Roll Number .... Total No. of Printed Pages : 32

B.A./B.Sc./B.Com. (Semester-III) Examination, 2024-25

(For Regular & NC) As per NEP 2020

HOME SCIENCE

Paper Code : MDC-HOM-63T-101 OMR Code : 114

(Basic Nutrition for Healthy Life style)

Time : 3.00 Hours | **Section – A For Reg./NC: 40/50 Marks**

Section – B For Reg./NC: 40/50 Marks

Total Maximum Marks For Reg./NC : 80/100

Instructions for Students (छात्रों के लिए निर्देश)

Students are required to read the instructions carefully before starting solving the question paper.

छात्रों को प्रश्न पत्र हल करना शुरू करने से पहले सभी निर्देशों को ध्यान से पढ़ना आवश्यक है।

Section – A (खण्ड – अ)

1. Do not open the question booklet until you are asked to do so.	**1.** इस प्रश्न पुस्तिका को तब तक न खोलें जब तक कहा न जाए।
2. There are 50 Multiple Choice Questions (MCQ) in the question booklet. All 50 questions are mandatory to solve.	**2.** प्रश्न पुस्तिका में 50 प्रश्न (MCQ) हैं। सभी 50 प्रश्न हल करना अनिवार्य है।
3. Each question carries 0.80 mark for Regular and 1 mark for NC students.	**3.** प्रत्येक प्रश्न नियमित विद्यार्थियों के लिए 0.80 अंक का एवं स्वयंपाठी विद्यार्थियों के लिए 1 अंक का है।
4 There are four options for each questions. Fill the correct option in the OMR sheet.	**4.** प्रत्येक प्रश्न के लिए चार विकल्प हैं। सही विकल्प ओ एम आर शीट में भरें।
5. Student have to darken only one circle (bubble) indicating the correct answer on the OMR Sheet. The circles on the OMR are to be darkened properly with black/ blue ball pen only.	**5.** छात्र को सही उत्तर निर्दिष्ट करते हुए एक गोले (बबल) को ओ.एम.आर. शीट में गहरा करना है। ओ.एम.आर. पर बने गोले को केवल काले/नीले बॉल पैन से ही काला करना होगा।
6. Fill in all the information (i.e. Roll No. etc.) or both OMR sheet and question booklet before starting the question paper.	**6.** प्रश्न पत्र शुरू करने से पहले ओ.एम.आर. शीट और प्रश्न पुस्तिका दोनों पर सभी जानकारी (यानि रोल नंबर आदि) भरें।
7. Submit OMR to the invigilator after completion of examination.	**7.** परीक्षा अवधि पूरी होने पर ओ.एम.आर. पर्यवेक्षक के पास जमा करवायें।
8. Student can leave examination hall only after completion of examination.	**8.** छात्र परीक्षा अवधि पूर्ण होने के पश्चात् ही परीक्षा कक्ष छोड़ सकता है।

1. Deficiency of which vitamin causes rickets?
   (a) Vitamin K
   (b) Vitamin D
   (c) Vitamin E
   (d) Vitamin B

2. Kwashiorkor is a deficiency disease of :
   (a) Carbohydrates
   (b) Protein
   (c) Iron
   (d) Calcium

3. Pulses are good source of :
   (a) Carbohydrates
   (b) Fat
   (c) Vitamin
   (d) Protein

4. Which of these is not typically considered a junk food?
   (a) Soda
   (b) Candy
   (c) Pizza
   (d) Oat meal

5. Percentage of protein in soyabean :
   (a) 50%
   (b) 42%
   (c) 60%
   (d) 82%

1. रिकेट्स किस विटामिन की कमी के कारण होता है?
   (a) विटामिन K
   (b) विटामिन D
   (c) विटामिन E
   (d) विटामिन B

2. क्वाशियोरकोर किसकी कमी से होने वाला रोग है–
   (a) कार्बोहाइड्रेट
   (b) प्रोटीन
   (c) आयरन
   (d) कैल्शियम

3. दालें अच्छा स्रोत है–
   (a) कार्बोहाइड्रेट का
   (b) वसा का
   (c) विटामिन का
   (d) प्रोटीन

4. सामान्यत: इनमें से कौन सा जंक फूड नहीं है?
   (a) सोडा
   (b) कैन्डी
   (c) पिज़्ज़ा
   (d) ओटमील

