FA Part 2 Home Economics Chapter 7 Online MCQ's Test

Sr	Questions	Answers Choice
1	حیاتین کے اچھے زرائع کون سے ہیں.	A. گوشت ، انڈہ ، مکھن B. دالیں ،چنے، لوبیا، اناج C. ساگ ،مولی، ٹماٹر D. ڈبل روٹی اور ساگودانہ
2	حیاتین کی کچھ مقدار ہمارے جسم میں کس جگہ قدرتی طور پر از خود تخلیق ہوتی رہتی ہے.	A. معدے B. جگر C. ہڈیوں D. انتوں
3	حیاتین کا اچھا زریعہ کیا ہوتی ہیں.	A. دالیں B. ہری پتے اور ترکاریاں C. سبزیاں D. نارنگیاں
4	حیاتین (ج) کی یومیہ ضرورت اوسط آدمی کی روزانہ کتنی درکار ہوتی ہے.	A. 20 سے 40 ملی گرام B. 70 سے 75 ملی گرام C. 40 سے 60 ملی گرام D. 50 سے 80 ملی گرام
5	حیاتین الف کی کمی سے کون سی بیماری لاحق ہوتی ہے.	A. ملیریا B. ٹائیفائیڈ C. فالج D. شب کوری
6	حیاتین (د) کا سب سے بڑا زریعہ کون سا ہے.	A. سورج کی شعاعیں B. پھلوں اور سبزیوں کا استعمال C. سنگتروں کا استعمال D. اناج ، دالوں کا استعمال
7	وٹامن کتنے اجزا پر مشتمل ہوتاہے.	A. ایک B. دو C. تین D. چار
8	حیاتین کون سے نظام کو درست رکھتے ہیں.	A. دوران خون B. نظام انہظام C. نظام تنفس D. نظام اخراج
9	حیاتین (ک) ہمارے جسم میں کس کام آتی ہیں.	A. خون کو منجمند کرنے کے B. تنفس کا نظام بہتر کرنا C. نظام انہظام درست کرنا D. دوران خون صحیح کرنا
10	حیاتین (ج) کی کمی سے کون سی بیماری لاحق ہوتی ہے.	A. ملیریا B. تشنج C. ٹائیفائیڈ D. سکروی
11	حیاتین الف کی کمی کی ابتدائی علامات میں شامل ہیں.	A. جسم پر زخم کے نشان B. ٹانگ درد C. نکسیر کا بہنا D. ہاتھوں کا سوجنا
12	بہترین حیوانائی زرائع میں کیا شامل ہے.	A. مٹر B. گوشت C. کلیجی D. دودھ
13	حیاتین بڑی بہتات میں کون سے زرائع سے حاصل ہوتے ہیں.	A. معدنی زرائع B. نباتاتی اور حیوانائی زرائع C. قدرتی D. تیز تر زرائع
14	ہڈیوں اور دانتوں کی نشوونما کے لیے کیا معاون ہوتا ہے.	A. نشاستہ B. حیاتین الف C. چکنائی D. حرارے
15	حیاتین (ج) کا کیمیائی نام ہے.	A. سلفیورک ایسڈ B. کاربانک ایسڈ C. اسکاربک ایسڈ D. میتھائل ایسڈ

16	حیاتین الف کس کی درستگی اور صحت کے لیے نہایت ضروری ہیں.	A. بینائی اور آنکھوں کی درستگی B. ہڈیوں کی افزائش کے لیے C. دماغ کی درستگی D. آنتوں کی بہتری
17	حیاتین (د) کی یومیہ ضرورت پیدائش سے لے کر 20 سال تک کی عمر میں کتنی بین الاقوامی اکائیاں درکار ہوتی ہیں.	A. 200 B. 400 C. 700 D. 900