

**DEPARTMENTAL EXAMINATIONS (COMPUTER BASED TEST)****Name of the Test:**Social Welfare Departmental Examination  
Paper -II- Nutrition (With Books)

174

Maximum Time: 2.30 Hour

Maximum Marks: 100

**IMPORTANT INSTRUCTIONS****OBJECTIVE TYPE**

கொள்குறி வகை வினாத்தாள்

**Read the following instructions carefully before beginning to answer the questions.**

வினாக்களுக்கு விடையளிக்கத் தொடங்கும் முன்பு கீழ்க்கண்ட அறிவுரைகளைக் கவனமாகப் படிக்கவும்.

1. This computer based Test contains 100 number of questions in objective Type.

இந்தக் கணினி வழித் தேர்வானது, 100 கொள்குறி வகையிலான வினாக்களைக் கொண்டது.

2. Answer all questions. Each question carries one mark

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்கவும் ஒவ்வொரு வினாவும் ஒரு மதிப்பெண் உடையது.

- 3 In case of doubt, English version is the Final.

வினாக்களில் சந்தேகம் இருப்பின் ஆங்கில வடிவில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள வினாக்களே இறுதியானது.

4. Words of masculine gender in these questions shall, where the context so require, be taken to include feminine gender.

இந்த வினாக்களில் இடம் பெற்றுள்ள ஆண் பாலினத்தவரின் வார்த்தைகளில் தேவைப்படின், சூழலுக்கேற்ப பெண் பாலினத்தவரின் வார்த்தைகளும் அடங்கும்.

5. Before answering the questions in CBT, candidates should read the following instructions displayed in the monitor:

விண்ணப்பதாரர்கள் கணினி வழித் தேர்விற்கு விடையளிக்கத் தொடங்கும் முன் கணினியின் திரையில் தோன்றும் அறிவுரைகளை கவனமாகப் படிக்கவும்.

- a) One question will be displayed on the screen at a time.

ஒரே நேரத்தில் ஒரு வினா மட்டுமே கணினித் திரையில் தோன்றும்.

- b) Time available for you to complete the examination will be displayed through a countdown timer in the top right-hand corner of the screen. It will display

1. Each gram of protein yields \_\_\_\_\_ kilo calories.  
ஒரு கிராம் புரதம் \_\_\_\_\_ கிலோ கலோரிகளை கொடுக்கிறது.
- (A) 4 (B) 3  
(C) 6 (D) 5
2. I.Q means  
ஐ.கியூ என்பது
- (A) Intellectual ability quota அறிவுத்திறன் கோட்டா  
(B) Intelligence Quota அறிவு ஜீவிக்கோட்டா  
(C) Intelligence Quotient நுண்ணறிவு ஈவு  
(D) Information Quotient தகவல் ஈவு
3. Dysgeusia and Hypogeusia is due to deficiency of \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ குறைபட்டால் டிஸ்ஜிஸ்யா மற்றும் ஹைப்போஜிஸ்யா ஏற்படுகிறது.
- (A) Calcium கால்சியம்  
(B) Zinc துத்தநாகம்  
(C) Vitamin 'E' உயிர்ச்சத்து 'E'  
(D) Phosphorus பாஸ்பரஸ்
4. \_\_\_\_\_ contain the Goitrogens.  
\_\_\_\_\_ இல் காய்ட்டோரோஜென்ஸ் உள்ளது.
- (A) Cauliflower காலிபிளவர்  
(B) Carrot கேரட்  
(C) Onion வெங்காயம்  
(D) Beetroot பீட்ரூட்
5. \_\_\_\_\_ contains lesser iron.  
\_\_\_\_\_ இல் இரும்புச்சத்து குறைவாக உள்ளது.
- (A) Green leafy vegetables பச்சை இலை காய்கறிகள்  
(B) Liver ஈரல்  
(C) Jaggery வெல்லம்  
(D) Milk பால்

6. \_\_\_\_\_ take liberally in the daily diet.  
தினசரி உணவில் தாராளமாக சேர்த்து கொள்ள வேண்டியவை
- (A) Dhal  
பருப்பு
- (B) Cereals  
தானியங்கள்
- (C) Animal Foods  
விலங்கு உணவுகள்
- (D) Greens, Vegetables and Fruits  
கீரைகள், காய்கறிகள் மற்றும் பழங்கள்
7. \_\_\_\_\_ is necessary for Blood clotting.  
இரத்தம் உறைதலுக்கு \_\_\_\_\_ தேவைப்படுகிறது.
- (A) Vitamin 'A'  
உயிர்ச்சத்து 'A'
- (B) Vitamin 'C'  
உயிர்ச்சத்து 'C'
- (C) Vitamin 'B'  
உயிர்ச்சத்து 'B'
- (D) Vitamin 'E'  
உயிர்ச்சத்து 'E'
8. Stunting means  
குள்ளத்தன்மை என்பது
- (A) Low weight for height  
உயரத்திற்கு ஏற்ற எடையின்மை
- (B) Low height for age  
வயதுக்கு ஏற்ற உயரம் இல்லாமை
- (C) Low weight for age  
வயதுக்கு ஏற்ற எடையின்மை
- (D) Under weight  
எடை குறைவு
9. Rice is rich in \_\_\_\_\_ nutrient.  
அரிசியில் காணப்படும் அதிகமான ஊட்டச்சத்து
- (A) Protein  
புரதச்சத்து
- (B) Carbohydrate  
கார்போஹைட்ரேடு
- (C) Fats  
கொழுப்புச்சத்து
- (D) Vitamin  
உயிர்ச்சத்துக்கள்
10. \_\_\_\_\_ Vitamin is got from the sunlight.  
\_\_\_\_\_ உயிர்ச்சத்து சூரிய ஒளியில் இருந்து கிடைக்கிறது.
- (A) C
- (B) D
- (C) E
- (D) K