5. सोयाबीन में प्रोटीन का प्रतिशत होता है–
   (a) 50%
   (b) 42%
   (c) 60%
   (d) 82%

6. Which of the following food are good source of omega-3 fatty acid?
(a) Walnut
(b) Butter
(c) Egg
(d) Milk

7. Which technique is historically used for food preservation?
(a) Ultraviolet light exposure
(b) Pickling
(c) Vacuum packaging
(d) Modified atmosphere packaging

8. Nutrients required for bone health are :
(a) Iron and Vitamin D
(b) Vitamin A and Vitamin C
(c) Iodine and Vitamin A
(d) Calcium and Vitamin D

9. Maillard reaction takes place when protein is cooked for a prolonged period of time with :
(a) Sugar
(b) Vitamins
(c) Minerals
(d) Antioxidants

10. What types of fat should make up the majority of fat intake for a healthy diet?
(a) Saturated fat
(b) Unsaturated fat
(c) Fat from animal products
(d) Trans fats

6. निम्न में से कौन सा खाद्य पदार्थ ओमेगा-3 वसा अम्ल का अच्छा स्रोत है?
(a) अखरोट
(b) मक्खन
(c) अण्डा
(d) दूध

7. खाद्य संरक्षण के लिए ऐतिहासिक रूप से किस तकनीक का उपयोग किया जाता है?
(a) पराबैंगनी प्रकाश का सम्पर्क
(b) अचार बनाना
(c) वैक्यूम पैकेजिंग
(d) संशोधित वातावरण पैकेजिंग

8. अस्थियों के स्वास्थ्य के लिए आवश्यक पोषक तत्त्व है–
(a) आयरन और विटामिन D
(b) विटामिन A और विटामिन C
(c) आयोडीन और विटामिन A
(d) कैल्शियम और विटामिन D

9. प्रोटीन को लंबे समय तक किसके साथ पकाने पर मेल्लार्ड अभिक्रिया होती है?
(a) चीनी के साथ
(b) विटामिन के साथ
(c) खनिज लवण के साथ
(d) एंटीऑक्सीडेंट के साथ

10. स्वस्थ आहार के लिए वसा के सेवन के अधिकांश भाग में किस प्रकार की वसा होनी चाहिए?
(a) संतृप्त वसा
(b) असंतृप्त वसा
(c) प्राणिज वसा
(d) ट्रांस वसा

11. Maltose is composed of which two sugars?
(a) Glucose and glucose
(b) Glucose and fructose
(c) Glucose and galactose
(d) Fructose and galactose

12. Which of the following mineral functions by building strong bones and teeth?
(a) Iodine
(b) Calcium
(c) Iron
(d) Sodium

13. Egg is rich source of _____ :
(a) Proteins
(b) Vitamin
(c) Minerals
(d) All of the above

14. Which of the following is a macro nutrient?
(a) Vitamin C
(b) Iron
(c) Calcium
(d) Carbohydrate

15. Goiter is the deficiency disease of :
(a) Magnesium
(b) Iron
(c) Iodine
(d) Zinc

11. माल्टोज किन दो शर्करा से बना है-
(a) ग्लूकोज और ग्लूकोज
(b) ग्लूकोज और फ्रक्टोज
(c) ग्लूकोज और गैलेक्टोज
(d) फ्रुक्टोज और गैलेक्टोज

12. निम्नलिखित में से कौन सा खनिज मजबूत हड्डियों और दाँतों का निर्माण करके कार्य करता है?
(a) आयोडिन
(b) कैल्शियम
(c) आयरन
(d) सोडियम

13. अण्डा .... समृद्ध स्रोत है
(a) प्रोटीनों का
(b) विटामिन का
(c) खनिज लवणों का
(d) उपरोक्त सभी

14. निम्न में से मेक्रोन्यूट्रियंट कौन सा है-
(a) विटामिन C
(b) आयरन
(c) कैल्शियम
(d) कार्बोहाइड्रेट

15. गलगण्ड रोग किसकी कमी से होता है-
(a) मैग्नीशियम
(b) आयन
(c) आयोडिन
(d) जिंक

16. Which of the following is NOT a guideline for good health?
(a) Regular exercise
(b) Adequate sleep
(c) Frequency fasting
(d) Hydration

