C) डिहायड्रेशन होण्याची शक्यता असते D) वरील सर्व पर्याय
92. Iron Absorption साठी महत्वाचे (उच्च) जीवनसत्त्व कोणते ?
- A) जीवनसत्त्व 'अ' B) जीवनसत्त्व 'क'
C) जीवनसत्त्व 'के' D) जीवनसत्त्व 'इ'
93. खालीलपैकी कूपत्या प्रकारचा आहार कॅन्सर या आजारात घ्यावा ?
- A) उच्चउष्माक
B) उच्च प्रथिने
C) द्रव पदार्थाचे व जीवनसत्त्वांचे प्रमाण वाढवावे
D) वरील सर्व
94. १ ग्रॅम कार्बोदके किती उष्मांक देतात ?
- A) 4 Kcal/gm B) 9 Kcal/gm
C) 2 Kcal/gm D) 10 Kcal/gm
95. संतुलित आहारामध्ये योग्य प्रमाणात अन्न घटके मिळवण्यासाठी संपूर्ण उष्मांकाच्या
- A) ६० तो ७०% कार्बोदके, २० ते २५% स्निग्ध पदार्थ, १० ते १५% प्रथिने
B) ५०% कार्बोदके, ३०% स्निग्ध पदार्थ, २०% प्रथिने
C) ८०% कार्बोदके, १०% स्निग्ध पदार्थ, १०% प्रथिने
D) ४०% कार्बोदके, २०% स्निग्ध पदार्थ, ४०% प्रथिने
96. उच्च जैविक मूल्य (high biological value) असलेल्या प्रथिनांमध्ये खालीलपैकी कोणता पदार्थ येतो ?
- A) पालेभाजी B) डाळी
C) अंडी D) फळे



97. एक ग्रॅम प्रथिनामध्ये किती उष्मांक असतो ?

- A) ८ कि. कॅ / ग्रॅम
B) ५ कि. कॅ / ग्रॅम
C) ४ कि. कॅ / ग्रॅम
D) १० कि. कॅ / ग्रॅम

98. PEM च्या आहार व्यवस्थापनामुळे कृपोषित घावकामध्ये खालीलपैकी कोणत्या सुधारणा दिसून येतात ?

- A) ४ ते ५ दिवसांमध्ये मानसिक दुष्करोपण जाते
 - B) ७ ते १० दिवसांमध्ये अंगवरीलगूज उतरते
 - C) ३ ते ४ आठवडंचा मध्यां वजन वाढ होते
 - D) वरील सर्व

99. कमी ते मध्यम प्रभागामध्ये होणाऱ्या डिहायड्रेशनसाठी ओ. आर. एस. (ORS) खालील सुचनेनुसार वापरतात.

- A) 70 ml / kg body weight ORS in four hours sip by sip
 - B) 40 ml / kg body weight ORS in four hours sip by sip
 - C) 90 ml / kg body weight ORS in the whole day
 - D) 20 ml / kg body weight ORS in the whole day

100. दुधाची निकषता कोणत्या यंत्राचे तपासली जाते ?

प्रश्न पुस्तिका - 2017
विषय कोड : C - 009 - आहारतं

Question Booklet Version

22

(हा क्रमांक उत्तरपत्रिकेवर लिहावा)

पट क्रमांक (Ques. No.)

Answer Sheet No.

Question Booklet Sr. No.

200013

(हा क्रमांक उत्तरपत्रिकेवर लिहावा)

अवधी : २ तास

एकूण गुण : २००

उमेदवारांची सही

समवेक्षकाची सही

उमेदवारांना सूचना

- या प्रश्नपुस्तिकेत **100** वस्तुनिष्ठ प्रकारचे प्रश्न आहेत.
- परीक्षा सुरु होण्यापूर्वी ओ.एम.आर. प्रणालीची उत्तरपत्रिका व प्रश्नपुस्तिका वेगवेगळ्या दिल्या जातात.
- प्रश्न सोडवितांना त्यांची सुरुवात व क्रम उमेदवाराने आपल्या सोयीने ठरवावा.
- उमेदवाराने या प्रश्नपुस्तिकेवरील तसेच उत्तरपत्रिकेवर दिलेल्या सूचना काळजीपूर्वक वाचाव्यात व त्यानुसार प्रश्नपुस्तिकेवर तसेच विशेष ओ.एम.आर. प्रणालीच्या उत्तरपत्रिकेवर आवश्यक माहिती उदा., प्रश्नपुस्तिका व्हर्शन क्रमांक, अनुक्रमांक व्यवस्थित लिहावा व त्यानंतरच सही करावी. समवेक्षकाने उपरोक्त माहिती उमेदवाराने व्यवस्थित लिहिली आहे हे तपासून त्यानंतर सही करावी. उमेदवाराने उत्तरपत्रिकेवर आणि प्रश्नपुस्तिकेवर सही करावी.
- प्रश्न सोडविण्यापूर्वी काळजीपूर्वक वाचावेत.
- प्रत्येक प्रश्नानंतर **4** बहुपर्यायी उत्तरे दिलेली आहेत त्यापैकी एक सर्वात योग्य उत्तर निश्चित करावे.
- योग्य उत्तर लिहिण्यासाठी उत्तरपत्रिकेवर संबंधित प्रश्नक्रमांकासमोर असलेल्या वर्तुळापैकी योग्य पर्याय असलेले वर्तुळ ● असे संपूर्णपणे काळ्या बॉलपेनने भरावे.
- एकदा भरलेल्या वर्तुळात खाडाखोड करण्यास किंवा पांढरी शाई वापरण्यास मनाई आहे. एकदा दिलेले उत्तर बदलणे तसेच पुनरिखाण करणे टाळावे.
- प्रत्येक अचूक उत्तरासाठी **2** गुण दिले जातील. नकारात्मक गुण देण्यात येत नाही. एकापेक्षा अधिक वर्तुळात खुणा केल्यास अथवा खाडाखोड केलेली असल्यास त्या उत्तराला गुण दिले जात नाहीत.
- कच्चे काम करण्यासाठी प्रश्नपुस्तिकेत त्यासाठी दिलेली जागा वापरावी. उत्तरपत्रिकेवर कच्चे काम करू नये.
- प्रश्नपुस्तिकेवर तसेच उत्तरपत्रिकेवर सही केलेली असल्याची खात्री करून परीक्षेची वेळ संपल्यावर लगेचच दोन्ही समवेक्षकांडे सुरूप करावीत. समवेक्षकाने त्याची खात्री करून सही करावी.
- उमेदवारांना परीक्षेची वेळ संपेस्तोवर परीक्षा केंद्राबाहेर जाण्यास परवानगी नाही.

P.T.O.

1. अकलेचा कांदा हा अलंकारीक शब्द कोणासाठी वापरतात ?
- A) अतिशय विद्वान माणूस
 - B) अतिशय मूर्ख माणूस
 - C) अतिशय चैनी माणूस
 - D) अतिशय श्रीमंत माणूस
2. पोलीसाने चोर पकडला या वाक्यातील प्रयोग जोळा.
- A) कर्ती
 - B) कर्मणी
 - C) भावे
 - D) अकर्मक कर्ती
3. सर्वांनी देशावर प्रेम करावे या वाक्यातील क्रियापदाचा अर्थ कोणता ?
- A) संकेतार्थ
 - B) आज्ञार्थ
 - C) स्वार्थ
 - D) विध्यर्थ
4. खालीलपैकी चुकीची जाडी कोणती ?
- A) चाप देणे-कणीक तिबंणे
 - B) कानाडोळा करणे-दुर्लक्ष करणे
 - C) गट्टी करणे अबोला धरणे.
 - D) आग लावणे भांडण-लावणे
5. खालीलपैकी एकवचनी नाम कोणते ?
- A) दिशा
 - B) आज्ञा
 - C) सभा
 - D) जाऊ
6. सुरभीला थंडी वाजते या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.
- A) अकर्मक कर्ती
 - B) भावे
 - C) सकर्मक कर्ती
 - D) कर्मणी
7. खालील वाक्यातून कर्ती प्रयोगाचे वाक्य ओळखा.
- A) तिने मैत्रीला बोलावले
 - B) सीमा गाय बांधते
 - C) पाहुण्यांनी ध्वज उभारला
 - D) माधवीने बांगड्या घतल्या
8. खालीलपैकी उभयवचनी शब्द ओळखा.
- A) कोळी
 - B) मोळी
 - C) झोळी
 - D) टोळी





16. Complete the sentence by using a word from the following words : **The cashier _____ the money and signed a receipt for it.**
- A) collects B) accepts C) counted D) receives
17. Choose the correct passive voice from the following sentences.
- A) He was given a gift by Rita. B) He gives a gift by Rita.
C) He gave a gift by Rita. D) He was giving gift to Rita.
18. Choose the group of words which is most nearly the same in meaning as of the word : **Revolutionize**
- A) Affect adversely B) Develop gradually
C) Change drastically D) Illuminate completely
19. Select grammatically correct sentence.
- A) Karachi is Sindh's seaport B) Karachi is the seaport of Sindh
C) The seaport of Sindh is Karachi D) The Karachi is Sindh's seaport
20. Which is correct use of verb ?
- A) My brother lived in Mumbai since 1930
B) My brother has lived in Mumbai since 1930
C) My brother is lived in Mumbai since 1930
D) My brother have lived in Mumbai since 1930
21. Which is correct use of adverb ?
- A) Honey is very sweet B) Honey is too sweet
C) Honey is so sweet D) Honey is much sweet
22. **Nothing else travels so fast as light** (Make comparative and choose correct answer.)
- A) Light is traveler than any other thing
B) Light travels faster than anything else
C) Light is faster traveler than nothing
D) Light is travelers faster as anything

23. Pick up correct sentence.
- A) When the meeting been start ?
 - B) When the meeting would start ?
 - C) When the meeting will be starting ?
 - D) When the meeting will start ?
24. Choose the word from given words to fill in the blank to make the sentence meaningful.
No sooner he arrived than everyone _____ up in his honour.
- A) stood
 - B) stands
 - C) stand
 - D) got
25. Choose correct Tense Form that is used in the following sentence.
We had been playing in the park.
- A) Past perfect continuous tense
 - B) Past continuous tense
 - C) Present perfect continuous tense
 - D) Past perfect tense
26. Name the correct clause bracket in the given sentence. **He is (much) obliged to you.**
- A) Noun clause
 - B) Co-ordinate clause
 - C) Positive adverb clause
 - D) Adverb clause of reason.
27. Name conjunction from the sentence : **Ganesh does not care whether his wife goes out of home.**
- A) Whether
 - B) His
 - C) Out of
 - D) Care
28. Which is correct use of preposition ?
- A) She is married with rich man.
 - B) She married with rich man.
 - C) She is married to a rich man.
 - D) She had married with rich man.
29. **She is working in an exclusive male dominate domain.** How this sentence can be written by removing gerund ? Select correct from following.
- A) She work in an exclusive male dominated domain.
 - B) She works in an exclusive male dominated domain.
 - C) She worked in an exclusive male dominated domain.
 - D) None of these are correct.
30. Rewrite the sentence by using proper conjunction :
- Mohan was young, he went to Africa.**
- A) But Mohan was young, he went to Africa.
 - B) When Mohan was young, he went to Africa.
 - C) That Mohan was young, he went to Africa.
 - D) Hardly Mohan was young, he when went to Africa.



