

## পাঠ - ৭ | আমাৰ খাদ্য

## QUIZ-01

১. খাদ্যমেলাত সাধাৰণতে কি কৰা হয়?

- ক) কেৱল খেলা-ধুলা কৰা হয়
- খ) খাদ্য তৈয়াৰ কৰি প্ৰদৰ্শন আৰু বিক্ৰী কৰা হয়
- গ) পঢ়া-শুনা কৰা হয়
- ঘ) জন্তু প্ৰদৰ্শন কৰা হয়

**Answer:** খ

**Explanation:** খাদ্যমেলাত বিভিন্ন ধৰণৰ খাদ্য প্ৰস্তুত কৰি দেখুৱাই বিক্ৰী কৰা হয়।

২. খাদ্যৰ বাবে আমি মূলতঃ কিহৰ ওপৰত নিৰ্ভৰশীল?

- ক) কেৱল উদ্ভিদৰ ওপৰত
- খ) কেৱল প্ৰাণীৰ ওপৰত
- গ) উদ্ভিদ আৰু প্ৰাণী দুয়োটাৰ ওপৰত
- ঘ) ওপৰৰ এটাও নহয়

**Answer:** গ

**Explanation:** খাদ্যৰ বাবে মানুহ উদ্ভিদ আৰু প্ৰাণী দুয়োটাৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰে।

৩. তলৰ কোনটো খাদ্য প্ৰাণীৰপৰা পোৱা যায়?

- ক) ভাত
- খ) দাইল
- গ) গাখীৰ
- ঘ) পালেং শাক

**Answer:** গ

**Explanation:** গাখীৰ ; গৰু, ছাগলী আদি প্ৰাণীৰপৰা পোৱা খাদ্য।

৪. গাখীৰৰ পৰা কোনবোৰ খাদ্য প্ৰস্তুত কৰা হয়?

- ক) ভাত আৰু ঠটি
- খ) পনীৰ, দৈ আৰু ঘিউ
- গ) শাক-পাচলি
- ঘ) ফল-মূল

**Answer:** খ

**Explanation:** গাখীৰৰ পৰা পনীৰ, দৈ, ঘিউ আদি বনোৱা হয়।

৫. আমি খাদ্য কিয় বান্ধি খাব লাগে ?

- ক) ৰং সলনি কৰিবলৈ
- খ) খাদ্য নষ্ট কৰিবলৈ
- গ) কোমল, সোৱাদ আৰু সহজে হজম হ'বলৈ
- ঘ) সময় কাটাবলৈ

**Answer:** গ

**Explanation:** খাদ্য বান্ধিলে কোমল, সোৱাদ আৰু সহজে হজম হয়।

৬. খাদ্য খালে আমি মূলতঃ কি পাওঁ?

- ক) বিশ্রাম
- খ) শক্তি
- গ) শীতলতা
- ঘ) আনন্দ

**Answer:** খ

**Explanation:** খাদ্য খালে কাম কৰিবলৈ শক্তি পোৱা যায়।

৭. তলৰ কোনটো খাদ্য শক্তি যোগোৱা খাদ্যৰ ভিতৰত পৰে?

- ক) মাছ
- খ) দাইল
- গ) ভাত
- ঘ) আমলখি

**Answer:** গ

**Explanation:** ভাত শৰীৰক শক্তি যোগোৱা খাদ্য।

৮. কেনে ধৰণৰ খাদ্যই শৰীৰ বৃদ্ধি হোৱাত সহায় কৰে?

- ক) শক্তিদায়ক খাদ্য
- খ) বৃদ্ধিদায়ক খাদ্য
- গ) সোৱাদযুক্ত খাদ্য
- ঘ) অপকাৰী খাদ্য

**Answer:** খ

**Explanation:** দাইল, কণী, মাছ আদিয়ে শৰীৰ বৃদ্ধি হোৱাত সহায় কৰে।

৯. তলৰ কোনটো খাদ্য বেমাৰ-আজাৰৰপৰা ৰক্ষা কৰে?

- ক) চেনি
- খ) পিঠা
- গ) পালেং শাক
- ঘ) মাখন

**Answer:** গ

**Explanation:** পালেং শাকৰ দৰে শাক-পাচলিয়ে বেমাৰৰ পৰা ৰক্ষা কৰে।

১০. সুস্বাদু আহাৰ বুলিলে কি বুজায়?

- ক) কেৱল ভাত আৰু দাইল
- খ) মিঠাই আৰু চেনি থকা আহাৰ
- গ) সকলো প্ৰয়োজনীয় পুষ্টি উপাদান থকা আহাৰ
- ঘ) কেৱল সোৱাদযুক্ত আহাৰ

**Answer:** গ

**Explanation:** যি আহাৰত শৰ্কৰা, প্ৰ'টিন, ভিটামিন, খনিজ লৱণ আৰু পানী থাকে তাক সুস্বাদু আহাৰ বোলে।



DOWNLOAD MISSION GYAN APP