11. All of the following are needed for strong bones except  
கீழே கொடுப்பட்டவைகளில் \_\_\_\_\_ தவிர அனைத்தும் உறுதியான எலும்பிற்கு தேவையானவை.
- (A) Thiamine  
தயாமின்
- (B) Calcium  
கால்சியம்
- (C) Magnesium  
மெக்னீசியம்
- (D) Vitamin 'D'  
உயிர்ச்சத்து 'D'
12. Fruits and vegetables are rich in \_\_\_\_\_ nutrient.  
காய்கறி, பழங்களில் அதிகமாக காணப்படும் ஊட்டச்சத்து
- (A) Protein  
புரதம்
- (B) Vitamin and Minerals  
உயிர்ச்சத்து மற்றும் தாது உப்புகள்
- (C) Saturated Fat  
நிறைவுற்ற கொழுப்பு
- (D) Unsaturated fat  
நிறைவுறா கொழுப்பு
13. This nutrient is needed for making hormones, healthier skin to make cell membranes.  
ஹார்மோன்கள், ஆரோக்கியமான தோல் மற்றும் செல் சவ்வு உற்பத்தியாவதற்கு தேவையான ஊட்டச்சத்து
- (A) Fat  
கொழுப்பு
- (B) Carbohydrate  
கார்போஹைட்ரேட்
- (C) Fibre  
நார்ச்சத்து
- (D) Vitamin B<sub>12</sub>  
உயிர்ச்சத்து B<sub>12</sub>
14. \_\_\_\_\_ nutrient is essential for a healthy immune system and strong connective tissue.  
ஆரோக்கியமான நோய் எதிர்ப்பு மற்றும் உறுதியான இணைப்பு திசுவிற்கு அத்தியாவசியமான ஊட்டச்சத்து
- (A) Fiber  
நார்ச்சத்து
- (B) Vitamin 'K'  
உயிர்ச்சத்து 'K'
- (C) Vitamin 'C'  
உயிர்ச்சத்து 'C'
- (D) Fluoride  
ப்ளோரைடு

15. Iodine Rich Food is  
அயோடின் நிறைந்த உணவுப்பொருள்
- (A) Sea foods  
கடல் உணவுகள்
- (B) Banana  
வாழைப்பழம்
- (C) Rice  
அரிசி
- (D) Dhall  
பருப்பு
16. Vitamin \_\_\_\_\_ increases due to the germination of cereals.  
தானியங்களை முளை கட்டுவதால் \_\_\_\_\_ உயிர்ச்சத்துகள் அதிகரிக்கிறது.
- (A) E and K  
E மற்றும் K
- (B) A and D  
A மற்றும் D
- (C) B and C  
B மற்றும் C
- (D) A and B  
A மற்றும் B
17. After completion of 9 months \_\_\_\_\_ immunization given to children.  
9 மாதம் முடிந்தவுடன் குழந்தைகளுக்கு வழங்கப்படும் தடுப்பூசி
- (A) BCG  
பிசிஜி
- (B) TT  
டிடி
- (C) Measles  
தட்டம்மை
- (D) DPT  
டிபிடி
18. International Iodine deficiency day is on  
உலகளாவிய அயோடின் குறை நோய்க்கான தினம் \_\_\_\_\_ ஆகும்.
- (A) 21<sup>st</sup> October  
அக்டோபர் 21
- (B) 20<sup>th</sup> November  
நவம்பர் 20
- (C) 1<sup>st</sup> September  
செப்டம்பர் 1
- (D) 15<sup>th</sup> October  
அக்டோபர் 15
19. \_\_\_\_\_ is a Monosaccharide.  
\_\_\_\_\_ ஒரு மோனோசாக்கிரைடு அல்லது ஒற்றை சர்க்கரை.
- (A) Sucrose  
சுக்ரோஸ்
- (B) Lactose  
லேக்டோஸ்
- (C) Cellulose  
செல்லுலோஸ்
- (D) Glucose  
குளுக்கோஸ்

20. \_\_\_\_\_ is a incomplete protein.  
\_\_\_\_\_ ஒரு முழுமையற்ற புரதம்.

- (A) Meat  
இறைச்சி  
(C) Wheat  
கோதுமை

- (B) Dhal  
பருப்பு  
(D) ~~Jelatin~~  
ஜெலட்டின்

21. \_\_\_\_\_ is rich in Vitamin 'C'.  
உயிர்ச்சத்து 'C' அதிக அளவில் \_\_\_\_\_ ல் உள்ளது.

- (A) ~~Orange~~  
ஆரஞ்சு  
(C) Dhal  
பருப்பு

- (B) Banana  
வாழைப்பழம்  
(D) Carrot  
கேரட்

22. Colostrum is rich in \_\_\_\_\_ vitamin.  
சீம்பாலில் உயிர்ச்சத்து \_\_\_\_\_ அதிக அளவில் உள்ளது.

- (A) E  
(C) D

- (B) ~~A~~  
(D) C

23. Cyanocobalamin is another name for  
\_\_\_\_\_ வேறு பெயர் சைனோகோபாலமின் ஆகும்.

- (A) Iron  
இரும்பு

- (C) ~~Vitamin 'B<sub>12</sub>'~~  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>12</sub>'

- (B) Vitamin 'B<sub>1</sub>'  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>1</sub>'

- (D) Vitamin 'B<sub>2</sub>'  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>2</sub>'

24. Fat in the Childs food fulfill the \_\_\_\_\_ requirement.  
குழந்தைகளின் உணவில் உள்ள கொழுப்புச்சத்து \_\_\_\_\_ தேவையை பூர்த்தி செய்கிறது.