31. पाच वर्षांपूर्वी आईचे वय तिच्या मुलीच्या वयाच्या चौपट होते. आज आईचे वय मुलीच्या वयाच्या तिप्पट आहे. तर मुलीचे आजचे वय किती ?
- A) १२ वर्षे B) १८ वर्षे C) १६ वर्षे D) १५ वर्षे
32. खालील चैकोनात प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणती संख्या यईल ?
- | | | | |
|----|---|---|----|
| १२ | ३ | ९ | ४ |
| ८ | ९ | ४ | १८ |
| १० | ८ | ५ | ? |
- A) ६ B) १६ C) १२ D) २०
33. जर APTITUDE = २५६४७२३ तर १६६४६७२३ म्हणजे काय ?
- A) ALTITUDE B) ATTRIBUTE C) ATTITUDE D) यापैकी कोणतेही नाही
34. जर १२३५ म्हणजे $+ \times - < > @ * =$ आहे तर $= * \times < >$ यातून कोणती संख्या दर्शविली आहे ?
- A) ४२५८७ B) ४५७२८ C) ८४२५७ D) ४७८५२
35. जर $३४ \times ६७ = ६४७३$ AND $१६ \times २५ = २६५१$ तर $४८ \times ७६ = ?$
- A) ७८६४ B) ७८४६ C) ८७४६ D) ८६७४
36. खालीलपैकी कोणत्या रोगास 'हासनचा रोग' उसे संबोधतात ?
- A) रक्ताचा कर्करोग B) संधिवात C) कर्करोग D) महारोग
37. खालीलपैकी कोणत्या अवस्थेत आपल्या शरीराकडून जमिनीवार किमान दाब पडतो ?
- A) उभे असतांना B) बसलेल्या अवस्थेत C) झोपलेल्या अवस्थेत D) वेगाने पळतांना
38. पाठीच्या कण्यात एकूण ३३ मणके असतात. त्यापैकी _____ मणके मानेत असतात.
- A) सात B) तीन C) तेरा D) अकरा
39. खालीलपैकी कोणत्या ग्रंथीस अँडमचे अँपल म्हणून संबोधले जाते ?
- A) थायरॉड B) प्लीहा C) यकृत D) स्वदुर्पीड
40. माणसाच्या शरीरातील रक्ताचे प्रमाण किती असते ?
- A) ४० टक्के B) ८ टक्के C) १३ टक्के D) ३१ टक्के

C – 009-22

41. शरीराचा तोल सांभाळण्याचे काम खालीलपैकी कोणकडून केले जाते ?
A) लहान मेंदू B) माठा मेंदू C) चेतातंतू D) चेतारज्जू
42. अनधा, मेघनापेक्षा तीन महिन्यांनी लहान आणि उमधाचा जन्म अस्विन महिन्यात झाला तर मेघनाचा जन्म कोणत्या महिन्यात झाला ?
A) आषाढ B) वाराण C) मार्गशिर D) ज्येष्ठ
43. निसुपयोगी तांबड्या पेशीचे निधान खालीलपैकी कोठे होते ?
A) हृदय B) यकृत C) किडनी D) प्लीहा
44. प्रश्नचिन्हाच्या उत्तरांकोणता अक्षर समूह येईल ?
कचड तप्रक : गजड : ?
A) बफर B) दबल C) धमव D) खछट
45. योगय पर्याय निवडून मालिका पूर्ण करा
२०, ८०, १८०, ?, ५००, ७२०
A) ३६० B) ३४० C) ३२० D) ३००
46. प्रकाशाची गती सर्वप्रथम मोजण्याचा मान _____ या शास्त्रज्ञाकडे जातो.
A) न्यूटन B) रीमर C) गॉलिलीयो D) आइन्स्टीन
47. निद्रारोग _____ यामुळे होतो.
A) प्रोटोझोन B) विषाणू C) बॉलिसीस D) अझोल्डा
48. ३, ३३, ३३३, ... या क्रमाने ७ वेळा संख्या लिहून त्याची बेरीज केली तर येणाऱ्या बेरजेतील सर्व अंकांची बेरीज किती येईल ?
A) १९ B) २० C) २१ D) २४
49. मानवी शरीरातील सर्वात मोठी ग्रंथी
A) जठर B) यकृत C) हृदय D) मोठे आतडे
50. खालीलपैकी कोणत्या रोगामुळे तांबड्या पेशींचा नाश होतो ?
A) मलेरीया B) कॉलरा C) आमांश D) कॅन्सर

51. _____ ला रसायनाचा राजा उसे संबोधतात.
- A) सल्फ्युरिक अॅसीड B) ग्रेट्रीक अॅसीड
 C) पोटेशिअम सायनाइड D) सोडीयम-बाय-कार्बोनेट
52. आलझायमर्स या आजारामध्ये _____ पर्यायी हानी होते.
- A) मूत्रपिंडाच्या B) चेलमंसोज्या C) मेदूच्या D) यकृताच्या
53. _____ याने गणिती नियमन्वय घावार असे दाखवून दिले की, ग्रह सूर्याभेवती लंबवर्तुळाकार कक्षेत फिरतात.
- A) केपलर B) कोपर्निक्स C) पॅरासेल्सस D) गिल्बर्ट
54. मानवाने बनविलेला पदिशा कृत्रिम धागा _____ हा होया.
- A) रेहॉन B) नायलॉन C) पॉलिस्टर D) टेरीकॉट
55. खालीलांकी विसंगत घटक ओळखा.
- A) चित्रपट B) रेडीओ C) संगणक D) वृत्तपत्र
56. प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणती संख्या येईल ?
 ?, ८, २७, ६४, १२५, २१६
- A) ६ B) ३ C) १ D) ४
57. घड्याळात नऊ वाजले आहेत. तास काटा पश्चिम दिशा दाखवितो, तर मिनीट काटयाची विरुद्ध दिशा कोणती ?
- A) वायुव्य B) उत्तर C) दक्षिण D) आग्नेय
58. एका सांकेतिक भाषेत ALPHABETS हा शब्द १२३४५६७८ असा लिहीला असेल तर HEALTH हा शब्द कसा लिहीतील ?
- A) ४६२१७४ B) ४६१२७४ C) ४६१४७४ D) ४६१३७४
59. एका सांकेतिक भाषेत STAND हा शब्द FGNAQ असा लिहिला असेल तर त्याच पद्धतीने TROLLY हा शब्द कसा लिहाल ?
- A) GYSBYL B) GEBYYL C) GBEYLY D) GEYBLY
60. खालील मालिकेत समावेष होउ शकत नसलेली संख्या ओळखा.
- १८०, १५४, १३०, १०८, ८८, ७८
- A) १३० B) १०८ C) ८८ D) ७८

61. उच्च जैविक मूल्य (high biological value) असलेला प्रथमांमध्ये खालीलपैकी कोणता पदार्थ येतो ?
A) पालेभाजी B) डाळी
C) अंडी D) फळे

62. एक ग्रॅम प्रथिनामध्ये किती उम्मांक असता ?
A) ८ कि. कॅ / ग्रॅम B) ५ कि. कॅ / ग्रॅम
C) ४ कि. कॅ / ग्रॅम D) १० कि. कॅ / ग्रॅम

63. PEM च्या आहार घटवल्यापनामुळे कुपोषित बालकामध्ये खालीलपैकी कोणत्या सुधारणा दिसून येतात ?
A) ४ ते ५ दिवसांमध्ये मानसिक दुबळेपणा जातो
B) ७ ते ९ दिवसांमध्ये अंगावरील सूज उतरते
C) ३ ते ४ आठवडंच्या मध्ये वजन वाढ होते
D) वरील सर्व

64. कमी ते मध्यम प्रमाणामध्ये होणाऱ्या डिहायड्रेशनसाठी ओ. आर. एस. (ORS) खालील सुचनेनुसार वापरतात.
A) 70 ml / kg body weight ORS in four hours sip by sip
B) 40 ml / kg body weight ORS in four hours sip by sip
C) 90 ml / kg body weight ORS in the whole day
D) 20 ml / kg body weight ORS in the whole day

65. दुधाची निकषता कोणत्या यंत्राचे तपासली जाते ?
A) लॅक्टोमीटर B) थर्मोमीटर
C) स्पॉक्ट्रोमीटर D) बॉरोमीटर

66. दरोजच्या वापरातल्या साखरेचे शास्त्रीय नाव खालीलपैकी कोणते आहे ?
A) ग्लुकोज B) फ्रकटोज
C) गॅलैक्टोज D) सुक्रोज

67. खालीलपैकी कोणते इसेन्शियल अमीनो ऑसिड आहे ?
A) अल्लॉनिन B) ग्लुटामिन
C) ग्लायसिन D) ट्रिप्टोफॅन



68. आळीवामध्ये (Garden Cress Seeds) प्रति ग्रॅम मागे लोहाचे किती असते ?

- A) १०० ग्रॅम
B) ~~१००~~ ग्रॅम
C) २५ ग्रॅम
D) यापैकी नाही

69. कोंबडीच्या एका अंड्यामध्ये (५० ग्रॅम) प्रथितांनी व्याण किती ?

70. १०० ग्रॅम मेथी दाण्यामध्ये पांढर (रेषातंतु) चे असलेले प्रमाण

71. आहाराचा २ ग्रॅम प्रति किलो वजनापेक्षा जास्त प्रथिनांचे सेवन केल्यास खालीलपैकी कोणता दुष्परिणाम उद्भव शकतो ?