17. What health issue is most commonly associated with excessive junk food consumption?
(a) Vitamin deficiency
(b) Obesity
(c) Anemia
(d) Osteoporosis

18. The dietary Antioxidants are _____ .
(a) Vitamin A
(b) Vitamin E
(c) Vitamin C
(d) All of the above

19. Fish oils are the richest source of :
(a) Vitamin A
(b) Vitamin D
(c) Both Vitamin A and B
(d) Vitamin K

20. Which of these is NOT considered a nutrient?
(a) Vitamins
(b) Minerals
(c) Fiber
(d) Fats

16. निम्न में से कौन सा स्वास्थय के लिए अच्छा मार्गदर्शक नहीं है?
(a) नियमित व्यायाम
(b) पर्याप्त नींद
(c) बार-बार उपवास
(d) हाइड्रेशन

17. जंक फूड के अत्यधिक सेवन से कौन सी स्वास्थ्य समस्या सबसे अधिक जुड़ी हुई है?
(a) विटामिन की कमी
(b) मोटापा
(c) अनिमिया
(d) ओस्टोपोरोसिस

18. .... आहारीय एण्टीऑक्सीडेन्ट है।
(a) विटामिन A
(b) विटामिन E
(c) विटामिन C
(d) उपरोक्त सभी

19. मछली के तेल सर्वोत्तम साधन है-
(a) विटामिन A
(b) विटामिन D
(c) विटामिन A व B दोनों
(d) विटामिन K

20. निम्न में से कौन सा एक पोषक तत्त्व नहीं है?
(a) विटामिन
(b) मिनरल
(c) रेशा
(d) वसा

21. Milk, meat, egg, fish and pulses are good sources of :
(a) Carbohydrate
(b) Vitamins
(c) Protein
(d) fat

21. दूध, माँस, अण्डा, मछली और दालें अच्छे स्रोत है–
(a) कार्बोहाइड्रेट
(b) विटामिन
(c) प्रोटीन
(d) वसा

22. What is the primary aim of food preservation with in food processing?
(a) To enhance food colour
(b) To prevent spoilage and extend shelf life
(c) To increase fermentation speed
(d) To simplify packaging method

22. खाद्य प्रसंस्करण में खाद्य संरक्षण का प्राथमिक उद्देश्य क्या है?
(a) आहारीय रंग बढ़ाने में
(b) खराब होने से बचाने व शैल्फ लाइफ बढ़ाने में
(c) खमीरीकरण की गति बढ़ाने के लिए
(d) पैकेजिंग विधियों को सरल बनाने के लिए

23. Which part of egg is richest in protein and fat?
(a) Egg white
(b) Egg yolk
(c) Egg shell
(d) Whole egg

23. अण्डे का कौन सा भाग प्रोटीन व वसा से भरपूर है?
(a) अण्डे का सफेद भाग
(b) अण्डे की जर्दी
(c) अण्डे का छिलका
(d) पूरा अंडा

24. Which nutrient is primarily responsible for growth and repair of tissues?
(a) Carbohydrates
(b) Protein
(c) Fats
(d) Vitamins

24. कौन सा पोषक तत्त्व मुख्य रूप से उत्तकों की वृद्धि और मरम्मत के लिए जिममेदार है?
(a) कार्बोहाइड्रेट
(b) प्रोटीन
(c) फैट (वसा)
(d) विटामिन

25. A mineral that the body needs to work properly is ______ :
(a) Calcium
(b) Silver
(c) Gold
(d) Lead

25. शरीर को ठीक से काम करने के लिए जिस खनिज की आवश्यकता होती है वह .... है–
(a) कैल्शियम
(b) चाँदी
(c) सोना
(d) सीसा

26. Insulin is :
(a) Fat
(b) Vitamin
(c) Carbohydrate
(d) Protein

26. इन्सुलिन है–
(a) वसा
(b) विटामिन
(c) कार्बोहाइड्रेट
(d) प्रोटीन

27. The sweetest sugar among the following is :
(a) Fructose
(b) Glucose
(c) Maltose
(d) Sucrose

27. निम्न में से सबसे मीठी शर्करा है–
(a) फ्रक्टोज
(b) ग्लूकोज
(c) माल्टोज
(d) सुक्रोज