- (A) Minerals  
தாது உப்புகள்

- (C) Amino acids  
அமினோ அமிலங்கள்

- (B) Vitamins  
உயிர்ச்சத்துக்கள்

- (D) ~~Essential fatty Acids~~  
இன்றியமையாத கொழுப்பு அமிலங்கள்

25. Water soluble Vitamin is  
நீரில் கரையும் உயிர்ச்சத்து

(A) 'D' Vitamin  
'D' உயிர்ச்சத்து

(C) 'A' Vitamin  
'A' உயிர்ச்சத்து

(B) 'K' Vitamin  
'K' உயிர்ச்சத்து

(D) 'C' Vitamin  
'C' உயிர்ச்சத்து

26. Angular stomatitis is occurs due to the deficiency of  
மைனா வாய் ————— குறைபாட்டினால் ஏற்படுகிறது.

(A) Riboflavin  
ரிபோப்ளேவின்

(C) Calcium  
சுண்ணாம்பு சத்து

(B) Iron  
இரும்பு சத்து

(D) Vitamin 'D'  
உயிர்ச்சத்து 'D'

27. ————— occurs due to the deficiency of Thiamine.  
தயாமின் குறைபாட்டால் ————— ஏற்படுகிறது.

(A) Anemia  
இரத்தசோகை

(C) Dermatitis  
தோல் அழற்சி

(B) Beri Beri  
பெரி-பெரி

(D) Scurvy  
ஸ்கர்வி

28. ————— is the chemical name for Vitamin 'C'.  
வைட்டமின் 'C' இன் வேதியியல் பெயர்

(A) Acetic Acid  
அசி்டிக் அமிலம்

(C) Niacin  
நியாசின்

(B) Folic Acid  
போலிக் அமிலம்

(D) Ascorbic Acid  
அஸ்கார்பிக் அமிலம்

29. ————— is the another name for Vitamin "B<sub>6</sub>".  
வைட்டமின் "B<sub>6</sub>" இன் வேறு பெயர்

(A) Pyridoxine  
பைரிடாக்சின்

(C) Niacin  
நியாசின்

(B) Riboflavin  
ரிபோப்ளேவின்

(D) Thiamine  
தயாமின்

30. Haemoglobin is present in \_\_\_\_\_ of the blood.  
ஹீமோகுளோபின் இரத்தத்தில் உள்ள \_\_\_\_\_ இல் உள்ளது.
- (A)  Red blood cells  
இரத்த சிவப்பணுக்கள்
- (B) White blood cells  
இரத்த வெள்ளை அணுக்கள்
- (C) Platelets  
ப்ளேட்லெட்ஸ்
- (D) Lymph  
நிணநீர்
31. \_\_\_\_\_ is continuously given to children during illness.  
குழந்தைகள் நோய்வாய் படும்பொழுது \_\_\_\_\_ தொடர்ந்து கொடுக்கலாம்.
- (A) All foods  
அனைத்து உணவுகள்
- (B) Fruits  
பழங்கள்
- (C) Green  
கீரைகள்
- (D)  Breast Milk  
தாய்ப்பால்
32. The name of the foods which help to increase the milk secretion  
பால் உற்பத்திக்கு உதவும் உணவுகளின் பெயர்
- (A)  Galactococcus  
கேலக்டோகாக்கஸ்
- (B) Lactose  
லேக்டோஸ்
- (C) Lactase  
லேக்டேஸ்
- (D) Goitrogens  
காய்ட்ரோஜன்ஸ்
33. \_\_\_\_\_ is called as father of Nutrition.  
\_\_\_\_\_ ஊட்டச்சத்தின் தந்தை என அழைக்கப்படுகிறார்.
- (A) Julius Mayer  
ஜூலியஸ் மேயர்
- (B)  Antonie Lavoisier  
ஆன்டோனி லோவியோசியர்
- (C) Hippocrates  
ஹிப்போகிரேட்ஸ்
- (D) J.T. Silbermans  
ஜே.டி. ஷில்பர்மேன்ஸ்
34. \_\_\_\_\_ is a Millet.  
\_\_\_\_\_ ஒரு சிறுதானியம்.
- (A)  Ragi  
கேழ்வரகு
- (B) Rice  
அரிசி
- (C) Wheat  
கோதுமை
- (D) Dhal  
பருப்பு

35. \_\_\_\_\_ Tablet is given to pregnant women to prevent Anemia.  
கர்ப்பிணிகளுக்கு இரத்த சோகை வராமல் தடுப்பதற்கு \_\_\_\_\_ மாத்திரை வழங்கப்படுகிறது.
- (A) Vitamin 'B'  
உயிர்ச்சத்து 'B'
- (B) IFA  
இரும்பு, போலிக் அமிலம்
- (C) Zinc  
துத்தநாகம்
- (D) Calcium  
சுண்ணாம்பு
36. \_\_\_\_\_ is the normal level of Haemoglobin in 100 ml blood for pregnant mother.  
கர்ப்பிணிகளுக்கு 100 மி.லி. இரத்தத்தில் இயல்பாக இருக்க வேண்டிய ஹீமோகுளோபின் \_\_\_\_\_ ஆகும்.
- (A) 11 to 12 grams  
11 முதல் 12 கிராம்கள்
- (B) 5 to 8 grams  
5 முதல் 8 கிராம்கள்
- (C) 20 to 25 grams  
20 முதல் 25 கிராம்கள்
- (D) 16 to 20 grams  
16 முதல் 20 கிராம்கள்
37. Janani Suraksha Yojana Scheme is for  
ஜனனி சுரக்ஷா யோஜனா திட்டம் \_\_\_\_\_ ஆக உள்ளது.
- (A) Adolescent girl  
வளர் இளம் மகளிருக்கு
- (B) School going children  
பள்ளி செல்லும் குழந்தைகளுக்கு
- (C) Children  
குழந்தைகளுக்கு
- (D) Pregnant mother  
கர்ப்பிணி தாய்க்கு
38. Breast milk contains more than 80% of  
தாய்ப்பாலில் 80 சதவீதத்திற்கு அதிகமாக \_\_\_\_\_ உள்ளது.
- (A) Protein  
புரதம்
- (B) Water  
நீர்
- (C) Lactose  
லேக்டோஸ்
- (D) Fat  
கொழுப்பு