72. Iron Absorption साठी महत्वाचे (गरजेचे) जीवनसत्त्व कोणते ?

- A) जीवनसत्त्व 'अ'
B) जीवनसत्त्व 'क'
C) जीवनसत्त्व 'के'
D) जीवनसत्त्व 'इ'

73. खालीलपैकी कोणत्या प्रकारचा आहार कॅन्सर या आजारात घ्यावा ?

- A) उच्च उष्मांक
 - B) उच्च प्रथिने
 - C) द्रव पदार्थाचे व जीवनसत्त्वांचे प्रमाण वाढवावे
 - D) वरील सर्व

74. १ ग्रॅम कार्बोदिके किती उष्मांक देतात ?

75. संतुलित आहारामध्ये योग्य प्रमाणात अन्न घटके मिळवण्यासाठी संपूर्ण उष्मांकाच्या
- A) ६० ते ७०% कार्बोदके, २० ते २५% स्निग्ध पदार्थ, १० ते १५% प्रथिने
 - B) ५०% कार्बोदके, ३०% स्निग्ध पदार्थ, ३०% प्रथिने
 - C) ८०% कार्बोदके, १०% स्निग्ध पदार्थ, १०% प्रथिने
 - D) ४०% कार्बोदके, २०% स्निग्ध पदार्थ, ४०% प्रथिने
76. खालीलपैकी ऑसिडीटीचे कागण कोणते ?
- A) अतिरिक्त वजन
 - B) अनियमित आहार
 - C) चहा, दास, तंबाखू यांचे सेवन
 - D) वरील सर्व पर्याय
77. किंडनीची कार्बोझमता मापण्यासाठी खालीलपैकी कशाचा वापर केला जातो ?
- A) BMR
 - B) BMI
 - C) GFR
 - D) BEE
78. आहारामध्ये सोडियमचे प्रमाण खालीलपैकी कोणत्या पर्यायामुळे वाढते ?
- A) अजिनोमोटो
 - B) बेकिंग पावडर
 - C) सोडाबाय कार्बोनेट
 - D) वरील सर्व
79. खालीलपैकी कॅन्सर होण्याचे कारण कोणते ?
- A) अनुवंशीकता
 - B) वातावरणातील दूषित घटक
 - C) तंबाखूचे सेवन
 - D) वरील सर्व
80. खेळाढूच्या आहारात प्रथिनांचे प्रमाण उष्मांकाच्या (कॅलरिजच्या) किती टक्के असावे ?
- A) १५ ते २०%
 - B) ५ ते १०%
 - C) ३० ते ३५%
 - D) ५% टक्क्यांपेक्षा कमी
81. बी.एम.आय. (BMI) चे गणिती सूत्र काय ?
- A) Wt. in pounds/Ht in cm
 - B) Wt. in kg/Ht in m^2
 - C) Wt. in kg/Ht in cm
 - D) यापैकी नाही

82. आय.सी.डी.एस. (ICDS) सप्ताह कधी साजरा केला जातो ?
A) १४ ते १९ नोव्हेंबर B) १४ ते १९ जनवरी
C) १४ ते १९ एप्रिल D) १४ ते १९ डिसेंबर

83. एक ग्रॅम तेलामध्ये किती कॅलरिज असतात ?
A) ४ कि. कॅ./ग्रॅम B) ६ कि. कॅ./ग्रॅम
C) ८ कि. कॅ./ग्रॅम D) ९ कि.कॅ /ग्रॅम

84. खालीलपैकी पर्णिशिअस झोलायाची कारण कोणते आहे ?
A) आहारात जीवनमत्व बा १२ चे सेवन कमी असणे
B) शरिरात जीवनमत्व बी १२ चे शोषण कमी असणे
C) जीवनमत्व बी १२ ची अतिरिक्त गरज पूर्ण न होणे
D) वरील सर्व पर्याय

85. ग्लायसेमिक इंडिक्स (G.I.) जास्त असणारा पदार्थ
A) साखर B) मैदा
C) भात D) वरील सर्व पर्याय

86. २०१६ या वर्षाचे 'वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनायझेशन डे' चे थिम काय आहे ?
A) उच्चरक्तदाब B) हृदरोग
C) मधुमेह(डायबिटिज) D) यापैकी नाही

87. आय.सी.एम.आर. (ICMR) च्या सुचनेनुसार ०-६ महिने वयोगटाच्या बालकांसाठी त्यांच्या प्रतिकिलो वजनानुसार किती किलो उष्मांकाची गरज निश्चित केली आहे ?
A) १०८ किलो B) २०० किलो
C) ५० किलो D) ८० किलो

88. नैसर्गिकरित्या बालकाला मिळणारी पहिली रोगप्रतिकारक शक्ती.
A) कोलस्ट्रॉल B) प्रोटीन
C) कोलस्ट्रॉम D) यापैकी नाही

89. सिरममध्ये HDL कोलस्ट्रॉलचे योग्य प्रमाण कसे असावे ?

A) ३५ mg/dl पेक्षा कमी B) ५५ mg/dl पेक्षा जास्त
C) १० mg/dl पेक्षा कमी D) वरीलपैकी नाही

90. खालीलपैकी कोणत्या दिवशी 'वर्चुहात्य डे' साजरा केला जातो ?

A) १ फेब्रुवारी B) १५ जुलै
C) २९ जनवारी D) ७ एप्रिल

91. चालण्याच्या व्यायामात पावले मोजण्याच्या यंत्राचे नाव.

A) वैक्टोरीमीटर B) पेडोमीटर
C) कॉलोरीमीटर D) बॉरोमीटर

92. खालीलपैकी वजनवाढीची (लट्टुपणाची) कारण कोणते ?

A) अनुवंशीकता B) शारीरिक श्रम / व्यायामाचा अभाव
C) असंतुलित आहार D) वरील सर्व

93. खालीलपैकी कोणत्या BMI ला कुपोषित म्हणून घोषित केले जाते ?

A) १८ B) २५
C) ३० D) ४०

94. DASH DIET हे खालीलपैकी कोणत्या आजारात दिले जाते ?

A) पेटीक अल्सर B) टायफाईड
C) उच्चरक्तदाब D) कॅन्सर

95. मधुमेहामुळे खालीलपैकी दुष्परिणाम होऊ शकतो

A) हृदयरोग B) नेफ्रोपथी
C) जंतूसंसर्ग D) वरील सर्व पर्याय



96. जीवनसत्त्व 'के' चे कार्य

- A) ब्लड क्लॉटिंग (रक्त गोठणे) आणि बोन डेव्हलपमेंट (हाणीचा विकास)
- B) अन्नपचन क्रिया (डायजेशन)
- C) उत्तम डोळे
- D) यापैकी नाही

97. खालीलपैकी कोणते पेलेग्रा या अजसराचे वैशिष्ट्ये आहे ?

- A) डरमेंटायटिस
- B) डिमेन्शिया
- C) डायरिया
- D) वरील सर्व

98. खालीलपैकी कोणत्या खनिजाच्या (मिनरल) अभावामुळे नखांचा आकार चमचा सारखा होतो ?

- A) चेलोयम
- B) आयोडिन
- C) लोह (आर्यन)
- D) क्लोराईड

99. आहरामध्ये आयोडिनच्या कमतरतेमुळे कोणता विकार होतो ?

- A) गॉयटर (Goiter)
- B) क्रेटिनिझम
- C) हायपोथायरॉयडिझम
- D) वरील सर्व

100. RDA नुसार गरोदर महिलेसाठी किती अतिरिक्त उष्माकांची (calories) आवश्यकता आहे ?

- A) +३००
- B) +५००
- C) +७००
- D) यापैकी नाही

प्रश्न पुस्तिका – 2017
विषय कोड : C – 009 – आहारतंज

Question Booklet Version
33 (हा क्रमांक उत्तरपत्रिकेवर लिहावा)

पट क्रमांक (Roll No.)				
Answer Sheet No.				

Question Booklet Sr. No.
300015 (हा क्रमांक उत्तरपत्रिकेवर लिहावा)

अवधी : २ तास
एकूण गुण : २००

उमेदवारांची सही

समवेक्षकाची सही

उमेदवारांना सूचना

1. या प्रश्नपुस्तिकेत **100** वस्तुनिष्ठ प्रकारचे प्रश्न आहेत.
2. परीक्षा सुरु होण्यापूर्वी ओ.एम.आर. प्रणालीची उत्तरपत्रिका व प्रश्नपुस्तिका वेगवेगळ्या दिल्या जातात.
3. प्रश्न सोडवितांना त्यांची सुरुवात व क्रम उमेदवाराने आपल्या सोयीने ठरवावा.
4. उमेदवाराने या प्रश्नपुस्तिकेवरील तसेच उत्तरपत्रिकेवर दिलेल्या सूचना काळजीपूर्वक वाचाव्यात व त्यानुसार प्रश्नपुस्तिकेवर तसेच विशेष ओ.एम.आर. प्रणालीच्या उत्तरपत्रिकेवर आवश्यक माहिती उदा., प्रश्नपुस्तिका व्हर्शन क्रमांक, अनुक्रमांक व्यवस्थित लिहावा व त्यानंतरच सही करावी. समवेक्षकाने उपरोक्त माहिती उमेदवाराने व्यवस्थित लिहिली आहे हे तपासून त्यानंतर सही करावी. उमेदवाराने उत्तरपत्रिकेवर आणि प्रश्नपुस्तिकेवर सही करावी.
5. प्रश्न सोडविण्यापूर्वी काळजीपूर्वक वाचावेत.
6. प्रत्येक प्रश्नानंतर 4 बहुपर्यायी उत्तरे दिलेली आहेत त्यापैकी एक सर्वात योग्य उत्तर निश्चित करावे.
7. योग्य उत्तर लिहिण्यासाठी उत्तरपत्रिकेवर संबंधित प्रश्नक्रमांकासमोर असलेल्या वर्तुळांपैकी योग्य पर्याय असलेले वर्तुळ ● असे संपूर्णपणे काळ्या बॉलपेनने भरावे.
8. एकदा भरलेल्या वर्तुळात खाडाखोड करण्यास किंवा पांढरी शाई वापरण्यास मनाई आहे. एकदा दिलेले उत्तर बदलणे तसेच पुनर्लिखाण करणे टाळावे.
9. प्रत्येक अचूक उत्तरासाठी 2 गुण दिले जातील. नकारात्मक गुण देण्यात येत नाही. एकापेक्षा अधिक वर्तुळात खुणा केल्यास अथवा खाडाखोड केलेली असल्यास त्या उत्तराला गुण दिले जात नाहीत.
10. कच्चे काम करण्यासाठी प्रश्नपुस्तिकेत त्यासाठी दिलेली जागा वापरावी. उत्तरपत्रिकेवर कच्चे काम करू नये.
11. प्रश्नपुस्तिकेवर तसेच उत्तरपत्रिकेवर सही केलेली असल्याची खात्री करून परीक्षेची वेळ संपल्यावर लगेचच दोन्ही समवेक्षकांकडे सुपूर्त करावीत. समवेक्षकाने त्याची खात्री करून सही करावी.
12. उमेदवारांना परीक्षेची वेळ संपेस्तोवर परीक्षा केंद्राबाहेर जाण्यास परवानगी नाही.