28. Which is the example of a disaccharide?
(a) Glucose
(b) Fructose
(c) Sucrose
(d) Ribose

28. डाईसैकेराइड का उदाहरण कौन–सा है?
(a) ग्लूकोज
(b) फ्रुक्टोज
(c) सुक्रोज
(d) राइबोज

29. Vitamins are _____ .
(a) Micro nutrients
(b) Macro nutrients
(c) Essential amino acids
(d) Fat

29. विटामिन्स .... है–
(a) माइक्रो न्यूट्रियंट
(b) मेक्रो न्यूट्रियंट
(c) आवश्यक अमीनो अम्ल
(d) वसा

30. 1 gm of fat yield what amount of energy?
(a) 4 kcal of energy
(b) 9 kcal of energy
(c) 7 kcal of energy
(d) 10 kcal of energy

30. 1 gm वसा से कितनी मात्रा में ऊर्जा प्राप्त होती है?
(a) 4 किलोकैलोरी ऊर्जा
(b) 9 किलोकैलोरी ऊर्जा
(c) 7 किलोकैलोरी ऊर्जा
(d) 10 किलोकैलोरी ऊर्जा

31. Nutrition is essential for :
(a) growth
(b) to promote overall health
(c) both (a) and (b)
(d) none of these

32. The disease caused by the deficiency iron is :
(a) Anaemia
(b) Desentry
(c) Chicken pox
(d) Malaria

33. The mineral which controls the functioning of thyroid is :
(a) Phosphorus
(b) Calcium
(c) Magnesium
(d) Iodine

34. _____ helps to maintain a constant body temperature in our body.
(a) Grain
(b) Vitamins
(c) Energy giving food
(d) Water

35. Rickets is caused by the deficiency of :
(a) Vitamin B
(b) Vitamin C
(c) Vitamin D
(d) Vitamin A

31. पोषण आवश्यक है-
(a) वृद्धि के लिए
(b) समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के लिए
(c) (a) और (b) दोनों
(d) इनमें से कोई नहीं

32. आयरन की कमी से होने वाला रोग हैं-
(a) अनिमिया
(b) पेचिश
(c) चिकन पॉक्स
(d) मलेरिया

33. थायरॉइड के कार्य को नियंत्रित करने वाला खनिज है-
(a) फास्फोरस
(b) कैल्शियम
(c) मैग्नीशियम
(d) आयोडीन

34. .... हमारे शरीर के तापमान को स्थिर बनाए रखने में मदद करता है-
(a) अनाज
(b) विटामिन
(c) ऊर्जा देने वाला भोजन
(d) पानी

35. रिकेट्स किसकी कमी से होता है-
(a) विटामिन B
(b) विटामिन C
(c) विटामिन D
(d) विटामिन A

36. Jaggery is a good sources of :
(a) Proteins
(b) Vitamins
(c) Carbohydrates
(d) Fats

37. Which of the following sugar provides instant energy?
(a) Lactose
(b) Cellulose
(c) Maltose
(d) Glucose

38. Which is called body building food?
(a) Protein
(b) Fats
(c) Carbohydrates
(d) All of the above

39. Citrus fruits are an excellent source of _____.
(a) Calcium
(b) Vitamin C
(c) Vitamin B
(d) Vitamin A

40. Which of the following components are major nutrients in our food?
(a) Carbohydrates
(b) Lipids and protein
(c) Vitamin and minerals
(d) All of the above

36. गुड एक अच्छा स्रोत है–
(a) प्रोटीन का
(b) विटामिन का
(c) कार्बोहाइड्रेट का
(d) वसा का

37. निम्नलिखित में कौन सी शर्करा तत्काल ऊर्जा प्रदान करती है?
(a) लैक्टोज
(b) सेल्यूलोज
(c) माल्टोज
(d) ग्लूकोज

38. शरीर निर्माण में कौन सा भोजन उपर्युक्त है?
(a) प्रोटीन
(b) वसा
(c) कार्बोहाइड्रेट
(d) उपरोक्त सभी

39. खट्टे फल .... का एक उत्कृष्ट स्रोत है।
(a) कैल्शियम
(b) विटामिन C
(c) विटामिन B
(d) विटामिन A

40. निम्नलिखित में से कौन से घटक हमारे भोजन में प्रमुख पोषक तत्त्व है?
(a) कार्बोहाइड्रेट
(b) लिपिड और प्रोटीन
(c) विटामिन और खनिज
(d) उपरोक्त सभी

41. Which of the following food components is rich in fat?

(a) Rice and maize

(b) Milk, egg and beans

(c) Butter, cheese and oil

(d) None of the above

41. निम्नलिखित में से कौन से खाद्य घटक में वसा प्रचुर मात्रा में है?

