Department of Education, Sabaragamuwa Province/ Weekly School

மாகாணக்கல்வி திணைக்களம் சபரகமுவ மாகாணம்

வாராந்த பாடசாலை

03

பாடம் :- விஞ்ஞானம்

15ம் வாரம்

தரம் :- 07 (அலகு :- 17)

Prepared by :- க.தர்ஷனிபிரியன் (இ/ப/பெட்டிகலை தமிழ் வித்தியாலயம்)

01. மிகப் பொருத்தமான விடையின் கீழ்க் கோடிடுக.

1. பின்வருவனவற்றுள் புரதம் அதிகளவில் கொண்ட உணவு வகை எது?

   1. கருவாடு 2. கோதுமை 3. சீனி 4. தயிர்

2. தரப்பட்ட போசணைக்கூறுகளின் ஒரு கிராமில் அதிக சக்தியைத் தரும் போசணைக்கூறு எது?

   1. காபோவைதரேற்று 2. இலிப்பிட்டு 3. புரதம் 4. விற்றமின்

3. மலச்சிக்கலைத் தவிர்ப்பதற்கு உணவில் அடங்கியிருக்க வேண்டிய கூறு

   1. விற்றமின் 2. கொழுப்பு 3. நார்ப்பொருள் 4. கனியுப்பு

4. விற்றமின் A காணப்படும் உணவுத்தொகுதி எது?

   1. தோடை, கோவா 2. கரட், சுறா எண்ணெய் 3. முட்டை, பால் 4. கோவா, பசளி

5. விற்றமின் B குறைபாட்டால் ஏற்படும் நோய்

   1. பெலாகிரா 2. ஸ்கேவி 3. கண்டமாலை 4. பீற்றோபுள்ளி

6. நாரப் பொருட்களை அதிகளவில் கொண்ட உணவுத்தொகுதி எது?

   1. மீன், முட்டை 2. தவிட்டரிசி, குரக்கன்

   3. இறைச்சி, குரக்கன் 4. வாழைப்பழம், இறைச்சி

7. இலிப்பிட்டு தொடர்பான பின்வரும் கூற்றுக்களுள் எது தவறானது?

   1. உடல் வளர்ச்சியில் பெரும் பங்களிப்புச் செய்யும்.

   2. அறைவெப்பநிலையில் திரவமாக மட்டும் காணப்படும்.

   3. உடலுக்குத் தேவையான சக்தியை வழங்கும்.

   4. அறைவெப்பநிலையில் திண்மமாக மட்டும் காணப்படும்.

8. தைரொட்சின் உற்பத்தியில் பங்களிப்புச் செய்யும் கனியுப்பு எது?

   1. இரும்பு 2. சோடியம் 3. கல்சியம் 4. அயடின்

9. பின்வரும் எவ் உணவிற்கு பையூரேற்றுக் கரைசலைச் சேர்க்கும் போது ஊதா நிறம் தோன்றும்.

   1. முட்டை வெண்கரு 2. பாண்

   3. உருளைக்கிழங்கு 4. கோதுமை

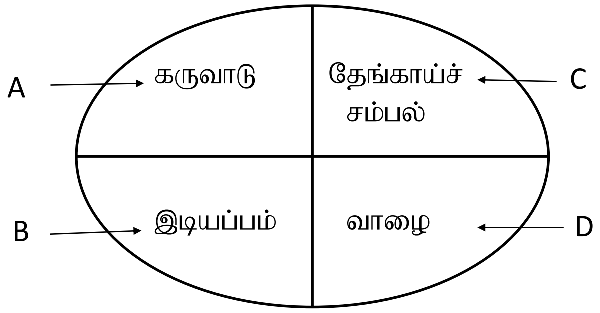
10. கனியுப்பு அடங்கிய உணவுகள் தொடர்பாக எச்சோடி தவறானது?

   1. கீரை - இரும்பு 2. பால் - கல்சியம்

   3. பருப்பு - சோடியம் 4. பொசுபரசு - வெள்ளைப்பூண்டு

(50புள்ளி)

01. மாணவன் ஒருவனின் காலை உணவு கீழே தரப்பட்டுள்ளது.



1. இம் மாணவன் உட்கொண்ட உணவில் அடங்கியுள்ள போசணைக்கூறுகளை இனங்கண்டு எழுதுக.

A ……………………………. B ………………………………..

C ……………………………. D ……………………………….

2. பின்வரும் தொழிற்பாடுகளிற்கு அவசியமான போசணைக்கூறுகளை எழுதுக.

(a) வளர்ச்சிக்கு உதவுதல் …………………………………………………………………….

(b) சக்தித் தேவையைப் பூர்த்தி செய்தல். ………………………………………………………..

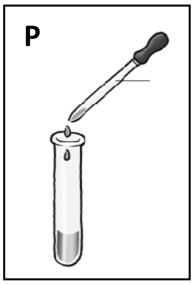
3. வாழைப்பழத்தில் D போசணைக்கூறுடன் நார்ப் பொருட்களும் அடங்கியுள்ளது. இவ் உணவை உள்ளெடுப்பதால் எவ்வாறான நோய் நிலைமையில் இருந்து எமது உடல் பாதுகாக்கப்படும்?

………………………………………………………………………………………………….

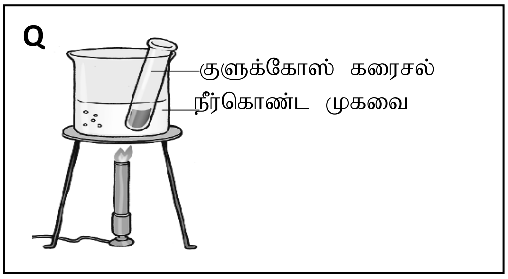
4. சமநிலை உணவு என்பது யாது?

………………………………………………………………………………………………….

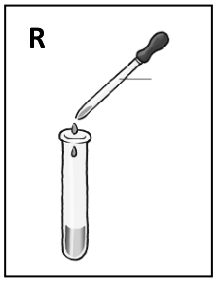
5. உணவிலுள்ள போசணைக்கூறுகளை இனங்காண்பதற்கான செய்முறை அமைப்பு கீழே தரப்பட்டுள்ளது.



மாப்பொருள் கலவை + x



குளுக்கோஸ் கரைசல் + Y



தேங்காய் எண்ணெய் + Z

(i) சோதனைக்குழாய் P, Q, R இல் போசணைக்கூறுகளைச் இனங்காண்பதற்காகச் சேர்க்கப்பட்ட சோதனைப் பொருட்கள் X, Y, Z இனை இனங்காண்க.

X ……………………………… Y………………………… Z ……………………………….

(ii) இங்கு எளிய வெல்லம் என அழைக்கப்படும் போசணைக்கூறு எது? ………………………

(iii) பரிசோதனை R எப்போசணைக்கூறை இனங்காண செய்யப்பட்டது?

……………………………………………………………………………………..

(50 புள்ளி)