

Home Economics 10th Class Urdu Medium Online Test

Sr	Questions	Answers Choice
1	بچہ تین یا چار بقے کا بو جائے تو اسے ضرورت ہوتی ہے	A. وثامن اے B. وثامن سی C. وثامن کے D. وثامن ڈی
2	نو زانیہ بچوں کے لیے بہترین غذا ہے	A. ٹھیک دودھ B. مل کا دودھ C. گلکے کا دودھ D. بہینس کا دودھ
3	کس وقت کے کھانے میں کچی سبزیاں اور پھل زیادہ استعمال کرنے چاہیئے؟	A. ناشتے B. دوپر کے کھانے C. سوپر کے کھانے D. رات کے کھانے
4	لچھے ناشتے سے دن بھر کی ضروریات کا بھی حصہ ملتا ہے	A. 1/3 حصہ B. 1/2 حصہ C. 3/4 حصہ D. 2/3 حصہ
5	دن کے اچھے آغاز کا ذریعہ ہو سکتا ہے	A. اچھا کھانا B. اچھا ناشتہ C. چانے D. دودھ
6	فہرست طعام بناتے وقت اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ یہ مطابق ہو	A. آمدنی اور ضروریات کے B. گھر کے C. افراد کے D. اوقافت کار کے
7	جسم کے درجہ حرارت کو برقرار رکھنے میں مدد دینا ہے	A. اندرن B. وثامن اے C. پانی D. چکنی
8	جسم میں اکسیجن پہنچانے کا کام کرتا ہے	A. اندرن B. کیلشیم C. فلسفورس D. کابر
9	جسم میں کیلشیم کی کمی سے بیماری لاحق ہو جاتی ہے	A. رنگن B. بیری بیری C. کواشیر کور D. شب کوری
10	وٹامن بی کمپلیکس کی کمی سے مرض لاحق پوچھتا ہے	A. سکرووی B. بیری بیری C. رنگن D. کواشیر کور
11	خون میں مناسب مقدار موجود رہنے سے جسم کے اعمال درست رہتے ہیں	A. پروٹین کی B. معدنی نمکیات کی C. پانی D. کاربو بیٹریٹ
12	جسم کی نشوونما اور مرمت کرنے والی غذائیں ہیں	A. وٹامن B. کاربو بیٹریٹ C. چکنی D. پروٹین
13	گلیسرین اور مختلف چکنے ترشوں کا مرکب ہیں	A. کاربو بیٹریٹ B. چکنی C. پروٹین D. وٹامن
14	جسم کو توانائی فراہم کرنے کا سب سے سستا ذریعہ ہے	A. کاربو بیٹریٹ B. پروٹین C. وٹامن D. معدنی نمکیات
15	جسم کی مناسب نشوونما اور کارکردگی کیلئے ضروری ہے	A. متوازن غذا B. غیر متوازن غذا C. پانی D. بیوا