P.T.O.



1. चर्पटपंजरी-या अलंकारीक शब्दाचा खालीलपैकी अर्थ कोणता ?
- A) अर्थवीण पाठांतर करणे B) लांत जाणारे काम
C) वायफळ बडबड करणे D) उरडपट्टी काढणे
2. खालील वाक्यातील अपूर्ण भविष्यकाळी वाक्य ओळखा.
- A) आईने देवपूजा केली असेल. B) आई देवपूजा करीत होती.
C) आई देवपूजा करीत असेल. D) आई देवपूजा करीत आहे.
3. खाणार हा शब्द खालीलपैकी कोणत्या प्रकाराचा आहे तो निवडा ?
- A) क्रियापद B) क्रियाविशेषण
C) धातुसाधिका D) धातु
4. अकर्तव्य कांदा हा अलंकारीक शब्द कोणासाठी वापरतात ?
- A) अतिशय विद्वान माणूस B) अतिशय मूर्ख माणूस
C) अतिशय चैनी माणूस D) अतिशय श्रीमंत माणूस
5. पोलीसाने चोर पकडला या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.
- A) कर्तरी B) कर्मणी
C) भावे D) अकर्मक कर्तरी
6. सर्वांनी देशावर प्रेम करावे या वाक्यातील क्रियापदाचा अर्थ कोणता ?
- A) संकेतार्थ B) आज्ञार्थ
C) स्वार्थ D) विध्यर्थ
7. सारे पोपट उडाले-या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.
- A) सकर्मक कर्तरी B) अकर्मक कर्तरी
C) कर्मणी D) भावे

8. अधोरेखीत शब्दाची जात ओळखा – मनोज, तू खाशी जिरबल्स सुझिया मित्राची ?
A) शब्दयोगी अव्यय B) क्रियाविशेषण अव्यय
C) उभयान्वयी अव्यय D) केवलप्रयोगी अव्यय

9. डोक्याचे पारणे फिटणे-या वाक्प्रचाराचा योग्य असेही निवडा.
A) समाधान होणे B) पाहून-समाधान होणे
C) उपवास सोडणे D) खूष होणे

10. खालीलपैकी चुकीची जाती कोणती ?
A) चोप देणे-कामक तिबंणे B) कानाडोळा करणे-दुर्लक्ष करणे
C) गट्टी काण म्हबोला धरणे D) आग लावणे भांडण-लावणे

11. खालीलको एकवचनी नाम कोणते ?
A) दिशा B) आज्ञा
C) सभा D) जाऊ

12. सुरभीला थंडी वाजते या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.
A) अकर्मक कर्तरी B) भावे
C) सकर्मक कर्तरी D) कर्मणी

13. खालील वाक्यातून कर्तरी प्रयोगाचे वाक्य ओळखा.
A) तिने मैत्रिणीला बोलावले B) सीमा गाय बांधते
C) पाहुण्यांनी ध्वज उभारला D) माधवीने बांगड्या घतल्या

14. खालीलपैकी उभयवचनी शब्द ओळखा.
A) कोळी B) मोळी
C) झोळी D) टोळी

15. खालीलपैकी निश्चितपणे अनेकवचनी शब्द ओळखा.
A) शाळा B) मळा
C) कळा D) गोळा

16. Choose correct **Tense Form** that is used in the following sentence.

We had been playing in the park.

- A) Past perfect continuous tense
- B) Past continuous tense
- C) Present perfect continuous tense
- D) Past perfect tense

17. Name the correct clause bracket in the given sentence. **He is (much) obliged to you.**

- A) Noun clause
- B) Co-ordinate clause
- C) Positive adverb clause
- D) Adverb clause of reason.

18. Name conjunction from the sentence : **Ganesh does not care whether his wife goes out of home.**

- A) Whether
- B) His
- C) Out of
- D) Care

19. Complete the sentence by using a word from the following words : **The cashier _____ the money and signed a receipt for it.**

- A) collects
- B) accepts
- C) counted
- D) receives

20. Choose the correct passive voice from the following sentences.

- A) He was given a gift by Rita.
- B) He gives a gift by Rita.
- C) He gave a gift by Rita.
- D) He was giving gift to Rita.

21. Choose the group of words which is most nearly the same in meaning as of the word :

Revolutionize

- A) Affect adversely
- B) Develop gradually
- C) Change drastically
- D) Illuminate completely

22. Which is correct use of preposition ?

- A) She is married with rich man.
- B) She married with rich man.
- C) She is married to a rich man.
- D) She had married with rich man.

23. **She is working in an exclusive male dominate domain.** How this sentence can be written by removing **gerund** ? Select correct from following.

- A) She work in an exclusive male dominated domain.
- B) She works in an exclusive male dominated domain.
- C) She worked in an exclusive male dominated domain.
- D) None of these are correct.



24. Rewrite the sentence by using proper conjunction :

Mohan was young, he went to Africa.

- A) But Mohan was young, he went to Africa.
- B) When Mohan was young, he went to Africa.
- C) That Mohan was young, he went to Africa.
- D) Hardly Mohan was young, he when went to Africa.

25. Select grammatically correct sentence.

- | | |
|------------------------------------|------------------------------------|
| A) Karachi is Sindh's seaport | B) Karachi is the seaport of Sindh |
| C) The seaport of Sindh is Karachi | D) The Karachi is Sindh's seaport |

26. Which is correct use of verb ?

- A) My brother lived in Mumbai since 1930
- B) My brother has lived in Mumbai since 1930
- C) My brother is lived in Mumbai since 1930
- D) My brother have lived in Mumbai since 1930

27. Which is correct use of adverb ?

- | | |
|------------------------|------------------------|
| A) Honey is very sweet | B) Honey is too sweet |
| C) Honey is so sweet | D) Honey is much sweet |

28. **Nothing else travels so fast as light** (Make comparative and choose correct answer.)

- A) Light is traveler than any other thing
- B) Light travels faster than anything else
- C) Light is faster traveler than nothing
- D) Light is travelers faster as anything

29. Pick up correct sentence.

- | | |
|--|-----------------------------------|
| A) When the meeting been start ? | B) When the meeting would start ? |
| C) When the meeting will be starting ? | D) When the meeting will start ? |

30. Choose the word from given words to fill in the blank to make the sentence meaningful.

No sooner he arrived then everyone _____ up in his honour.

- | | | | |
|----------|-----------|----------|--------|
| A) stood | B) stands | C) stand | D) got |
|----------|-----------|----------|--------|

31. प्रकाशाची गती सर्वप्रथम मोजण्याचा मान _____ या शास्त्रज्ञाकडे आता.
 A) न्यूटन B) रीमर C) गॅलिले D) आइन्स्टाइन
32. निद्रारोग _____ यामुळे होतो.
 A) प्रोटोझोन B) विषाणू C) बॉलिसीस D) अझोल्डा
33. ३, ३३, ३३३, ... या क्रमाने ७ वेळा संख्यापैकीहून त्याची बेरीज केली तर येणाऱ्या बेरजेतील सर्व अंकांची बेरीज किती येईल ?
 A) १९ B) २१ C) २९ D) २४
34. मानवी शरीरातील सर्वांत मोठी अंगी
 A) जठर B) यकृत C) हृदय D) मोठे आतडे
35. खालीलपैकी त्यांत्या रोगामुळे तांबड्य पेशींचा नाश होतो ?
 A) मालेसा B) कॉलरा C) आमांश D) कँन्सर
36. प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणती संख्या येईल ?
 ?, ८, २७, ६४, १२५, २१६
 A) ६ B) ३ C) १ D) ४
37. घड्याळात नऊ वाजले आहेत. तास काटा पश्चिम दिशा दाखवितो, तर मिनीट काट्याची विरुद्ध दिशा कोणती ?
 A) वायुव्य B) उत्तर C) दक्षिण D) आगेय
38. एका सांकेतिक भाषेत ALPHABETS हा शब्द १२३४५६७८ असा लिहीला असेल तर HEALTH हा शब्द कसा लिहीतील ?
 A) ४६२१७४ B) ४६१२७४ C) ४६१४७४ D) ४६१३७४
39. एका सांकेतिक भाषेत STAND हा शब्द FGNAQ असा लिहीला असेल तर त्याच पद्धतीने TROLLY हा शब्द कसा लिहाल ?
 A) GYSBYL B) GEBYYL C) GBEYLY D) GEYBLY
40. खालील मालिकेत समावेष होउ शकत नसलेली संख्या ओळखा.
 १८०, १५४, १३०, १०८, ८८, ७८
 A) १३० B) १०८ C) ८८ D) ७८