39. \_\_\_\_\_ Nutrients present in the Iron tablet given for the Adolescent girls.  
வளர் இளம் பெண்களுக்கு வழங்கப்படும் இரும்புச்சத்து மாத்திரைகளில் \_\_\_\_\_  
ஊட்டச்சத்துகள் உள்ளன.
- (A) Iron and iodine  
இரும்பு மற்றும் அயோடின்
- (B) Iron and Folic Acid  
இரும்பு மற்றும் போலிக் அமிலம்
- (C) Iron and Zinc  
இரும்பு மற்றும் துத்தநாகம்
- (D) Iron and Calcium  
இரும்பு மற்றும் சுண்ணாம்பு
40. \_\_\_\_\_ micro grams is the one day requirement of Iodine for pregnant and  
Lactating Mothers.  
கர்ப்பிணி மற்றும் பாலூட்டும் தாய்மார்களுக்கு ஒரு நாளைக்கு தேவையான அயோடின் சத்து  
\_\_\_\_\_ மைக்ரோ கிராம்கள்.
- (A) 50  
50
- (B) 100  
100
- (C) 200 to 250  
200 முதல் 250
- (D) 300  
300
41. Protein Energy Malnutrition leads to \_\_\_\_\_ in children.  
புரதம் சக்தி ஊட்டச்சத்து பற்றாக்குறை குழந்தைகளிடம் \_\_\_\_\_ ஐ உண்டாக்குகிறது.
- (A) Marasmus  
மாரஸ்மஸ்
- (B) Scurvy  
ஸ்கர்வி
- (C) Osteoporosis  
ஆஸ்டியோபோரலிஸ்
- (D) Night Blindness  
மாலை கண் நோய்
42. Kangaroo mother care is a special method to care of \_\_\_\_\_ babies.  
கங்காரு பராமரிப்பு என்பது \_\_\_\_\_ குழந்தைகளை பராமரிக்கும் ஒரு சிறப்பான  
முறையாகும்.
- (A) Low birth weight  
பிறப்பு எடை குறைவான
- (B) Normal  
இயல்பான
- (C) Obese  
பருமனான
- (D) Over weight  
அதிக எடை

43. \_\_\_\_\_ is the one day requirement of Iron for Pregnant Mother.  
கர்ப்பிணிக்கு ஒரு நாளைக்கு தேவையான இரும்புச்சத்து
- (A) 27 mg  
27 மி.கி
- (B) 50 mg  
50 மி.கி
- (C) 60 mg  
60 மி.கி
- (D) 15 mg  
15 மி.கி
44. BMI \_\_\_\_\_ is normal.  
இயல்பு நிலை உடல் நிறை குறியீட்டு எண் \_\_\_\_\_ ஆகும்.
- (A) Below 18.5  
18.5-க்கு கீழ்
- (B) Above 30  
30-க்கு மேல்
- (C) Between 18.5 to 24.9  
18.5 முதல் 24.9 வரை
- (D) Above 25  
25-க்கு மேல்
45. Megaloblastic Anemia is due to the deficiency of  
மெகலோபிளாஸ்டிக் இரத்த சோகை \_\_\_\_\_ குறைவதால் ஏற்படுத்துகிறது.
- (A) Zinc  
துத்துநாகம்
- (B) Vitamin 'A'  
உயிர்ச்சத்து 'A'
- (C) Vitamin 'B<sub>6</sub>'  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>6</sub>'
- (D) Vitamin 'B<sub>12</sub>'  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>12</sub>'
46. Vitamin 'D' is required for \_\_\_\_\_ absorption in the intestine.  
\_\_\_\_\_ குடலில் உறிஞ்சப்படுவதற்கு உயிர்ச்சத்து 'D' தேவைப்படுகிறது.
- (A) Calcium  
சுண்ணாம்பு
- (B) Zinc  
துத்தநாகம்
- (C) Iodine  
அயோடின்
- (D) Iron  
இரும்பு
47. The \_\_\_\_\_ is a unit of energy.  
ஆற்றலின் அலகு \_\_\_\_\_ ஆகும்.
- (A) Gram  
கிராம்
- (B) Kilogram  
கிலோகிராம்
- (C) Litre  
லிட்டர்
- (D) Calorie  
கலோரி

48. \_\_\_\_\_ are the food materials inhibit the absorption iron in the body.  
இரும்புச்சத்து உடலில் உட்கிரகிக்கப்படுவதை தடுக்கும் உணவுப் பொருட்கள்

- (A)  Tea and Coffee  
தேனீர் மற்றும் காபி
- (B) Guava and Lemon  
கொய்யா மற்றும் எலுமிச்சை
- (C) Greens and Amla  
கீரைகள் மற்றும் நெல்லி
- (D) Jaggery  
வெல்லம்