(a) चावल और मक्का

(b) दूध अंडा और सेम

(c) मक्खन, पनीर और तेल

(d) उपरोक्त में से कोई नहीं

42. Night blindness is caused by the deficiency of :

(a) Vitamin C

(b) Vitamin K

(c) Vitamin A

(d) Vitamin D

42. रतौंधी रोग किसकी कमी से होता है-

(a) विटामिन C

(b) विटामिन K

(c) विटामिन A

(d) विटामिन D

43. What does a junk food contains?

(a) Lot of fat

(b) Lot of salt

(c) Lot of sugar

(d) All of the above

43. जंक फूड में क्या होता है?

(a) बहुत अधिक वसा

(b) बहुत अधिक नमक

(c) बहुत अधिक चीनी

(d) उपरोक्त सभी

44. Which vitamin is destroyed during heating?

(a) Vitamin C

(b) Vitamin K

(c) Vitamin A

(d) Vitamin D

44. कौन सा विटामिन गर्म करने पर नष्ट हो जाता है?

(a) विटामिन C

(b) विटामिन K

(c) विटामिन A

(d) विटामिन D

45. Canning, dehydration and picking are methods of _____ food.

(a) Preserving

(b) Cooking

(c) Garnishing

(d) None of these

45. डिब्बाबन्दी, निर्जलीकरण और अचार बनाना भोजन .... की विधियाँ है।

(a) संरक्षण

(b) खाना पकाना

(c) सजावट

(d) इनमें से कोई नहीं

46. Vitamins and minerals are :
(a) Body building food
(b) Energy giving food
(c) Protective food
(d) None of these

47. _____ is essential for farming hemoglobin in the blood.
(a) Calcium
(b) Iron
(c) Phosphorus
(d) Magnesium

48. Fat is completely digested in the :
(a) Stomach
(b) Mouth
(c) Small intestine
(d) Large intestine

49. A diet which is rich in all the important nutrient is called :
(a) Rich diet
(b) Complete diet
(c) Balance diet
(d) Diet

50. Which of the following is a highly rich source of protein?
(a) Rice
(b) Wheat
(c) Soyabean
(d) Potato

46. विटामिन और खनिज है–
(a) बॉडी बिल्डिंग फूड
(b) ऊर्जा देने वाला भोजन
(c) सुरक्षात्मक भोजन
(d) इनमें से कोई नहीं

47. रक्त में हीमोग्लोबिन बनाने के लिए .... आवश्यक है।
(a) कैल्शियम
(b) आयरन
(c) फॉस्फोरस
(d) मैग्नीशियम

48. वसा का पूर्ण पाचन होता है–
(a) पेट
(b) मुँह
(c) छोटी आँत
(d) बड़ी आँत

49. वह आहार जो सभी महत्त्वपूर्ण तत्वों से भरभूर होता है, कहलाता है–
(a) समृद्ध आहार
(b) सम्पूर्ण आहार
(c) संतुलित आहार
(d) आहार

50. निम्नलिखित में से किसमें अत्यधिक मात्रा में प्रोटीन पाया जाता है?
(a) चावल
(b) गेहूँ
(c) सोयाबीन
(d) आलू

B.A./B.Sc./B.Com. (Semester-I) Examination, 2024-25

(For Regular & NC)

HOME SCIENCE

Paper Code : MDC-HOM-63T-101

Basic Nutrition for Healthy Life Style

Section – B (खण्ड – ब)

GENERAL INSTRUCTIONS (सामान्य निर्देश)

(i) No supplementary answer-book will be given to any candidate. Hence the candidate should write the answer precisely in the Main answer-book only.
किसी भी परीक्षार्थी को पूरक उत्तर–पुस्तिका नहीं दी जायेगी। अत: परीक्षार्थियों को चाहिये कि वे मुख्य उत्तर–पुस्तिका में ही समस्त प्रश्नों का उत्तर लिखें।