C - (

C - 009-33

41. खालीलपैकी कोणत्या रोगास 'हान्सनचा रोग' उसे संबोधित ?
- A) रक्ताचा कर्करोग B) संधिवात C) कर्करोग D) महारोग
42. खालीलपैकी कोणत्या अवस्थेत आपल्या शरीराकडून जमिनीवार किमान दाब पडतो ?
- A) उभे असतांना B) बाजूवाऱ्या अवस्थेत C) झोपलेल्या अवस्थेत D) वेगाने पळतांना
43. पाठीच्या कण्यात एकूण ३३ मास असतात. त्यापैकी _____ मणके मानेत असतात.
- A) सात B) तीन C) तेरा D) अकरा
44. खालीलपैकी कोणत्या ग्रंथीस ॲडमचे ॲपल म्हणून संबोधले जाते ?
- A) थारेट B) प्लीहा C) यकृत D) स्वदुर्धीड
45. माणसाच्या शरीरातील रक्ताचे प्रमाण किती असते ?
- A) ४० टक्के B) ८ टक्के C) १३ टक्के D) ३१ टक्के
46. पाच वर्षापूर्वी आईचे वय तिच्या मुलीच्या वयाच्या चौपट होते. आज आईचे वय मुलीच्या वयाच्या तिप्पट आहे मुलीचे आजचे वय किती ?
- A) १२ वर्षे B) १८ वर्षे C) १६ वर्षे D) १५ वर्षे
47. खालील चैकोनात प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणती संख्या येईल ?
- | | | | |
|----|---|---|----|
| १२ | ३ | ९ | ४ |
| ८ | ९ | ४ | १८ |
| १० | ८ | ५ | ? |
- A) ६ B) १६ C) १२ D) २०
48. जर APTITUDE = २५६४७२३ तर १६६४६७२३ म्हणजे काय ?
- A) ALTITUDE B) ATTRIBUTE C) ATTITUDE D) यापैकी कोणतेही नाही
49. जर १२३५ म्हणजे $+ x - < \text{व } १४७८ \text{ हे } @ * > =$ आहे तर $= *x <>$ यातून कोणती संख्या दर्शविली आहे ?
- A) ४२५८७ B) ४५७२८ C) ८४२५७ D) ४७८५२
50. जर $३४ \times ६७ = ६४७३$ AND $१६ \times २५ = २६५१$ तर $४८ \times ७६ = ?$
- A) ७८६४ B) ७८४६ C) ८७४६ D) ८६७४

51. शरीराचा तोल सांभाळण्याचे काम खालीलपैकी कोणकदून केले जाते ?
 A) लहान मेंदू B) माठ मेंदू C) चेतारज्जू D) चेतारज्जू
52. अनघा, मेघनापेक्षा तीन महिन्यांनी लहान आहे. अनधाचा जन्म आश्विन महिन्यात झाला तर मेघनाचा जन्म कोणत्या महिन्यात झाला ?
 A) आषाढ B) श्रावण C) मार्गशीर्ष D) ज्येष्ठ
53. निरुपयोगी तांबड्या पेशीचे विघअन खालीलपैकी कोठे होते ?
 A) हृदय B) अकृत C) किंडनी D) प्लीहा
54. प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणता अद्दर समूह येईल ?
 कचट : तपय : : गजळ : ?
 A) बफर B) दबल C) धधव D) खछट
55. योगय सर्वांची निवडून मालिका पूर्ण करा
 २०, ८०, १८०, ?, ५००, ७२०
 A) ३६० B) ३४० C) ३२० D) ३००
56. _____ ला रसायनाचा राजा उसे संबोधतात.
 A) सल्फ्युरिक अॅसीड B) नायट्रीक अॅसीड
 C) पोटेशिअम सायनाइड D) सोडीयम-बाय-कार्बोनेट
57. आलझायमर्स या आजारामध्ये _____ पेशीची हानी होते.
 A) मूत्रपिंडाच्या B) चेतासंस्थेच्या C) मेदूच्या D) यकृताच्या
58. _____ याने गणिती नियमाच्या आधारे असे दाखवून दिले की, ग्रह सूर्याभिवती लंबवर्तुळाकार कक्षेत फिरतात.
 A) केपलर B) कोपर्निकस C) पॅरासेल्सस D) गिल्बर्ट
59. मानवाने बनविलेला पहिला कृत्रिम धागा _____ हा होया.
 A) रेओन B) नायलॉन C) पॉलिस्टर D) टेरीकॉट
60. खालीलपैकी विसंगत घटक ओळखा.
 A) चित्रपट B) रेडीओ C) संगणक D) वृत्तपत्र

61. बी.एम.आय. (BMI) चे गणिती सूत्र काय ?

- Wt. in pounds/Ht in cm
- Wt. in kg/Ht in m^2
- Wt. in kg/Ht in cm
- यापैकी नाही

62. आय.सी.डी.एस. (ICDS) सप्ताह कधी साजरा केला जातो ?

- १४ ते १५ ऑक्टोबर
- १४ ते १९ जनवरी
- १४ ते १९ एप्रिल
- १४ ते १९ डिसेंबर

63. एक ग्रॅम तुलामध्ये किती कॉलरिज असतात ?

- ४ कि. कॅ./ग्रॅम
- ६ कि. कॅ./ग्रॅम
- ८ कि. कॅ./ग्रॅम
- ९ कि.कॅ /ग्रॅम

64. खालीलपैकी पर्णिशिअस अॅनिमियाची कारण कोणते आहे ?

- आहारात जीवनसत्व बी १२ चे सेवन कमी असणे
- शरिरात जीवनसत्व बी १२ चे शोषण कमी असणे
- जीवनसत्व बी १२ ची अतिरिक्त गरज पूर्ण न होणे
- वरील सर्व पर्याय

65. म्लायसेमिक इंडिक्स (G.I.) जास्त असणारा पदार्थ

- साखर
- मैदा
- भात
- वरील सर्व पर्याय

66. खालीलपैकी अॅसिडीटीचे कारण कोणते ?

- अतिरिक्त वजन वाढ
- अनियमित आहार
- चहा, दारू, तंबाखू यांचे सेवन
- वरील सर्व पर्याय

67. किडनीची कार्यक्षमता मापण्यासाठी खालीलपैकी कशाचा वापर केला जातो ?

- BMR
- BMI
- GFR
- BEE



68. आहारामध्ये सोडियमचे प्रमाण खालीलपैकी कोणत्या पर्यायामुळे वाढत ?
A) अजिनोमेटो B) बॅक्टी गावडर
C) सोडाबाय कार्बोनेट D) वरील सर्व

69. खालीलपैकी कॅन्सर होण्याचे कारण कोणते ?
A) अनुवंशीकरा B) वातावरणातील दूषित घटक
C) तंबाखूचे सेवन D) वरील सर्व

70. खेळाढूंच्या आहारात प्रथिनांमध्ये यांचे उष्मांकाच्या (कॅलरिजच्या) किती टक्के असावे ?
A) १५ ते २०% B) ५ ते १०%
C) ३० ते ३५% D) ५% टक्क्यांपेक्षा कमी

71. उच्च जैविक मूल्य (high biological value) असलेल्या प्रथिनामध्ये खालीलपैकी कोणता पदार्थ येतो ?
A) पानभाजी B) डाळी
C) अडी D) फळे

72. एक ग्रॅम प्रथिनामध्ये किती उष्मांक असतो ?
A) ८ कि. कॅ / ग्रॅम B) ५ कि. कॅ / ग्रॅम
C) ४ कि. कॅ / ग्रॅम D) १० कि. कॅ / ग्रॅम

73. PEM च्या आहार व्यवस्थापनामुळे कुपोषित बालकामध्ये खालीलपैकी कोणत्या सुधारणा दिसून येतात ?
A) ४ ते ५ दिवसांमध्ये मानसिक दुबलेपणा जातो
B) ७ ते १० दिवसांमध्ये अंगावरील सूज उतरते
C) ३ ते ४ आठवड्या मध्ये वजन वाढ होते
D) वरील सर्व

74. कमी ते मध्यम प्रमाणामध्ये होणाऱ्या डिहायड्रेशनसाठी ओ. आर. एस. (ORS) खालील सुचनेनुसार वापरतात.
A) 70 ml / kg body weight ORS in four hours sip by sip
B) 40 ml / kg body weight ORS in four hours sip by sip
C) 90 ml / kg body weight ORS in the whole day
D) 20 ml / kg body weight ORS in the whole day

C -

C - 009-33

75. दुधाची निकषता कोणत्या यंत्राचे तपासली जाते ?
- लॅक्टोमीटर
 - थर्मामीटर
 - स्प्लिटमीटर
 - बॉरोमीटर
76. जीवनसत्त्व 'के' चे कार्य
- ब्लड क्लॉटिंग (ग्रक्ट गारण) आणि बोन डेव्हलपमेंट (हाडांचा विकास)
 - अन्नपचन क्रिया (उत्पज्जेशन)
 - उत्तम डोळे
 - यापैकी नाही
77. खालीलपकी कोणते पेलेग्रा या आजाराचे वैशिष्ट्ये आहे ?
- डरमॅटायटिस
 - डिमेन्शिया
 - डायरिया
 - वरील सर्व
78. खालीलपैकी कोणत्या खनिजाच्या (मिनरल) अभावामुळे नखांचा आकार चमचा सारखा होतो ?
- कॅल्शियम
 - आयोडिन
 - लोह (आयर्न)
 - क्लोराईड
79. आहरामध्ये आयोडिनच्या कमतरतेमुळे कोणता विकार होतो ?
- गॉयटर (Goiter)
 - क्रेटिनिझम
 - हायपोथायरॉयडिज्म
 - वरील सर्व
80. RDA नुसार गरोदर महिलेसाठी किती अतिरिक्त उष्माकांची (calories) आवश्यकता आहे ?
- +३००
 - +५००
 - +७००
 - यापैकी नाही
81. आहरामध्ये २ ग्रॅम प्रति किलो वजनापेक्षा जास्त प्रथिनांचे सेवन केल्यास खालीलपैकी कोणता दुष्परिणाम उद्भव शकतो ?
- युरिया फॉर्मेशन
 - डायुरिसीस
 - डिहायड्रेशन होण्याची शक्यता असते
 - वरील सर्व पर्याय

82. Iron Absorption साठी महत्वाचे (गरजेचे) जीवनसत्त्व कोणते ?
 A) जीवनसत्त्व 'अ'
 B) जीवनसत्त्व 'क'
 C) जीवनसत्त्व 'के'
 D) जीवनसत्त्व 'इ'
83. खालीलपैकी कोणत्या प्रकारचा आहार कॅन्सर या आजारात घ्यावा ?
 A) उच्च उष्मांक
 B) उच्च प्रथिने
 C) द्रव पदार्थाचे व जीवनसत्त्वाचे प्रमाण वाढवावे
 D) वरील सर्व
84. १ ग्रॅम कार्बोडके किंवा उष्मांक देतात ?
 A) 4 Kcal/gm
 B) 9 Kcal/gm
 C) 2 Kcal/gm
 D) 10 Kcal/gm
85. संतुलित आहारामध्ये योग्य प्रमाणात अन्न घटके मिळवण्यासाठी संपूर्ण उष्मांकाच्या
 A) ६० तो ७०% कार्बोडके, २० ते २५% स्निग्ध पदार्थ, १० ते १५% प्रथिने
 B) ५०% कार्बोडके, ३०% स्निग्ध पदार्थ, २०% प्रथिने
 C) ८०% कार्बोडके, १०% स्निग्ध पदार्थ, १०% प्रथिने
 D) ४०% कार्बोडके, २०% स्निग्ध पदार्थ, ४०% प्रथिने
86. चालण्याच्या व्यायामात पावले मोजण्याच्या यंत्राचे नाव.
 A) लॅक्टोमीटर
 B) पेडोमीटर
 C) कॅलोरीमीटर
 D) बॉरोमीटर
87. खालीलपैकी वजनवाढीची (लङ्घणाची) कारण कोणते ?
 A) अनुवंशीकता
 B) शारीरिक श्रम / व्यायामाचा अभाव
 C) असंतुलित आहार
 D) वरील सर्व