49. Which of the following greens has the highest amount of Vitamin 'A'?  
பின்வரும் கீரைகளில் அதிக அளவு உயிர்ச்சத்து 'A' உள்ளது

- (A) Curry leaves  
கருவேப்பிலை
- (B)  Drumstick leaves  
முருங்கை கீரை
- (C) Fenugreek leaves  
வெந்தயகீரை
- (D) Coriander leaves  
கொத்தமல்லி கீரை

50. \_\_\_\_\_ is the one day requirement of Protein for Lactating Mother.  
பாலூட்டும் தாய்க்கு ஒரு நாளைக்கு தேவையான புரதச்சத்து

- (A)  75 grams  
75 கிராம்கள்
- (B) 50 grams  
50 கிராம்கள்
- (C) 40 grams  
40 கிராம்கள்
- (D) 150 grams  
150 கிராம்கள்

51. \_\_\_\_\_ food at the basement level of pyramid.  
உணவு பிரமிட்டின் அடிதளத்தில் உள்ள உணவு

- (A) Fruits  
பழங்கள்
- (B) Sugar  
சர்க்கரை
- (C) Meat  
இறைச்சி
- (D)  Cereals and Dhals  
தானியங்கள் மற்றும் பருப்புகள்

52. \_\_\_\_\_ Mineral is necessary for Blood clotting.  
இரத்த உறைதலுக்கு தேவையான தாது உப்பு

- (A) Iron  
இரும்பு
- (B)  Calcium  
சுண்ணாம்பு
- (C) Zinc  
துத்தநாகம்
- (D) Phosphorous  
பாஸ்பரஸ்

53. \_\_\_\_\_ Vitamin is an essential nutrient required for healthy bones and teeth.  
ஆரோக்கியமான எலும்புகள் மற்றும் பற்களுக்கு தேவையான இன்றியமையாத ஊட்டச்சத்து  
\_\_\_\_\_ வைட்டமின் ஆகும்.
- (A) E (B) A  
(C) B (D) C
54. \_\_\_\_\_ Nutrient is important for the development of the spine and brain of a fetus.  
கருவில் உள்ள சிசுவின் முதுகெலும்பு மற்றும் மூளை வளர்ச்சிக்கு \_\_\_\_\_ ஊட்டச்சத்து  
முக்கியமானதாகும்.
- (A) Vitamin 'K' (B) Vitamin 'A'  
உயிர்ச்சத்து 'K' உயிர்ச்சத்து 'A'  
(C) Folic acid (D) Vitamin 'C'  
போலிக் அமிலம் உயிர்ச்சத்து 'C'
55. Pernicious Anemia occurs due to the deficiency of  
பெரினிசியஸ் இரத்தசோகை \_\_\_\_\_ குறைபாட்டால் ஏற்படுகிறது.
- (A) Iron (B) Vitamin 'B<sub>1</sub>'  
இரும்பு சத்து உயிர்ச்சத்து 'B<sub>1</sub>'  
(C) Cyanocobalamin (D) Vitamin 'B<sub>2</sub>'  
சைனோகோபாலமின் உயிர்ச்சத்து 'B<sub>2</sub>'
56. \_\_\_\_\_ hormone stimulates the Breast Milk secretion.  
தாய்ப்பால் சுரப்பதை \_\_\_\_\_ என்ற உட்குரப்பு நீர் தூண்டுகிறது.
- (A) Estrogen (B) Prolactin  
எஸ்டோரோஜன் புரோலேக்டின்  
(C) Progesterone (D) Oxitoxacin  
புரோஜெஸ்ட்டிரோன் ஆக்ஸிடாக்சின்
57. \_\_\_\_\_ is the best method of cooking.  
சிறந்த சமையல் முறை
- (A) Frying (B) Boiling  
பொரித்தல் கொதித்தல்  
(C) Steaming (D) Roasting  
ஆவியில் வேக வைத்தல் வறுத்தல்

58. Iron rich food is \_\_\_\_\_  
இரும்புச்சத்து நிறைந்த உணவுப்பொருள்

(A) Greens  
கீரைகள்

(B) Banana  
வாழைப்பழம்

(C) Guava  
கொய்யா

(D) Rice  
அரிசி

59. Night Blindness is due to \_\_\_\_\_ deficiency.  
மாலை கண் நோய் \_\_\_\_\_ குறைபாட்டால் ஏற்படுகிறது.

(A) Vitamin 'C'  
உயிர்ச்சத்து 'C'

(B) Vitamin 'D'  
உயிர்ச்சத்து 'D'

(C) Vitamin 'A'  
உயிர்ச்சத்து 'A'

(D) Vitamin 'E'  
உயிர்ச்சத்து 'E'

60. Fat soluble Vitamin is  
கொழுப்பில் கரையும் உயிர்ச்சத்து

(A) Vitamin 'B<sub>12</sub>'  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>12</sub>'

(B) Vitamin 'C'  
உயிர்ச்சத்து 'C'

(C) Vitamin 'E'  
உயிர்ச்சத்து 'E'

(D) Vitamin 'B<sub>6</sub>'  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>6</sub>'

61. Each gram of fat yields \_\_\_\_\_ Kilo calories.  
ஒரு கிராம் கொழுப்பு \_\_\_\_\_ கிலோ கலோரிகளை கொடுக்கிறது.

(A) 4  
(C) 5

(B) 9  
(D) 7

62. Amla fruit is rich in  
நெல்லிக்கனியில் நிறைந்துள்ள சத்து

(A) Vitamin 'C'  
உயிர்ச்சத்து 'C'

(B) Vitamin 'E'  
உயிர்ச்சத்து 'E'

(C) Vitamin 'B'  
உயிர்ச்சத்து 'B'

