

## Home Economics 6th Class Chapter 2 Online Test

Sr	Questions	Answers Choice
1	خشک پھل اور مٹر شامل ہیں	A. گوشت کے گروہ میں B. سبزیوں کے گروہ میں C. میٹھی اشیاء کے گروہ میں D. پھلوں کے گروہ میں
2	بنیادی غذائی گروہ کتنے ہیں	A. پانچ B. چھ C. سات D. دس
3	کیلشیم کی ضرورت پوری ہوتی ہے	A. دودھ سے B. اُنس کریم سے C. صرف پنیر سے D. صرف پھلوں سے
4	روزمرہ کی غذا میں کم از کم دودھ شامل ہونا چاہیے	A. دو پیالی سے زائد B. ایک پیالی C. ادھی پیالی D. چوتھالی پیالی
5	مجموعی طور پر کس گروہ کو دو سے تین مرتبہ روزانہ غذا میں شامل کرنا چاہیے	A. سبزیوں اور پھلوں کو B. گوشت اور دالوں C. دالوں اور اناج D. دودھ کے گروہ کو
6	ہمیں غذا حاصل ہوتی ہے	A. صرف نباتاتی زرائع B. صرف حیواناتی زرائع سے C. صرف سمندر سے D. حیوانی اور نباتاتی زرائع سے
7	روزمرہ خوراک میں اناج اور دالوں کے گروہ کو شامل کرنا چاہیے	A. دو سے تین مرتبہ B. چار سے چھ مرتبہ C. پانچ سے دس مرتبہ D. دس سے پندرہ مرتبہ
8	گوشت کے گروہ میں شامل ہیں	A. مائٹے اور انگور B. چپٹی اور تیل روٹی C. مچھلی اور انڈے D. جام ، مکھن
9	کتنے غذائی اجزا جسمانی نشوونما اور صحت و تندرستی کے لیے بے حد ضروری ہیں	A. دو B. تین C. چار D. چھ
10	ایک تندرست و توانا آدمی کو کتنے دن تک غذا نہ ملے تو وہ بھوک سے مر سکتا ہے	A. آٹھ دن تک B. دو تین دن C. تین چار دن D. چار پانچ دن