



OUTLINES OF HOME ECONOMICS HSSC-II

SECTION – A (Marks 12)

86

Time allowed: 20 Minutes

Version Number	4	3	3	1
----------------	---	---	---	---

Note: Section – A is compulsory. All parts of this section are to be answered on the separately provided OMR Answer Sheet which should be completed in the first 20 minutes and handed over to the Centre Superintendent. Deleting/overwriting is not allowed. Do not use lead pencil.

Q. 1 Choose the correct answer A / B / C / D by filling the relevant bubble for each question on the OMR Answer Sheet according to the instructions given there. Each part carries one mark.

- 1) Health problem caused by not having proper nutrition or irregular eating habits is called:
A. Food deficiency disease B. Malnutrition
C. Goitre D. Scurvy
- 2) The basic purpose of the carbohydrate foods is to provide _____ to the body.
A. Weight and health B. Calories and fats
C. Heat and energy D. Temperature and fever
- 3) The nutritional needs of elderly are:
A. High B. Low C. Medium D. None at all
- 4) The maximum length of cotton fibre is:
A. 1" B. $2\frac{1}{2}$ " C. $3\frac{1}{4}$ " D. 4"
- 5) Which vitamin is found as retinol in animal foods and as carotene in plant foods?
A. Vitamin K B. Vitamin E C. Vitamin A D. Vitamin D
- 6) The _____ of the crockery should also be kept in mind in food presentation.
A. Size and shape B. Colour and size
C. Weight and depth D. Texture and shape
- 7) The number of clothes depends on _____ and need of an individual in efficient ward robe planning.
A. Habits B. Urges C. Activities D. Compulsion
- 8) Fatty acids are converted in two major components _____ for digestion.
A. Glucose and fructose B. Glycerol and fatty acids
C. Fatty acids and amino acids D. Glycogen and cholesterol
- 9) Straightening of a yarn is called:
A. Carding B. Picking C. Combing D. Bleaching
- 10) To increase the rate of cooking process the pan should be:
A. Kept without lid B. Covered with lid
C. Put on low flame D. Put on high flame
- 11) A good fitting makes a dress:
A. Loose B. Comfortable C. Tight D. Uncomfortable
- 12) What is found in excess in sea water, sea weeds, sea fish and in cod-liver oil?
A. Sodium B. Protein C. Phosphorous D. Iodine



آؤٹ لائن آف ہوم اکنامکس ایچ ایس ایس سی-II

Version No.	4	3	3	1
-------------	---	---	---	---

حصہ اول (کل نمبر: 12)

وقت: 20 منٹ

نوٹ: حصہ اول لازمی ہے۔ اس کے جوابات الگ سے مہیا کی گئی ادا ایم آر (OMR) جوابی کاپی پر دیں۔ اس کو پہلے میں منٹ میں مکمل کر کے ناظم مرکز کے حوالے کریں۔ کاٹ کر دوبارہ لکھنے کی اجازت نہیں ہے۔ ایڈیشنل کا استعمال ممنوع ہے۔

سوال نمبر 1: مہیا کی گئی ادا ایم آر (OMR) جوابی کاپی پر دی گئی ہدایات کے مطابق ہر سوال کا درست جواب A/B/C/D منتخب کر کے متعلقہ دائرہ (Bubble) پر کریں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

- (1) مسلسل کچھ عرصے تک مناسب خوراک نہ ملنے یا خوراک میں کمی بیشی رہنے سے صحت گزارے کو _____ کہا جاتا ہے۔
- A غذائی اجزاء کی کمی کی بیماری
B نقصِ تغذیہ
C گلہڑ
D سکروی
- (2) نشاستہ دار غذاؤں کا بنیادی کام جسم میں _____ پیدا کرتا ہے۔
- A وزن اور صحت
B حرارے اور چکنائی
C قوت و حرارت
D حرارت اور بخار
- (3) مسمر افراد کی غذائی ضروریات کیسی ہوتی ہیں؟
- A زیادہ
B کم
C درمیانی
D بالکل نہیں
- (4) سوتی ریشے کی زیادہ سے زیادہ لمبائی کتنے انچ ہوتی ہے؟
- A 1"
B $2\frac{1}{2}$ "
C $3\frac{1}{4}$ "
D 4"
- (5) کون سا دامن حیواناتی غذاؤں میں ریٹی نول اور نباتاتی غذاؤں میں کیروٹین کے طور پر پایا جاتا ہے؟
- A دامن K
B دامن E
C دامن A
D دامن D
- (6) کھانا پیش کرتے وقت برتنوں کے اکی _____ بھی مد نظر رکھنا چاہیے۔
- A وضع اور سائز
B رنگ اور سائز
C وزن اور گہرائی
D سطح اور وضع
- (7) کپڑوں کی معیار کی منصوبہ بندی میں کپڑوں کی تعداد انسان کی _____ اور ضروریات کے مطابق متعین ہوتی ہیں۔
- A عادتوں
B شوق
C سرگرمیوں
D مجبوریوں
- (8) روغنی غذاؤں کا ہضم ہونے کے لیے کون سے دو اجزاء میں تقسیم ہونا ضروری ہے؟
- A گلوکوز اور فرکٹوز
B گلیسرول اور روغنی ترشے
C روغنی ترشے اور امینو ایسڈ
D گلاکوز جن اور کولیسترول
- (9) ریشے کو سیدھا کرنے کے عمل کو کیا کہتے ہیں؟
- A ڈھنڈا
B چٹنا
C سنگھٹا کرنا
D سفید کرنا
- (10) پکانے کے عمل کو تیز کرنے کے لیے دیگی کو _____ ضروری ہے۔
- A کھلا رکھنا
B ڈھانپنا
C ہلکی آنچ پر رکھنا
D تیز آنچ پر رکھنا
- (11) ایک اچھی فٹنگ کا لباس _____ ہوتا ہے۔
- A ڈھیلا ڈھالا
B آرام دہ
C چست
D غیر آرام دہ
- (12) سمندر کے پانی، سمندری پودوں، سمندر میں پائی جانے والی مچھلیوں اور کاڈیو رائل میں _____ انتہائی بہتات میں موجود ہوتا ہے۔
- A سوڈیم
B لحمیات
C فاسفورس
D آیوڈین