(D) Vitamin 'K'  
உயிர்ச்சத்து 'K'

63. Iron requirement for a lactating mother is \_\_\_\_\_ per day.  
பாலூட்டும் தாய்க்கு ஒரு நாளைக்கு தேவையான இரும்பு சத்து

- (A) 50 mg  
50 மி.கி
- (B) 30 mg  
30 மி.கி
- (C) 40 mg  
40 மி.கி
- (D) 60 mg  
60 மி.கி

64. \_\_\_\_\_ of Calcium is needed for a day during adolescence.  
வளர் இளம் பருவத்தில் ஒரு நாளைக்கு தேவைப்படும் சுண்ணாம்பு சத்தின் அளவு

- (A) 520 – 600 mg  
520 – 600 மி.கி
- (B) 600 – 800 mg  
600 – 800 மி.கி
- (C) 300 – 400 mg  
300 – 400 மி.கி
- (D) 450 – 500 mg  
450 – 500 மி.கி

65. LBW means  
குறைந்த பிறப்பு எடை என்பது

- (A) Below 3 kg  
3.000 கி.கிராமுக்கு குறைவு
- (B) Below 2.500 kg  
2.500 கி.கிராமுக்கு குறைவு
- (C) Below 2 kg  
2.000 கி.கிராமுக்கு குறைவு
- (D) Below 1.000 kg  
1.000 கி.கிராமுக்கு குறைவு

66. Intelligence Quotient for a Normal Child is  
ஒரு சராசரி குழந்தைக்கு இருக்க வேண்டிய நுண்ணறிவு ஈ.வு (I.Q)

- (A) 90 to 110  
90 முதல் 110 வரை
- (B) 100 to 120  
100 முதல் 120 வரை
- (C) 60 to 80  
60 முதல் 80 வரை
- (D) 130 to 150  
130 முதல் 150 வரை

67. \_\_\_\_\_ bones are present during the Birth of a Child.  
குழந்தை பிறக்கும் பொழுது \_\_\_\_\_ எலும்புகள் இருக்கும்.

- (A) 206
- (B) 270
- (C) 210
- (D) 260

68. Adolescent period means \_\_\_\_\_ years of age.  
வளர்இளம் பருவத்தினார் \_\_\_\_\_ வயது வரை உள்ளவர்கள்.
- (A) 11 to 19  
11 முதல் 19
- (B) 10 to 19  
10 முதல் 19
- (C) 12 to 19  
12 முதல் 19
- (D) 9 to 19  
9 முதல் 19
69. Mouth ulcer occurs due to \_\_\_\_\_ deficiency.  
வாய்ப்புண் \_\_\_\_\_ குறைப்பட்டால் ஏற்படுகிறது.
- (A) Vitamin 'B<sub>2</sub>'  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>2</sub>'
- (B) Vitamin 'C'  
உயிர்ச்சத்து 'C'
- (C) Vitamin 'B<sub>12</sub>'  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>12</sub>'
- (D) Vitamin 'D'  
உயிர்ச்சத்து 'D'
70. One year Baby weight increases \_\_\_\_\_ times than the Birth Weight.  
பிறந்த போது இருந்த எடையை விட ஒரு வயது குழந்தைக்கு \_\_\_\_\_ மடங்கு எடை அதிகரிக்கும்.
- (A) 2 times  
இரண்டு மடங்கு
- (B) 3 times  
மூன்று மடங்கு
- (C) 4 times  
நான்கு மடங்கு
- (D) 5 times  
ஐந்து மடங்கு
71. OPV given to eradicate \_\_\_\_\_ virus.  
\_\_\_\_\_ வைரஸ்-ஐ அழிப்பதற்காக OPV கொடுக்கப்படுகிறது.
- (A) Marasmus  
மராஸ்மஸ்
- (B) Anemia  
இரத்தசோகை
- (C) Poliomyelitis  
போலியோமைலிட்டிஸ்
- (D) Scurvy  
ஸ்கர்வி
72. Vitamin 'A' solution orally given once in \_\_\_\_\_ months.  
உயிர்ச்சத்து 'A' திரவம் வாய் வழியாக \_\_\_\_\_ மாதங்களுக்கு ஒரு முறை வழங்கப்படுகிறது.
- (A) 4
- (B) 3
- (C) 5
- (D) 6

73. Kishori Shakti Yojana Scheme implemented throughout the country for the  
கிசோரி சக்தி யோஜனா திட்டம் நாடு முழுவதும் \_\_\_\_\_ ஆக செயல்படுத்தப்பட்டது.
- (A) Pregnant women  
கர்ப்பிணி பெண்
- (B) Lactating Mother  
பாலூட்டும் தாய்மார்கள்
- (C) Adolescent girls  
வளர் இளம் மகளிர்
- (D) Senior citizen  
மூத்த குடிமக்கள்
74. Breast Milk alone must be given to the infant upto \_\_\_\_\_ completed months.  
சிகக்கு தாய்ப்பால் மட்டுமே \_\_\_\_\_ மாதங்கள் முடியும் வரை கொடுக்கப்பட வேண்டும்.
- (A) 5
- (B) 7
- (C) 4
- (D) 6
75. Goitre occurs due to \_\_\_\_\_ deficiency.  
முன்கழுத்து கழலை \_\_\_\_\_ குறைப்பட்டால் ஏற்படுகிறது.
- (A) Iron  
இரும்பு
- (B) Iodine  
அயோடின்
- (C) Vitamin "B"  
உயிர்ச்சத்து "B"
- (D) Calcium  
சுண்ணாம்புச் சத்து
76. \_\_\_\_\_ Mineral is necessary for strongness of teeth.  
பல் உறுதிக்கு அவசியமான தாதுச்சத்து
- (A) Calcium  
சுண்ணாம்பு
- (B) Zinc  
துத்தநாகம்
- (C) Copper  
தாமிரம்
- (D) Iodine  
அயோடின்
77. World Breast feeding week is celebrated during  
உலக தாய்ப்பால் வாரம் \_\_\_\_\_ கொண்டாடப்படுகிறது.
- (A) September 1-7  
செப்டம்பர் 1-7
- (B) August 1-7  
ஆகஸ்ட் 1-7
- (C) December 1-7  
டிசம்பர் 1-7
- (D) January 21-27  
ஜனவரி 21-27

