

ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ ਪੇਪਰ
ਵਿਸ਼ਾ - ਹੋਮ ਸਾਇੰਸ

ਮਿਤੀ: 17-9-2020

ਸਮੇਂ - 3 ਘੰਟੇ

ਕੁੱਲ ਅੰਕ - 40

- 1) ਇੱਕ ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾ ਲਈ (Pregnent women) ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤਵਾਂ ਦੀ ਆਹਾਰ ਸੂਚੀ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰੋ। (5 ਨੰਬਰ)
- 2) ਇੱਕ ਕਿਸ਼ੋਰ ਲੜਕੇ ਅਤੇ ਲੜਕੀ (Teenage girl & boy) ਲਈ ਆਹਾਰ ਸੂਚੀ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰੋ। (5 ਨੰਬਰ)
- 3) ਇੱਕ ਕਿਸ਼ੋਰ ਲੜਕੇ 12-18 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਲਈ health drink ਬਣਾਓ। (10 ਨੰਬਰ)
- 4) ਇੱਕ ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾ ਲਈ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤਵਾਂ ਵਾਲੀ Recipe ਬਣਾਓ। (10 ਨੰਬਰ)
- 5) ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ ਕਾਪੀ (5 ਨੰਬਰ)
- 6) ਵਾਈਵਾ (5 ਨੰਬਰ)