

FA Part 2 Home Economics Full Book Online MCQ's Test

Sr	Questions	Answers Choice
1	پروٹین کا کردار ہمارے جسم میں کس طرح کا ہوتا ہے	A. مٹی B. ریت C. سیمنٹ D. پلی
2	کون سی روغن غذائیں عام درجہ حرارت پر منجمد نہیں ہوتیں بلکہ رقیق اور سیال حالت میں رہتی ہیں	A. غیر سیر شدہ روغنات B. سیر شدہ روغنات C. روغن مرکب کے اجزا D. محول شدہ روغنات
3	حیلتین (ج) کی یومیہ ضرورت اوسط آدمی کی روزانہ کتنی درکار ہوتی ہے	A. 40 ملی گرام B. 75 ملی گرام C. 60 ملی گرام D. 80 ملی گرام
4	زیادہ دفعہ منہ دھونے سے بڑھ جاتی ہے	A. خشکی B. تروتازگی C. دونوں D. کوئی نہیں
5	آیوٹین کی کمی سے گلے کی کون سی بیماری ہوجاتی ہے	A. گلہڑ B. سوزش C. ملیریا D. تپ نق
6	دیگیجی کو ڈھکن سے ڈھانپنا ضروری ہے اس سے کتنے فیصد تک حیلتین (ج) کی مقدار ضائع ہونے سے بچائی جاسکتی ہے	A. 5% سے 10% B. 10% سے 20% C. 20% سے 40% D. 30 سے 105%
7	انسان امیر ہو کہ غریب اسے کس چیز کی ضرورت ہوتی ہے	A. متوازن ورزش B. پانی کی C. متوازن غذا کی D. مشروب کی
8	روغن غذائیں کیسے بضم ہوتی ہیں	A. بہت جلد B. بہت دیر سے C. آہستہ آہستہ D. ہوتی ہی نہیں
9	پوٹاشیم ہمارے عضلات کو کیا دیتا ہے	A. حرارت B. قوت C. حرکت D. توانائی
10	پکانے کے عمل کو تیز کرنے کے لیے کس کو ڈھکن سے ڈھانپنا ضروری ہے	A. دیگیجی کو B. تھالی کو C. دیگ کو D. پیالے کو
11	حرارت اور توانائی پہنچانے والی غذا میں کون سی غذا شامل ہے	A. ٹماٹر B. شکر قندی C. پالک D. چاول ، گہیوں
12	کیلشیم کا سب سے اہم ذریعہ ہے	A. پھل B. گوشت C. سبزی D. دودھ
13	بیماری تندرستی اور صحت کا دارومدار ہے	A. آب و ہوا پر B. پانی پر C. نشلستہ پر D. متوازن غذا پر
14	کپڑوں کی سلانی ایک ہے	A. اصول B. آرٹ C. مہارت D. ہنر
15	برخوراک میں حراروں کی مقدار کتنی ہوتی ہے	A. ایک جیسی B. زیادہ C. مختلف D. کم

16	عام ریشے کتنے مراحل سے گزرتے ہیں.	A. دو B. تین C. چار D. پانچ
17	غذا کو ضرورت سے زیادہ کیا نہیں کرنا چاہیے	A. خشک B. نرم C. سخت D. دھونا
18	گھی، مکین، اور آئل کہلاتے ہیں	A. لحمیات B. نشاستہ C. روغنیات D. کوئی نہیں.
19	حیاتی الف کی کمی کی ابتدائی علامات میں شامل ہیں	A. جسم پر زخم کے نشان B. ٹانگ درد C. نکسیر کا ہنا D. ہاتھوں کا سوجنا
20	کس جانور کے گوشت میں مکمل لحمیات پائی جاتی ہے	A. بھیینس B. بیل C. مچھلی D. بکرے