78. Poshan abhiyan celebrated in \_\_\_\_\_ month.  
போஷான் அபியான் \_\_\_\_\_ மாதத்தில் கொண்டாடப்படுகிறது.

- (A) January  
ஜனவரி
- (B) March  
மார்ச்
- (C) September  
செப்டம்பர்
- (D) May  
மே

79. SABLA scheme implemented throughout the country for the  
சப்லா திட்டம் நாடு முழுவதும் \_\_\_\_\_க்கு செயல்படுத்தப்படுகிறது.

- (A) Adolescent girls  
வளர் இளம் பெண்கள்
- (B) Adolescent boys  
வளர் இளம் ஆண்கள்
- (C) Pregnant women  
கர்ப்பிணி பெண்கள்
- (D) Lactating mother  
பாலூட்டும் தாய்மார்கள்

80. Pellagra occurs due to \_\_\_\_\_ deficiency.  
“பெல்லாகரா” \_\_\_\_\_ குறைபட்டால் ஏற்படுகிறது.

- (A) Vitamin 'B<sub>1</sub>'  
உயிர்ச்சத்து 'B<sub>1</sub>'
- (B) Niacin  
நியாசின்
- (C) Vitamin 'D'  
உயிர்ச்சத்து 'D'
- (D) Vitamin 'A'  
உயிர்ச்சத்து 'A'

81. RPM is  
ஆர்.பி.எம் என்பது

- (A) Regional Poshan Maah  
பிராந்திய ஊட்டச்சத்து மாதம்
- (B) Regional Poshan Mission  
பிராந்திய ஊட்டச்சத்து குழுமம்
- (C) Rashtriya Poshan Maah  
தேசிய ஊட்டச்சத்து மாதம்
- (D) Rashtriya Poshan Mission  
தேசிய ஊட்டச்சத்து குழுமம்

82. \_\_\_\_\_ is also known as thrombocytes.  
\_\_\_\_\_ த்ரோம்போசைட்ஸ் எனவும் கூறப்படுகிறது.

- (A) Haemoglobin  
ஹீமோகுளோபின்
- (B) Calcium  
கால்சியம்
- (C) Folic acid  
போலிக் அமிலம்
- (D) Platelets  
ப்ளேட்லெட்ஸ்

83. MMR vaccine is given to immunize against \_\_\_\_\_ diseases.  
எம்.எம்.ஆர். தடுப்பூசி \_\_\_\_\_ நோய்களை தடுப்பதற்கு போடப்படுகிறது.
- (A) Measles, Mumps and Rubella  
மீசில்ஸ், மம்ஸ் மற்றும் ரூபெல்லா
- (B) Malaria, Mumps and Rubella  
மலேரியா, மம்ஸ் மற்றும் ரூபெல்லா
- (C) Mumps, Measles and Roseola  
மம்ஸ், மீசில்ஸ் மற்றும் ரோஸியோலா
- (D) Malaria, Mumps and Rabies  
மலேரியா, மம்ஸ் மற்றும் ரேபீஷ்
84. \_\_\_\_\_ of Iron is needed for a day during adolescence.  
வளர் இளம் பருவத்தில் ஒரு நாளைக்கு தேவைப்படும் இரும்புச்சத்தின் அளவு
- (A) 10 – 20 mg  
10 – 20 மி.கி.
- (B) 20 – 30 mg  
20 – 30 மி.கி.
- (C) 80 – 90 mg  
80 – 90 மி.கி.
- (D) 30 – 50 mg  
30 – 50 மி.கி.
85. Moon-face is an important symptom in \_\_\_\_\_ affected children.  
\_\_\_\_\_ ல் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளிடம் நிலாமுகம் ஒரு முக்கிய அறிகுறியாகும்.
- (A) Marasmus  
மாரஸ்மஸ்
- (B) Kwashiorkar  
குவாஷியார்கர்
- (C) Anaemia  
இரத்தசோகை
- (D) Goitre  
காய்டர்
86. Wasting means  
மெலிந்த தன்மை என்பது
- (A) Low weight for height  
உயரத்திற்கேற்ற எடையின்மை
- (B) Under weight  
எடை குறைவு
- (C) Low height for age  
வயதுக்கேற்ற உயரம் இல்லாமை
- (D) Low weight for age  
வயதுக் கேற்ற எடையின்மை
87. Pica is the habit of eating  
\_\_\_\_\_ சாப்பிடும் பழக்கம் பைக்கா ஆகும்.
- (A) Clay  
களிமண்
- (B) Garlic  
பூண்டு
- (C) Papaya  
பப்பாளி
- (D) Carrot  
கேரட்