88. खालीलपैकी कोणत्या BMI ला कुपोषित म्हणून घोषित केले जाते ?
A) १८ B) २५
C) ३० D) ४०

89. DASH DIET हे खालीलपैकी कोणत्या अज्ञारात दिले जाते ?
A) पेट्रीक अल्सर B) टायफाईड
C) उच्चरक्तदाब D) कॅन्सर

90. मधुमेहामुळे खालीलांवचे दुष्परिणाम होऊ शकतो
A) हृदयरोग B) नेफ्रोपथी
C) जंससग D) वरील सर्व पर्याय

91. २०१६ या वर्षाचे 'वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनायझेशन डे' चे थिम काय आहे ?
A) उच्चरक्तदाब B) हृदरोग
C) मधुमेह(डायबिटिज) D) यापैकी नाही

92. आय.सी. एम. आर. (ICMR) च्या सुचनेनुसार ०-६ महिने वयोगटाच्या बालकांसाठी त्यांच्या प्रतिकिलो वजनानुसार किती किलो उष्णांकाची गरज निश्चित केली आहे ?
A) १०८ किलो B) २०० किलो
C) ५० किलो D) ८० किलो

93. नैसर्गिकरित्या बालकाला मिळणारी पहिली रोगप्रतिकारक शक्ती.
A) कोलस्ट्रॉल B) प्रोटीन
C) कोलस्ट्रम D) यापैकी नाही

94. सिरममध्ये HDL कोलस्ट्रॉलचे योग्य प्रमाण कसे असावे ?
A) ३५ mg/dl पेक्षा कमी B) ५५ mg/dl पेक्षा जास्त
C) १० mg/dl पेक्षा कमी D) वरीलपैकी नाही

95. खालीलपैकी कोणत्या दिवशी 'वर्ल्ड हेल्थ डे' साजरा केला जातो ?
A) १ फेब्रुवारी B) १५ जुलै
C) २९ जनवारी D) ७ एप्रिल

96. दरोजच्या वापरातल्या साखरेचे शास्त्रीय नाव खालीलपैकी कोणते आहे ?
 A) ग्लुकोज B) प्रोटीन
 C) गॅलैकटोज D) मुकोज
97. खालीलपैकी कोणते इसेन्शियल अमीनो ऑसिड आहे ?
 A) अल्फामिन B) ग्लुटामिन
 C) ग्लायसिन D) ट्रिप्टोफेन
98. आळीवामध्ये (Garden Cross Seeds) प्रति ग्रॅम मागे लोहाचे प्रमाण किती असते ?
 A) १०० ग्रॅम B) ५० ग्रॅम
 C) २५ ग्रॅम D) यापैकी नाही
99. कोंबडीच्या ताका अंड्यामध्ये (५० ग्रॅम) प्रथिनाचे प्रमाण किती ?
 A) ३३.३ ग्रॅम B) ६.६ ग्रॅम
 C) १०० ग्रॅम D) ५० ग्रॅम
100. १०० ग्रॅम मेथी दाण्यामध्ये फायबर (रेषातंतू) चे असलेले प्रमाण
 A) १०० ग्रॅम B) २ ग्रॅम
 C) ७.२ ग्रॅम D) ४ ग्रॅम

प्रश्न पुस्तिका – 2017
विषय कोड : C – 009 – आहारात्म

Question Booklet Version

44

(हा क्रमांक उत्तरपत्रिकेवर लिहावा)

पट क्रमांक (Part No.)

Answer Sheet No.

Question Booklet Sr. No.

400014

(हा क्रमांक उत्तरपत्रिकेवर लिहावा)

44

अवधी : २ तास

एकूण गुण : २००

उमेदवाराची सही

समवेक्षकाची सही

उमेदवारांना सूचना

- या प्रश्नपुस्तिकेत **100** वस्तुनिष्ठ प्रकारचे प्रश्न आहेत.
- परीक्षा सुरु होण्यापूर्वी ओ.एम.आर. प्रणालीची उत्तरपत्रिका व प्रश्नपुस्तिका वेगवेगळ्या दिल्या जातात.
- प्रश्न सोडवितांना त्यांची सुरुवात व क्रम उमेदवाराने आपल्या सोयीने ठरवावा.
- उमेदवाराने या प्रश्नपुस्तिकेवरील तसेच उत्तरपत्रिकेवर दिलेल्या सूचना काळजीपूर्वक वाचाव्यात व त्यानुसार प्रश्नपुस्तिकेवर तसेच विशेष ओ.एम.आर. प्रणालीच्या उत्तरपत्रिकेवर आवश्यक माहिती उदा., प्रश्नपुस्तिका व्हर्शन क्रमांक, अनुक्रमांक व्यवस्थित लिहावा व त्यानंतरच सही करावी. समवेक्षकाने उपरोक्त माहिती उमेदवाराने व्यवस्थित लिहिली आहे हे तपासून त्यानंतर सही करावी. उमेदवाराने उत्तरपत्रिकेवर आणि प्रश्नपुस्तिकेवर सही करावी.
- प्रश्न सोडविण्यापूर्वी काळजीपूर्वक वाचावेत.
- प्रत्येक प्रश्नानंतर 4 बहुपर्यायी उत्तरे दिलेली आहेत त्यापैकी एक सर्वात योग्य उत्तर निश्चित करावे.
- योग्य उत्तर लिहिण्यासाठी उत्तरपत्रिकेवर संबंधित प्रश्नक्रमांकासामोर असलेल्या वर्तुळापैकी योग्य पर्याय असलेले वर्तुळ ● असे संपूर्णपणे काळ्या बांलपेनने भरावे.
- एकदा भरलेल्या वर्तुळात खाडाखोड करण्यास किंवा पांढरी शाई वापरण्यास मनाई आहे. एकदा दिलेले उत्तर बदलणे तसेच पुनर्लिखाण करणे टाळावे.
- प्रत्येक अचूक उत्तरासाठी 2 गुण दिले जातील. नकारात्मक गुण देण्यात येत नाही. एकापेक्षा अधिक वर्तुळात खुणा केल्यास अथवा खाडाखोड केलेली असल्यास त्या उत्तराला गुण दिले जात नाहीत.
- कच्चे काम करण्यासाठी प्रश्नपुस्तिकेत त्यासाठी दिलेली जागा वापरावी. उत्तरपत्रिकेवर कच्चे काम करू नये.
- प्रश्नपुस्तिकेवर तसेच उत्तरपत्रिकेवर सही केलेली असल्याची खात्री करून परीक्षेची वेळ संपल्यावर लगेच्च दोन्ही समवेक्षकाकडे सुरूपूर्त करावीत. समवेक्षकाने त्याची खात्री करून सही करावी.
- उमेदवारांना परीक्षेची वेळ संपेस्तोवर परीक्षा केंद्राबाहेर जाण्यास परवानगी नाही.

P.T.O.



1. सारे पोपट उडाले-या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.

A) सकर्मक कर्तरी B) अवकर्मक कर्तरी
C) कर्मणी D) भावै

2. अधोरेखीत शब्दाची जात ओळखा - मनोज, तू खालीस तुझ्या मित्राची.

A) शब्दयोगी अव्यय B) क्रियाविशेषन अव्यय
C) उभयान्वयी अव्यय D) केवलप्रयोगी अव्यय

3. डाळ्याचे पारणे फिटणे-या वाक्याचा योग्य अर्थ निवडा.

A) समाधान होणे B) पाहून-समाधान होणे
C) उपवास सोडणे D) खूष होणे

4. खालील वाक्यातून कर्तरी प्रयोगाचे वाक्य ओळखा.

A) निर्मैत्रिणीला बोलावले B) सीमा गाय बांधते
C) पाहुण्यांनी ध्वज उभारला D) माधवीने बांगड्या घतल्या

5. खालीलपैकी उभयवचनी शब्द ओळखा.

A) कोळी B) मोळी
C) झोळी D) टोळी

6. खालीलपैकी निश्चितपणे अनेकवचनी शब्द ओळखा.

A) शाळा B) मळा
C) कळा D) गोळा

7. खालीलपैकी चुकीची जाडी कोणती ?

A) चोप देणे-कणीक तिबंणे B) कानाडोळा करणे-दुर्लक्ष करणे
C) गट्टी करणे अबोला धरणे D) आग लावणे भांडण-लावणे

8. खालीलपैकी एकवचनी नाम कोणते ?