(ii) In Section - B there are 4 questions with internal choice the candidates are required to attempt all questions, each question carries 10 marks for regular students and 12.5 marks for non-collegiate students.
खण्ड–ब में कुल 4 प्रश्न (आंतरिक विकल्प सहित) हैं परीक्षार्थी को सभी प्रश्न करने हैं। प्रत्येक प्रश्न नियमित परीक्षार्थी के लिए 10 अंक का है एवं स्वयंपाठी परीक्षार्थी के लिए 12.5 अंक का है।

(iii) Make sure that your question booklet has all the 50 questions in Section - A and 4 questions in Section-B. Defection Booklet can be changed within 10 minutes.
प्रश्न–पुस्तिका में सभी खण्ड–अ में 50 प्रश्न एवं खण्ड–ब में 4 प्रश्न छपे हैं, इसकी जाँच कीजिए। त्रुटिपूर्ण पुस्तिका को 10 मिनट में बदलवाया जा सकता है।

(iv) If there is any difference in English and Hindi version, the English version will be considered authentic.
यदि प्रश्न के हिन्दी एवं अंग्रेजी रूपान्तरण में कोई अन्तर हो तो अंग्रेजी रूपान्तरण को ही सही माना जाये।

Section – B (खण्ड – ब)

1. (a) What is nutrition. 2/2.?

पोषण किसे कहते हैं?

(b) Importance of nutrition for health. 3/4

स्वास्थ्य के लिए पोषण का महत्व बताइए।

(c) Define balance diet. Discuss its various factors. 5/6

सन्तुलित आहार को परिभाषित कीजिए। इसके विभिन्न घटकों की विवेचना कीजिए।

अथवा/Or

(a) Define food. 2/2.5

आहार को परिभाषित कीजिए।

(b) Discuss about basic food groups. 3/4

आधारभूत भोज्य समूहों के बारे में बताइए।

(c) What do you understand by the fact that food pyramid? Explain in detail. 5/6

खाद्य पिरामिड से आप क्या समझते है? विस्तार से समझाइए।

2. (a) Define pellagra. 2/2.5

पेलाग्रा क्या है?

(b) Write in brief about the classification of the vitamin. 3/4

विटामिन का वर्गीकरण बताइए।

(c) Classify and explain the importance of different types of vegetables. What point should be considered while selection of vegetables? 5/6

विभिन्न प्रकार की सब्जियों को वर्गीकृत करते हुए उनका महत्त्व बताइए। सब्जियों को चयन करते समय किन बातों का ध्यान रखा जाना चाहिए?

अथवा/Or

(a) What is rancidity? 2/2.5

रेन्सिडिटी क्या है?

(b) Functions of vitamin 'A'. 3/4

विटामिन 'A' के कार्य लिखिए।

(c) Explain the symptoms and treatment of iron deficiency. 5/6

आयरन की कमी के लक्षण और उपचार बताइए।

3. (a) Define antioxidant. 2/2.5

एन्टीऑक्सीडेन्ट को परिभाषित कीजिए।

(b) What are the functions of Calcium. 3/4

कैल्शियम के कार्य बताइए।

(c) Give the composition of eggs and describe its processing. 5/6

अण्डे की संरचना व इसके प्रसंस्करण का वर्णन कीजिए।

अथवा/Or

(a) Nutritional value of pulse. 2/2.5

दालों का पोषणीय मान।

(b) Explain the importance of eating fruits and vegetables. 3/4

फल सब्जियों का हमारे आहार में महत्त्व बताइए।

(c) Write down the sources of functions of protein. 5/6

प्रोटीन के कार्यों व स्रोतों का वर्णन कीजिए।

4. (a) Processed food. 2/2.5

खाद्य प्रसंस्करण।

(b) Types of fat rancidity. 3/4

वसा की विकृतगंधिता के प्रकार बताइए।

(c) Discuss the characteristics, food sources and functions of Vitamin C in detail. 5/6

विटामिन 'C' की विशेषताएँ, स्रोतों व कार्यों का वर्णन कीजिए।

अथवा/Or

8. (a) Define Osteoporosis. 2/2.5

ऑस्टोपोरोसिस को परिभाषित कीजिए।

(b) Write in short about milk and milk products. 3/4

दूध व दूध से बने पदार्थों के बारे में संक्षिप्त में लिखिए।

(c) What is Junk food? Explain the harmful effect of junk food. 5/6

जंक फूड क्या है? जंक फूड के हानिकारक प्रभाव बताइए।