88. \_\_\_\_\_ is essential for the absorption of Iron.  
இரும்புச்சத்து உறிஞ்சப்படுவதற்கு \_\_\_\_\_ அத்தியாவசியமானது.
- |                             |                                     |
|-----------------------------|-------------------------------------|
| (A) Phosphorous<br>பாஸ்பரஸ் | (B) Vitamin 'C'<br>உயிர்ச்சத்து 'C' |
| (C) Fats<br>கொழுப்பு        | (D) Fibre<br>நார்ச்சத்து            |
89. \_\_\_\_\_ is a complete protein.  
\_\_\_\_\_ ஒரு முழுமையான புரதம்.
- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| (A) Egg<br>முட்டை   | (B) Wheat<br>கோதுமை |
| (C) Dhal<br>பருப்பு | (D) Rice<br>அரிசி   |
90. Amylase rich food is prepared from  
அமைலேஸ் அதிகமுள்ள உணவு \_\_\_\_\_ இல் இருந்து தயாரிக்கப்படுகிறது.
- |                       |                        |
|-----------------------|------------------------|
| (A) Pulses<br>பருப்பு | (B) Cereals<br>தானியம் |
| (C) Milk<br>பால்      | (D) Egg<br>முட்டை      |
91. NNM is  
என்.என்.எம். என்பது
- |   |   |
|---|---|
| (A) Nutrition National Mode<br>ஊட்டச்சத்து தேசிய முறை   | (B) National Nutrition Mission<br>தேசிய ஊட்டச்சத்து குழுமம் |
| (C) National Nourishment Mode<br>தேசிய ஊட்டச்சத்து முறை | (D) Natural Nutrition Mission<br>இயற்கை ஊட்டச்சத்து குழுமம் |
92. \_\_\_\_\_ is the one day requirement of calcium for lactating mother.  
பாலூட்டும் தாய்க்கு ஒரு நாளைக்கு தேவையான கண்ணாம்பு சத்து
- |                          |                            |
|--------------------------|----------------------------|
| (A) 400 mg<br>400 மி.கி. | (B) 1000 mg<br>1000 மி.கி. |
| (C) 800 mg<br>800 மி.கி. | (D) 500 mg<br>500 மி.கி.   |

93. Bitot spots is due to \_\_\_\_\_ deficiency.  
பைடாட் புள்ளிகள் \_\_\_\_\_ குறைப்பாட்டால் ஏற்படுகிறது.

- (A) Vitamin 'A' உயிர்ச்சத்து 'A'  
(B) Vitamin 'C' உயிர்ச்சத்து 'C'  
(C) Calcium சுண்ணாம்புச்சத்து  
(D) Iron இரும்புச்சத்து

94. \_\_\_\_\_ is a macro nutrient.  
\_\_\_\_\_ ஒரு முதன்மை ஊட்டச்சத்து ஆகும்.

- (A) Zinc துத்தநாகம்  
(B) Protein புரதம்  
(C) Vitamin 'K' உயிர்ச்சத்து 'K'  
(D) Iodine அயோடின்

95. \_\_\_\_\_ is a Disaccharide.  
\_\_\_\_\_ ஒரு டைசாக்கிரைடு (அ) இரட்டை சர்க்கரை

- (A) Glucose குளுக்கோஸ்  
(B) Sucrose சக்ரோஸ்  
(C) Starch ஸ்டார்ச்  
(D) Glycogen கிளைகோஜன்

96. \_\_\_\_\_ is the other name of carotene.  
கரோட்டின்-க்கு வேறு பெயர்

- (A) Pro vitamin 'A' ப்ரோ வைட்டமின் 'A'  
(B) Protein புரதம்  
(C) Iodine அயோடின்  
(D) Vitamin 'C' உயிர்ச்சத்து 'C'

97. WHO means  
WHO என்பது

- (A) World Help Organisation உலக உதவி நிறுவனம்  
(B) World Health Organisation உலக சுகாதார நிறுவனம்  
(C) World Heart Organisation உலக இதய நிறுவனம்  
(D) World Human Organisation உலக மனித நிறுவனம்

98. Roto virus vaccine given for the Infants at  
சிசுவிற்கு ரோட்டா வைரஸ் தடுப்பூசி கொடுக்க வேண்டிய காலம்

- (A) 6<sup>th</sup> week, 10<sup>th</sup> week and 14<sup>th</sup> week  
6-வது வாரம், 10-வது வாரம் மற்றும் 14-வது வாரம்
- (B) 4<sup>th</sup> week, 8<sup>th</sup> week and 12<sup>th</sup> week  
4-வது வாரம், 8-வது வாரம் மற்றும் 12-வது வாரம்
- (C) 5<sup>th</sup> week, 10<sup>th</sup> week, 15<sup>th</sup> week  
5-வது வாரம், 10-வது வாரம் மற்றும் 15-வது வாரம்
- (D) 2<sup>nd</sup> week, 4<sup>th</sup> week, and 6<sup>th</sup> week  
2-வது வாரம், 4-வது வாரம் மற்றும் 6-வது வாரம்

99. \_\_\_\_\_ is the another name for Riboflavin.  
ரிபோப்ளோவின்-னின் வேறுபெயர்

- (A) Vitamin "B<sub>1</sub>"  
உயிர்ச்சத்து "B<sub>1</sub>"
- (B) Vitamin "K"  
உயிர்ச்சத்து "K"
- (C) Vitamin "B<sub>2</sub>"  
உயிர்ச்சத்து "B<sub>2</sub>"
- (D) Vitamin "B"  
உயிர்ச்சத்து "B"

100. All of the following are nutrients found in food except

கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள ஊட்டச்சத்துகளில் \_\_\_\_\_ தவிர மற்றவை உணவில் உள்ளவை ஆகும்.

- (A) Plasma  
ப்ளாஸ்மா
- (B) Proteins  
புரதங்கள்
- (C) Carbohydrates  
கார்போஹைட்ரேட்டுகள்
- (D) Vitamins  
உயிர்ச்சத்துகள்