A) दिशा B) आज्ञा
C) सभा D) जाऊ



9. सुरभीला थंडी वाजते या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.
- A) अकर्मक कर्तरी
B) अवर्तन
C) सकर्मक कर्तरी
D) कर्मणी
10. अकलेचा कांदा हा अलंकारीक शब्द कोणासाठी वापरतात ?
- A) अतिशय विद्वान माणूस
B) अतिशय मूर्ख माणूस
C) अतिशय चैनी माणूस
D) अतिशय श्रीमंत माणूस
11. पोलीसाने चोर पकडला या वाक्यातील प्रयोग ओळखा.
- A) कर्तरी
B) कर्मणी
C) वर्तने
D) अकर्मक कर्तरी
12. चैनी देशावर प्रेम करावे या वाक्यातील क्रियापदाचा अर्थ कोणता ?
- A) संकेतार्थ
B) आज्ञार्थ
C) स्वार्थ
D) विध्यर्थ
13. चर्पटपंजरी-या अलंकारीक शब्दाचा खालीलपैकी अर्थ कोणता ?
- A) अर्थवीण पाठांतर करणे
B) लांबत जाणारे काम
C) वायफळ बडबड करणे
D) खरडपट्टी काढणे
14. खालील वाक्यातील अपूर्ण भविष्यकाळी वाक्य ओळखा.
- A) आईने देवपूजा केली असेल.
B) आई देवपूजा करीत होती.
C) आई देवपूजा करीत असेल.
D) आई देवपूजा करीत आहे.
15. खाणार हा शब्द खालीलपैकी कोणत्या प्रकारचा आहे तो निवडा ?
- A) क्रियापद
B) क्रियाविशेषण
C) धातुसाधित
D) धातु



16. Which is correct use of preposition ?
- A) She is married with rich man.
B) She married with rich man.
C) She is married to a rich man.
D) She had married with rich man.
17. **She is working in an exclusive male dominate domain.** How this sentence can be written by removing **gerund** ? Select correct from following.
- A) She work in an exclusive male dominated domain.
B) She works in an exclusive male dominated domain.
C) She worked in an exclusive male dominated domain.
D) None of these are correct.
18. Rewrite the sentence by using proper conjunction :
- Mohan was young, he went to Africa.**
- A) But Mohan was young, he went to Africa.
B) When Mohan was young, he went to Africa.
C) That Mohan was young, he went to Africa.
D) Hardly Mohan was young, he when went to Africa.
19. **Nothing else travels so fast as light** (Make comparative and choose correct answer.)
- A) Light is traveler than any other thing
B) Light travels faster than anything else
C) Light is faster traveler than nothing
D) Light is travelers faster as anything
20. Pick up correct sentence.
- A) When the meeting been start ? B) When the meeting would start ?
C) When the meeting will be starting ? D) When the meeting will start ?
21. Choose the word from given words to fill in the blank to make the sentence meaningful.
- No sooner he arrived then everyone _____ up in his honour.**
- A) stood B) stands C) stand D) got
22. Select grammatically correct sentence.
- A) Karachi is Sindh's seaport B) Karachi is the seaport of Sindh
C) The seaport of Sindh is Karachi D) The Karachi is Sindh's seaport



23. Which is correct use of verb ?
- A) My brother lived in Mumbai since 1930
 - B) My brother has lived in Mumbai since 1930
 - C) My brother is lived in Mumbai since 1930
 - D) My brother have lived in Mumbai since 1930
24. Which is correct use of adverb?
- A) Honey is very sweet
 - B) Honey is too sweet
 - C) Honey is so sweet
 - D) Honey is much sweet
25. Complete the sentence by using a word from the following words : **The cashier _____ the money and signed a receipt for it.**
- A) collects
 - B) accepts
 - C) counted
 - D) receives
26. Choose the correct passive voice from the following sentences.
- A) He was given a gift by Rita.
 - B) He gives a gift by Rita.
 - C) He gave a gift by Rita.
 - D) He was giving gift to Rita.
27. Choose the group of words which is most nearly the same in meaning as of the word : **Revolutionize**
- A) Affect adversely
 - B) Develop gradually
 - C) Change drastically
 - D) Illuminate completely
28. Choose correct **Tense Form** that is used in the following sentence.
We had been playing in the park.
- A) Past perfect continuous tense
 - B) Past continuous tense
 - C) Present perfect continuous tense
 - D) Past perfect tense
29. Name the correct clause bracket in the given sentence. **He is (much) obliged to you.**
- A) Noun clause
 - B) Co-ordinate clause
 - C) Positive adverb clause
 - D) Adverb clause of reason.
30. Name conjunction from the sentence : **Ganesh does not care whether his wife goes out of home.**
- A) Whether
 - B) His
 - C) Out of
 - D) Care

31. _____ ला रसायनाचा राजा उसे संबोधतात.
- A) सल्फ्युरिक अॅसीड B) नायट्रिक अॅसीड
 C) पोटेंशिअम सायनाइड D) गोडीयम-बाय-काबोनेट
32. आलझायमर्स या आजारामध्ये _____ पेशीती हाती होते.
- A) मूत्रपिंडाच्या B) चेतासंस्थेच्या C) मेदूच्या D) यकृताच्या
33. _____ याने गणिती नियमाच्या आधारे असे दाखवून दिले की, ग्रह सूर्याभेवती लंबवर्तुळाकार कक्षेत फिरतात.
- A) केपलर B) कास्टनेक्स C) पॉरासेल्सस D) गिल्बर्ट
34. मानवाने बनविलेला पहिला सुप्रिम धागा _____ हा होया.
- A) रेअॅन B) नायलॉन C) पॉलिस्टर D) टेरीकॉट
35. खालीलपैकी वर्तमात घटक ओळखा.
- A) चिपपट B) रेडीओ C) संगणक D) वृत्तपत्र
36. शरीराचा तोल सांभाळण्याचे काम खालीलपैकी कोणकडून केले जाते ?
- A) लहान मेंदू B) माठा मेंदू C) चेतातंतू D) चेतारज्जू
37. अनघा, मेघनापेक्षा तीन महिन्यानी लहान आहे. अनधाचा जन्म अश्विन महिन्यात झाला तर मेघनाचा जन्म कोणत्या महिन्यात झाला ?
- A) आषाढ B) श्रावण C) मार्गशिर्ष D) ज्येष्ठ
38. निरुपयोगी तांबड्या पेशीचे विघअन खालीलपैकी कोठे होते ?
- A) हृदय B) यकृत C) किडनी D) प्लीहा
39. प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणता अक्षर समूह येईल ?
- कचट : तपय : : गजड : ?
- A) बफर B) दबल C) धभव D) खछट
40. योग्य पर्याय निवडून मालिका पूर्ण करा
- २०, ८०, १८०, ?, ५००, ७२०
- A) ३६० B) ३४० C) ३२० D) ३००



41. पाच वर्षांपूर्वी आईचे वय तिच्या मुलीच्या वयाच्या चौपट होते. आणि आईचे वय मुलीच्या वयाच्या तिप्पट आहे. तर मुलीचे आजचे वय किती ?
- A) १२ वर्षे B) १८ वर्षे C) १६ वर्षे D) १५ वर्षे
42. खालील चैकोनात प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणती संख्या येईल ?
- | | | | |
|----|---|---|----|
| १२ | ३ | ९ | ४ |
| ८ | ९ | ४ | १८ |
| १० | ८ | ५ | ? |
- A) ६ B) १६ C) १२ D) २०
43. जर APTITUDE = २५६४७२३ तर १६६४६७२३ म्हणजे काय ?
- A) ALTITUDE B) ATTRIBUTE C) ATTITUDE D) यापैकी कोणतेही नाही
44. जर ३५ म्हणजे $+ \times - < >$ व ९४७८ हे $@ * > =$ आहे तर $= * \times < >$ यातून कोणती संख्या दर्शविली आहे ?
- A) ४२५८७ B) ४५७२८ C) ८४२५७ D) ४७८५२
45. जर $३४ \times ६७ = ६४७३$ AND $१६ \times २५ = २६५१$ तर $४८ \times ७६ = ?$
- A) ७८६४ B) ७८४६ C) ८७४६ D) ८६७४
46. प्रश्नचिन्हाच्या जागी कोणती संख्या येईल ?
 $? , ८, २७, ६४, १२५, २१६$
- A) ६ B) ३ C) १ D) ४
47. घड्याळात नऊ वाजले आहेत. तास काटा पश्चिम दिशा दाखवितो, तर मिनीट काट्याची विरुद्ध दिशा कोणती ?
- A) वायुव्य B) उत्तर C) दक्षिण D) आगेय
48. एका सांकेतिक भाषेत ALPHABETS हा शब्द १२३४५६७८ असा लिहीला असेल तर HEALTH हा शब्द कसा लिहीतील ?
- A) ४६२१७४ B) ४६१२७४ C) ४६१४७४ D) ४६१३७४
49. एका सांकेतिक भाषेत STAND हा शब्द FGNAQ असा लिहिला असेल तर त्याच पद्धतीने TROLLEY हा शब्द कसा लिहाल ?
- A) GYSBYL B) GEBYYL C) GBEYLY D) GEYBLY



50. खालील मालिकेत समावेष होउ शकत नसलेली संख्या ओळखा.
१८०, १५४, १३०, १०८, ८८, ७८
A) १३० B) १०८ C) ८८ D) ७८
51. खालीलपैकी कोणत्या रोगास 'हान्सनचा रोग' उसे संकेतात ?
A) रक्ताचा कर्करोग B) संधिवात C) कर्करोग D) महारोग
52. खालीलपैकी कोणत्या अवस्थेत आपल्या शरीराकडून जमिनीवार किमान दाब पडतो ?
A) उधे असतांना B) वासवाच्या अवस्थेत C) झोपलेल्या अवस्थेत D) वेगाने पळतांना
53. पाठीच्या कण्यात एकूण ३८ टक्के असतात. त्यापैकी _____ मणके मानेत असतात.
A) सात B) तीन C) तेरा D) अकरा
54. खालीलपैकी काणाच्या ग्रंथीस ॲडमचे ॲपल म्हणून संबोधले जाते ?
A) थायाड B) प्लीहा C) यकृत D) स्वदुर्पीड
55. माणसाच्या शरीरातील रक्ताचे प्रमाण किती असते ?
A) ४० टक्के B) ८ टक्के C) १३ टक्के D) ३१ टक्के
56. प्रकाशाची गती सर्वप्रथम मोजण्याचा मान _____ या शास्त्रज्ञाकडे जातो.
A) न्यूटन B) रीमर C) गॉलिलीयो D) आइन्स्टाइन
57. निद्रारोग _____ यामुळे होतो.
A) प्रोटोझोन B) विषाणू C) बॉलिसीस D) अझोल्डा
58. ३, ३३, ३३३, ... या क्रमाने ७ वेळा संख्या लिहून त्याची बेरीज केली तर येणाऱ्या बेरजेतील सर्व अंकांची बेरीज किती येईल ?
A) १९ B) २० C) २१ D) २४
59. मानवी शरीरातील सर्वात मोठी ग्रंथी
A) जठर B) यकृत C) हृदय D) मोठे आतडे
60. खालीलपैकी कोणत्या रोगामुळे तांबड्य पेशींचा नाश होतो ?
A) मलेरीया B) कॉलरा C) आमांश D) कॅन्सर



61. २०१६ या वर्षाचे 'वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनायझेशन डे' चे थिम काय आहे ?
 A) उच्चरक्तदाब
 C) मधुमेह(डायबिटिज)
 D) यापैकी नाही
62. आय.सी. एम. आर. (ICMR) च्या सुनियोजनाप्र०-६ महिने वयोगटाच्या बालकांसाठी त्यांच्या प्रतिकिलो वजनानुसार किती किलो उष्णांकाची गरज निश्चिक करणी आहे ?
 A) १०८ किलो
 B) २०० किलो
 C) ५० किलो
 D) ८० किलो
63. नैसार्गिकप्रकारातील काला मिळणारी पहिली सोगप्रतिकारक शक्ती.
 A) कोलस्ट्रॉल
 B) प्रोटीन
 C) कोलस्ट्रूम
 D) यापैकी नाही
64. सिरममध्ये HDL कोलस्ट्रॉलचे योग्य प्रमाण कसे असावे ?
 A) ३५ mg/dl पेक्षा कमी
 B) ५५ mg/dl पेक्षा जास्त
 C) १० mg/dl पेक्षा कमी
 D) वरीलपैकी नाही
65. खालीलपैकी कोणत्या दिवशी 'वर्ल्ड हेल्थ डे' साजरा केला जातो ?
 A) १ फेब्रुवारी
 B) १५ जुलै
 C) २९ जनवारी
 D) ७ एप्रिल
66. चालण्याच्या व्यायामात पावले मोजण्याच्या यंत्राचे नाव.
 A) लॅक्टोमीटर
 B) पेडोमीटर
 C) कॅलोरीमीटर
 D) बॉरोमीटर
67. खालीलपैकी वजनवाढीची (लट्टपणाची) कारण कोणते ?
 A) अनुवंशीकता
 B) शारीरिक श्रम/व्यायामाचा अभाव
 C) असंतुलित आहार
 D) वरील सर्व



68. खालीलपैकी कोणत्या BMI ला कुपोषित म्हणून घोषित केले जाते ?

