# FA Part 2 Home Economics Chapter 7 Online MCQ's Test

| Sr | Questions | Answers Choice |
|---|---|---|
| 1 | حیاتین الف کس کی درستگی اور صحت کے لیے نہایت ضروری ہیں. | A. بینائی اور آنکھوں کی درستگی<br>B. ہڈیوں کی افزائش کے لیے<br>C. دماغ کی درستگی<br>D. آنتوں کی بہتری |
| 2 | حیاتین بڑی بہتات میں کون سے زرائع سے حاصل ہوتے ہیں. | A. معدنی زرائعْ<br>B. نباتاتی اور حیواناتی زرائع<br>C. قدرتی<br>D. تیز تر زرائع |
| 3 | ہڈیوں اور دانتوں کی نشوونما کے لیے کیا معاون ہوتا ہے. | A. نشاستہ<br>B. حیاتین الف<br>C. چکنائی<br>D. حرارے |
| 4 | حیاتین کا اچھا زریعہ کیا ہوتی ہیں. | A. دالیں<br>B. ہری پتے اور ترکاریاں<br>C. سبزیاں<br>D. نارنگیاں |
| 5 | حیاتین (ج) کی کمی سے کون سی بیماری لاحق ہوتی ہے. | A. ملیریا<br>B. تشنج<br>C. ٹائیفائیڈ<br>D. سکروی |
| 6 | حیاتین (ک) ہمارے جسم میں کس کام آتی ہیں. | A. خون کو منجمند کرنے کے<br>B. تنفس کا نظام بہتر کرنا<br>C. نظام انہظام درست کرنا<br>D. دوران خون صحیح کرنا |
| 7 | حیاتین الف کی کمی سے کون سی بیماری لاحق ہوتی ہے. | A. ملیریا<br>B. ٹائیفائیڈ<br>C. فالج<br>D. شب کوری |
| 8 | حیاتین (د) کی یومیہ ضرورت پیدائش سے لے کر 20 سال تک کی عمر میں کتنی بین الاقوامی اکائیاں درکار ہوتی ہیں. | A. 200<br>B. 400<br>C. 700<br>D. 900 |
| 9 | حیاتین کی کچھ مقدار ہمارے جسم میں کس جگہ قدرتی طور پر از خود تخلیق ہوتی رہتی ہے. | A. معدے<br>B. جگر<br>C. ہڈیوں<br>D. انتوں |
| 10 | حیاتین (ج) کا کیمیائی نام ہے. | A. سلفیورک ایسڈ<br>B. کاربانک ایسڈ<br>C. اسکاربک ایسڈ<br>D. میتھائل ایسڈ |
| 11 | حیاتین الف کی کمی کی ابتدائی علامات میں شامل ہیں. | A. جسم پر زخم کے نشان<br>B. ٹانگ درد<br>C. نکسیر کا بہنا<br>D. ہاتھوں کا سوجنا |
| 12 | حیاتین (ج) کی یومیہ ضرورت اوسط آدمی کی روزانہ کتنی درکار ہوتی ہے. | A. سے 40 ملی گرام 20<br>B. سے 75 ملی گرام 70<br>C. سے 60 ملی گرام 40<br>D. سے 80 ملی گرام 50 |
| 13 | حیاتین کے اچھے زرائع کون سے ہیں. | A. گوشت ، انڈہ ، مکھن<br>B. دالیں ،چنے، لوبیاء اناج<br>C. ساگ ،مولی، ٹماٹر<br>D. ڈبل روٹی اور ساگودانہ |
| 14 | بہترین حیواناتی زرائع میں کیا شامل ہے. | A. مٹر<br>B. گوشت<br>C. کلیجی<br>D. دودھ |
| 15 | حیاتین کون سے نظام کو درست رکھتے ہیں. | A. دوران خون<br>B. نظام انہظام<br>C. نظام تنفس<br>D. نظام اخراج |

| | | |
|---|---|---|
| 16 | وٹامن کتنے اجزا پر مشتمل ہوتاہے. | A. ایک<br>B. دو<br>C. تین<br>D. چار |
| 17 | حیاتین (د) کا سب سے بڑا زریعہ کون سا ہے. | A. سورج کی شعاعیں<br>B. پھلوں اور سبزیوں کا استعمال<br>C. سنگتروں کا استعمال<br>D. اناج ، دالوں کا استعمال |