

Time: 10 Minutes	Paper G.Science 4th (T-2)	Total Marks: 10
3rd Month, 2nd Week, 2nd Day	Unit No3: Balanced diet and its component	

Q.No.1. Encircle the correct answer from the following choices. (4 x 1 = 4)

درج ذیل میں سے درست جواب کے گرد دائرہ کا نشان لگائیں۔

(i) Which of the following is very important for our growth?

مندرجہ ذیل میں سے کون سا ہماری نشوونما کے لیے اہم ہے؟

(a) Sulphur	سلفر	(b) Phosphorus	فاسفورس
(c) Iodine	آئیوڈین	(d) Cobalt	کوبالٹ

(ii) The food has been divided into ___ groups. _____ گروپوں میں تقسیم کیا گیا ہے۔

(a) 2	(b) 3	(c) 4	(d) 5
-------	-------	-------	-------

(iii) Which of the following is found in milk? _____ مندرجہ ذیل میں دودھ میں کیا پایا جاتا ہے؟

(a) Calcium	کیلشیم	(b) Potassium	پوٹاشیم
(c) Zinc	زنک	(d) Manganese	مینگانیز

(iv) Which of the following is an example of grain group?

مندرجہ ذیل میں سے کون سا اناج گروپ کی مثال ہے؟

(a) Wheat	گندم	(b) Barley	جو
(c) Carrot	گاجر	(d) Both a and b	a اور b دونوں

Q.No.2 Write short answers.

(3x2=6)

مختصر جواب لکھیں۔

(i) Define balanced diet.

متوازن غذا کی تعریف کریں۔

(ii) Why it is necessary for us to take proper quantity of food?

ہمارے لیے مناسب مقدار میں کھانا کیوں ضروری ہے؟

(iii) Write few examples of fruits and vegetables group.

پھلوں اور سبزیوں کے گروپ کی چند مثالیں لکھیں۔

Time: 10 Minutes	Paper G.Science 4th (T-2)	Total Marks: 10
3rd Month, 2nd Week, 2nd Day	Unit No3: Balanced diet and its component	

Q.No.1. Encircle the correct answer from the following choices. (4 x 1 = 4)

درج ذیل میں سے درست جواب کے گرد دائرہ کا نشان لگائیں۔

(i) Which of the following is very important for our growth?

مندرجہ ذیل میں سے کون سا ہماری نشوونما کے لیے اہم ہے؟

(a) Sulphur	سلفر	(b) Phosphorus	فاسفورس
(c) Iodine	آئیوڈین	(d) Cobalt	کوبالٹ

(ii) The food has been divided into ___ groups. _____ گروپوں میں تقسیم کیا گیا ہے۔

(a) 2	(b) 3	(c) 4	(d) 5
-------	-------	-------	-------

(iii) Which of the following is found in milk? _____ مندرجہ ذیل میں دودھ میں کیا پایا جاتا ہے؟

(a) Calcium	کیلشیم	(b) Potassium	پوٹاشیم
(c) Zinc	زنک	(d) Manganese	مینگانیز

(iv) Which of the following is an example of grain group?

مندرجہ ذیل میں سے کون سا اناج گروپ کی مثال ہے؟

(a) Wheat	گندم	(b) Barley	جو
(c) Carrot	گاجر	(d) Both a and b	a اور b دونوں

Q.No.2 Write short answers.

(3x2=6)

مختصر جواب لکھیں۔

(i) Define balanced diet.

متوازن غذا کی تعریف کریں۔

(ii) Why it is necessary for us to take proper quantity of food?

ہمارے لیے مناسب مقدار میں کھانا کیوں ضروری ہے؟

(iii) Write few examples of fruits and vegetables group.

پھلوں اور سبزیوں کے گروپ کی چند مثالیں لکھیں۔