OUTLINES OF HOME ECONOMICS HSSC-II

Time allowed: 2:40 Hours

Total Marks Sections B and C: 48

NOTE: Answer any ten parts from Section 'B' and any two questions from Section 'C' on the separately provided answer book. Use supplementary answer sheet i.e. Sheet-B if required. Write your answers neatly and legibly.

SECTION – B (Marks 30)

Q. 2 Answer any TEN parts. The answer to each part should not exceed 3 to 4 lines. (10 x 3 = 30)

- (i) What are the points included in personal grooming?
- (ii) What is meant by Hydrogenation?
- (iii) What are the different methods of food presentation?
- (iv) Why is "Rayon" called Artificial Silk?
- (v) What basic principles should be kept in mind while making a draft?
- (vi) Define food.
- (vii) What is meant by care and cleaning of hands, feet and nails?
- (viii) Why is cotton the most widely used fabric?
- (ix) What basic principles should be kept in mind for food preservation?
- (x) Write a short note on chemical composition of proteins.
- (xi) What is meant by WARP and WEFT?
- (xii) Why should the vegetables be not soaked in water for long after cutting?
- (xiii) Why is the whole wheat flour more beneficial for health?

SECTION – C (Marks 18)

Note: Attempt any TWO questions. All questions carry equal marks. (2 x 9 = 18)

- Q. 3** What is meant by Menu Planning? What principles should be kept in mind while planning a menu?
- Q. 4** Why is it important to plan wardrobe? What points will you keep in mind while planning your wardrobe and why?
- Q. 5** Discuss in detail the functions of Iron in human body. Discuss the effects of its deficiency and excess in food. Also write down its sources.

حصہ دوم (کل نمبر 30)

(10x3 =30)

سوال نمبر ۲: مندرجہ ذیل میں سے دس (10) اجزاء کے تین سے چار سطروں تک محدود جوابات لکھیے:

- | | | | |
|--------|---|--------|--|
| (i) | ذاتی ذیباکس میں کون کون سی چیزیں شامل ہیں؟ | (ii) | ہائیڈروجن اندازی (Hydrogenation) سے کیا مراد ہے؟ |
| (iii) | کھانا پیش کرنے کے لیے کون کون سے طریقے استعمال ہوتے ہیں؟ | (iv) | 'ریان' کو 'مصنوعی ریشم' کیوں کہتے ہیں؟ |
| (v) | ڈرافٹنگ کرتے وقت کون سے بنیادی اصول مد نظر رکھنے چاہیں؟ | (vi) | غذا کی تعریف کریں۔ |
| (vii) | ہاتھ، پاؤں اور نائٹوں کی صفائی اور حفاظت سے کیا مراد ہے؟ | (viii) | کائٹن سب سے زیادہ استعمال ہونے والا کپڑا کیوں ہے؟ |
| (ix) | غذائیت محفوظ رکھنے کے لیے کن عمومی اصولوں کو مد نظر رکھنا ضروری ہے؟ | (x) | لحمیات کی کیمیائی ترکیب پر مختصر نوٹ لکھیں۔ |
| (xi) | تانا اور باناس سے کیا مراد ہے؟ | (xii) | کائٹن کے بعد بزیوں کو زیادہ دیر تک کیوں نہیں بچھونا چاہیے؟ |
| (xiii) | بغیر چھٹا ہوا آٹا صحت کے لیے کیوں زیادہ مفید ہے؟ | | |

حصہ سوم (کل نمبر 18)

(2x9 =18)

(کوئی سے دو سوال حل کیجیے۔ تمام سوالوں کے نمبر برابر ہیں۔)

- سوال نمبر ۳: فہرست طعام کی ترتیب سے کیا مراد ہے؟ خوراک کی منصوبہ بندی کرتے وقت کن اصولوں کو مد نظر چاہیے؟
- سوال نمبر ۴: کپڑوں کی منصوبہ بندی کیوں ضروری ہے؟ اپنی وارڈروپ بنانے کے لیے آپ کن چیزوں کو مد نظر رکھیں گی اور کیوں؟
- سوال نمبر ۵: آئرن (فولاد) کے جسم میں کام اور خوراک میں اس کی مقدار کی کمی یا زیادتی کے اثرات بیان کریں۔ مزید برآں آئرن حاصل کرنے کے ذرائع بھی تحریر کریں۔