A) १८

B) २५

C) ३०

D) ४०

69. DASH DIET हे खालीलपैकी कोणत्या आजागत दिसे जाते ?

A) पेटीक अल्सर

B) टायफाईड

C) उच्चरक्तदाब

D) कॅन्सर

70. मधुमेहामुळे खालीलपैकी दुष्प्राणाम होऊ शकतो

A) हृदयरोग

B) नेफ्रोपथी

C) जंतूसंसर्ग

D) वरील सर्व पर्याय

71. दररोजच्या चापरातल्या साखरेचे शास्त्रीय नाव खालीलपैकी कोणते आहे ?

A) ग्लुकोज

B) फ्रकटोज

C) गॉलैक्टोज

D) सुक्रोज

72. खालीलपैकी कोणते इसेन्शियल अमीनो ऑसिड आहे ?

A) अल्फानिन

B) ग्लुटामिन

C) ग्लायसिन

D) ट्रिप्टोफॅन

73. आळीवामध्ये (Garden Cress Seeds) प्रति ग्रॅम मागे लोहाचे प्रमाण किती असते ?

A) १०० ग्रॅम

B) ५० ग्रॅम

C) २५ ग्रॅम

D) यापैकी नाही

74. कोंबडीच्या एका अंड्यामध्ये (५० ग्रॅम) प्रथिनाचे प्रमाण किती ?

A) १३.३ ग्रॅम

B) ६.६ ग्रॅम

C) १०० ग्रॅम

D) ५० ग्रॅम



75. १०० ग्रॅम मेथी दाण्यामध्ये फायबर (रेषातंतु) चे असलेले प्रमाण

- A) १०० ग्रॅम
B) २२ ग्रॅम
C) ७.२ ग्रॅम
D) ४ ग्रॅम

76. आहरामध्ये २ ग्रॅम प्रति किलो वजनापेक्षा जास्त प्रथिनांचे सेवन केल्यास खालीलपैकी कोणता दुष्परिणाम उद्भव शकतो ?

- A) युरिया फॉर्मेशन B) डायुरिसीस
C) डिहायड्रेशन हेपेटाइट्रोशक्यता असते D) वरील सर्व पर्याय

77. Iron Absorption साठी महत्वाचे (गरजेचे) जीवनसत्त्व कोणते ?

- A) जीवनसत्त्व ‘अ’
B) जीवनसत्त्व ‘क’
C) जीवनसत्त्व ‘के’
D) जीवनसत्त्व ‘इ’

78. खालीलपैकी कोणत्या प्रकारचा आहार कॅसर या आजारात घ्यावा ?

- A) उच्च उष्मांक
 - B) उच्च प्रथिने
 - C) द्रव पदार्थाचे व जीवनसत्त्वांचे प्रमाण वाढवावे
 - D) करीत सर्व

79. १ ग्रॅम कार्बो्दके किती उष्मांक देतात ?

80. संतुलित आहारामध्ये योग्य प्रमाणात अन्न घटके मिळवण्यासाठी संपूर्ण उष्माकाच्या

- A) ६० तो ७०% कार्बोदके, २० ते २५% स्निग्ध पदार्थ, १० ते १५% प्रथिने
 - B) ५०% कार्बोदके, ३०% स्निग्ध पदार्थ, २०% प्रथिने
 - C) ८०% कार्बोदके, १०% स्निग्ध पदार्थ, १०% प्रथिने
 - D) ४०% कार्बोदके, २०% स्निग्ध पदार्थ, ४०% प्रथिने



81. खालीलपैकी ऑसिडीटीचे कारण कोणते ?

- A) अतिरिक्त वजन वाढ
B) आवश्यकता आहार
C) चहा, दारू, तंबाखू यांचे सेवन
D) वरील सर्व पर्याय

82. किंडनीची कार्यक्षमता मापण्यासाठी खालीलपैकी कूणाचा वापर केला जातो ?

- A) BMR
B) BMI
C) GFR
D) BEE

83. आहारामध्ये सोडियमचे प्रमाण खालीलपैकी कोणत्या पर्यायामुळे वाढते ?

- A) अजिनोमोटो
B) बेकिंग पावडर
C) सोडाब्यूक्टाबोनेट
D) वरील सर्व

84. खालीलपैकी कॅन्सर होण्याचे कारण कोणते ?

- A) अनुवंशीकता
B) वातावरणातील दूषित घटक
C) तंबाखूचे सेवन
D) वरील सर्व

85. खेळाढूच्या आहारात प्रथिनांचे प्रमाण उष्मांकाच्या (कॅलरिजच्या) किती टक्के असावे ?

- A) १५ ते २०%
B) ५ ते १०%
C) ३० ते ३५%
D) ५% टक्क्यांपेक्षा कमी

86. उच्च जैविक मूल्य (high biological value) असलेल्या प्रथिनांमध्ये खालीलपैकी कोणता पदार्थ येतो ?

- A) पालेभाजी
B) डाळी
C) अंडी
D) फळे

87. एक ग्रॅम प्रथिनामध्ये किती उष्मांक असतो ?

- A) ८ कि. कॅ / ग्रॅम
B) ५ कि. कॅ / ग्रॅम
C) ४ कि. कॅ / ग्रॅम
D) १० कि. कॅ / ग्रॅम



88. PEM च्या आहार व्यवस्थापनामुळे कुपोषित बालकामध्ये खालीलपैकी कोणत्या सुधारणा दिसून येतात ?
- A) ४ ते ५ दिवसांमध्ये मानसिक दुबळेपणा जाते
 - B) ७ ते १० दिवसांमध्ये अंगावरील सूज उतारते
 - C) ३ ते ४ आठवड्यांच्या मध्ये वजन वाढत होते
 - D) वरील सर्व
89. कमी ते मध्यम प्रमाणामध्ये हेगांचा डिहायद्रेशनसाठी ओ. आर. एस. (ORS) खालील सुचनेनुसार वापरतात
- A) 70 ml / kg body weight ORS in four hours sip by sip
 - B) 40 ml / kg body weight ORS in four hours sip by sip
 - C) 90 ml / kg body weight ORS in the whole day
 - D) 20 ml / kg body weight ORS in the whole day
90. याची निकषता कोणत्या यंत्राचे तपासली जाते ?
- A) लॅक्टोमीटर
 - B) थर्मोमीटर
 - C) स्पॉटमीटर
 - D) बॅरोमीटर
91. जीवनसत्त्व 'के' चे कार्य
- A) ब्लड क्लॉटिंग (रक्त गोठणे) आणि बोन डेव्हलपमेंट (हाडांचा विकास)
 - B) अन्नपचन क्रिया (डायजेशन)
 - C) उत्तम डोळे
 - D) यापैकी नाही
92. खालीलपैकी कोणते पेलेग्रा या आजाराचे वैशिष्ट्ये आहे ?
- A) डर्मटायटिस
 - B) डिमेन्शिया
 - C) डायरिया
 - D) वरील सर्व
93. खालीलपैकी कोणत्या खनिजाच्या (मिनरल) अभावामुळे नखांचा आकार चमचा सारखा होतो ?
- A) कॉल्शियम
 - B) आयोडिन
 - C) लोह (आर्यन)
 - D) क्लोरोईंड
94. आहरामध्ये आयोडिनच्या कमतरतेमुळे कोणता विकार होतो ?
- A) गॉयटर (Goiter)
 - B) क्रेटिनिझम
 - C) हायपोथायरोयडिझम
 - D) वरील सर्व

SEAL



95. RDA नुसार गरोदर महिलेसाठी किती अतिरिक्त उष्माकांची (calories) आवश्यकता आहे ?
A) +३०० B) +५००
C) +७०० D) यापैकी नाही

96. बी.एम.आय. (BMI) चे गणिती सूत्र काय ?
A) Wt. in pounds/Ht in cm
B) Wt. in kg/Ht in m²
C) Wt. in kg/Ht in cm
D) यापैकी नाही

97. आय.सी.डी.एस. (ICDS) सलाह कधी साजरा केला जातो ?
A) १४ ते १९ नोव्हेंबर B) १४ ते १९ जनवरी
C) १४ ते १९ एप्रिल D) १४ ते १९ डिसेंबर

98. एक ग्रॅम तेल पर्याय किती कॅलरिज असतात ?
A) १ कि. कॅ./ग्रॅम B) ६ कि. कॅ./ग्रॅम
C) ८ कि. कॅ./ग्रॅम D) ९ कि.कॅ /ग्रॅम

99. खालीलपैकी पर्निशिअस अॅनिमियाची कारण कोणते आहे ?
A) आहारात जीवनसत्व बी १२ चे सेवन कमी असणे
B) शरिरात जीवनसत्व बी १२ चे शोषण कमी असणे
C) जीवनसत्व बी १२ ची अतिरिक्त गरज पूर्ण न होणे
D) वरील सर्व पर्याय

100. ग्लायसेमिक इंडिक्स (G.I.) जास्त असणारा पदार्थ
A) साखर B) मैदा
C) भात D) वरील सर्व पर्याय